



**Época 2022 / 2023**  
**Eventos Desportivos**

**PARECER Nº 62 / 2022/2023**

**Nome da Competição: IV TRAIL ROTA DA PERDIZ**

**Organização: ASSOCIAÇÃO INTER-VIVOS**

**Local da Realização: MARTINLONGO**

**Data da Realização: 12 de Novembro de 2023**

**PARECER TÉCNICO**

Face ao regulamento apresentado e que se anexa, depois de devidamente analisado, a Associação de Atletismo do Algarve, concede o parecer favorável à realização do evento acima referido, pelo que o organizador se obriga a realizá-lo de acordo com o estabelecido no Regulamento.

O evento cumpre as condições regulamentares que permitem a sua realização, não obstante a garantia de presença da assistência médica necessária e das forças de segurança (no caso da sua realização ou passagem pela via pública).

A organização, compromete-se na contratação de Seguro de Responsabilidade Civil e Desportivos obrigatórios por lei.

**Data: 6 de Outubro de 2023**

Direção Técnica Regional

Associação de Atletismo do Algarve

## Regulamento Interno

### ORGANIZAÇÃO

O “IV Trail na Rota da Perdiz” é uma prova de Trail Running organizada pela Associação Inter-Vivos em colaboração com a Câmara Municipal de Alcoutim, que será realizada no dia 12 de novembro de 2023, com início as 09:30 horas com o complemento da opção da caminhada.

#### 1. Condições de participação

*Os percursos têm as seguintes distâncias:*

- Trail - 18 Km com idade mínima permitida de participação, maior ou igual a 18 anos;
- Caminhada de 5 e 9 Km que não terá classificações, idade mínima maior ou igual a 12 anos, sendo que os menores de idade terão de ser acompanhados por um responsável maior de idade.

#### 2. Inscrição

- A inscrição para o trail será feita através do site: <https://www.crono.aalgarve.org/>
- Valor de inscrição no trail: 10 euros (limite de 200 inscrições);
- A caminhada não necessita de inscrição, sendo gratuita e sem direito a lembrança;
- O período de inscrições termina a 10 novembro, não sendo aceites inscrições no dia da prova;
- A inscrição fica regularizada após liquidação do pagamento até à sua data limite;
- Todas as inscrições sem confirmação de pagamento até ao prazo limite não serão consideradas;
- Todos os pedidos de informação deverão ser solicitados para o email: [desporto@cm-alcoutim.pt](mailto:desporto@cm-alcoutim.pt) ou [Inter vivos.actividades@gmail.com](mailto:Inter vivos.actividades@gmail.com) ou telemóvel 969090833/964472576;
- Não haverá direito a devolução do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada por motivos imputáveis à organização.

#### 3. Programa e Secretariado

##### **Domingo, 12 de novembro de 2023**

08:30h - Abertura de secretariado na zona de partida (Piscina Municipal em Martinlongo);

09:20h – Briefing do Trail;

09:30h – Partida do Trail;

09:45h – Briefing das caminhadas;

10:00h – Partida das Caminhadas;

12:45h - Entrega de prémios do Trail (Pavilhão principal da feira – Martim Longo)

O horário pode ser alterado em função de imprevistos ou das chegadas dos atletas.

#### 4. A participação no trail inclui:

- Dorsal (Trail);
- Controlos de chegadas e tempos (Trail);
- Lembrança alusiva ao evento;
- Seguro;
- Abastecimentos;
- Duche quente (piscina municipal).

#### 5. Dorsal

- A identificação por número de dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve estar sempre bem visível;
- Os dorsais serão entregues individualmente e os participantes deverão apresentar o documento de identificação no momento de recolha dos mesmos;
- O participante é responsável pela integridade do respetivo dorsal, sendo o meio de fixação do dorsal da responsabilidade do participante.

#### 6. Condições físicas

Para participar é indispensável:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente;
- Ter adquirido, antes do evento, capacidades reais de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas;
- Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro e chuva;
- Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc;
- Estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas;
- Aconselhamos os atletas que efetuem exames médicos de rotina a fim de saberem como estão as suas condições físicas e psicológicas.

#### 7. Regras de conduta desportiva

- Considerando que se trata de um desporto na natureza, será importante zelar por um impacto ambiental nulo, pelo que todos os atletas serão responsáveis pelo transporte de todo o seu “lixo”, depositando esses resíduos no abastecimento mais próximo ou levando-os consigo até à meta;

- O comportamento inadequado, como seja, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou física, poderá ser punido com advertência, desqualificação ou expulsão com proibição de inscrição em eventos posteriores.

## 8. Distância / Altimetria / Dificuldade ATRP

### 1-Caminhadas

**Partida e Chegada :** Piscina Municipal - Martim Longo

Distância: 5 e 9 Km

Tipo de piso: Asfalto, caminhos de terra batida.

### 2-Trail

**Partida:** Piscina municipal de Martinlongo

Distância: aproximadamente 18 km

Tipo de piso: caminhos, trilhos, estradas florestais, ribeiras, escarpas, entre outros.

## 8.1 Tempo limite

- Os atletas podem fazer o percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem o limite Estipulado;

*Distâncias / Altimetria / tempo máximo:*

Trail: Distância de 18 Km; desnível +/- 700; tempo máximo para concluir a prova 3:30 H.

Caminhada:

Distancia 5 Km; Tempo máximo 2 H.

Distancia 9 Km; Tempo máximo 3 H.

## 8.2 Controlo de tempos

- O controlo de tempos da prova será da responsabilidade da organização.

## 8.3 Postos de controle

- Todos os participantes são obrigados a percorrer na íntegra os percursos fornecidos pela organização sob a pena de desqualificação;
- Os postos de controle são efetuados em locais estratégicos.
- A não passagem por um posto de controle levará à desqualificação do atleta.

## 9. Abastecimentos

A organização disponibiliza a todos os atletas abastecimentos líquidos e sólidos de forma a satisfazer as necessidades consoante as distâncias que vai percorrer.

- a) Trail – Líquido/Sólido (+/- 6 Km) (+/-12Km) e no final da prova 2 pontos de abastecimento;
- b) Caminhada 9 km – 1 ponto de abastecimento;
- c) Caminhada 5 km – 1 ponto de abastecimento.

\*Cada atleta, ao deixar cada posto de abastecimento, é responsável por ter a quantidade de bebida e comida necessária para alcançar o próximo abastecimento.

## 10. Passagem de locais com tráfego rodoviário

- Existem locais com tráfego rodoviário, pelo que todos os atletas deverão cumprir as regras de circulação rodoviária para peões;
- Nas estradas com mais movimento, existirão membros da organização em pontos estratégicos para facilitar a passagem dos atletas.

## 11. Penalizações / desclassificações

- Os Atletas que não cumprirem as normas constantes no regulamento serão impedidos de participar se a infração respeitar a procedimentos prévios á partida e desclassificados se a infração respeitar a atos que ocorram durante a prova;
- As penalizações a aplicar serão decididas pela organização em função da gravidade da infração;
- Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados.

### *Penalizações:*

- Não leve o seu dorsal bem visível (10 minutos);
- Perda do Dorsal (30 minutos);

### *Desclassificações:*

- Atletas que não cumpram a totalidade do percurso;
- Deteriore ou suje o meio ambiente;
- Ignore as indicações de algum responsável da Organização;
- Tenha alguma conduta Antidesportiva;
- Receba qualquer assistência vinda do exterior fora dos postos de abastecimento;
- Organização poderá desclassificar Atleta que não tenha material obrigatório.

## 12. Responsabilidades perante o participante

- A inscrição na prova implica a total aceitação do presente regulamento;
- Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais, ou de qualquer outra natureza, a si mesmos e/ou a terceiros;
- A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente ou negligência por parte do participante ou roubo de objetos e/ou valores pertencentes a cada participante.

## 13. Seguro desportivo

- Todos os atletas participantes estarão cobertos por seguro desportivo de acordo com a lei em Vigor.

## 14. Prémios

1 - Prémios do Trail:

- a) - Prémio Simbólico para os três primeiros classificados da geral (masculino e feminino);
- b) – Prémio Simbólico para os três primeiros classificados por escalão etário (masculino e feminino);
- c) - Prémios também para as 3 primeiras equipas no TRAIL.

A classificação por equipas será pelo sistema de pontos, a equipa com menor número de pontos será a vencedora (Exemplo de pontos a atribuir: 1º Class.– 1 Ponto; 2º Class. - 2 Pts). Para a Classificação por equipas contam os 3 primeiros atletas de cada equipa a terminar. Em caso de empate pontual, a equipa com o atleta melhor classificado vence.

## 15. Categorias etárias

Faixa etária (Masculino e Feminino)

- **Seniores** 2003 e anteriores
- **F/M35** (35 a 39 anos)
- **F/M40** (40 a 44 anos)
- **F/M45** (45-49 anos)
- **F/M50** (50-54 anos)
- **F/M55** (55-59 anos)
- **F/M60** (Mais de 60 anos)

**Nota:** para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões de veteranos, será considerada a idade que o atleta terá a 31 de outubro 2024.

Ex: Um atleta que faz 40 anos entre 01 de novembro 2023 e 31 de outubro 2024 será classificado no escalão M40.

## 16. Marcação do percurso

- A marcação principal será constituída por fita pendurada em elementos naturais à altura dos olhos;
- A cor da fita será anunciada no momento da Partida. Para além da fita sinalizadora serão utilizadas outras sinaléticas como setas impressas, cal a cortar as estradas e informações diversas para além de indicações por colaboradores da Organização em atravessamento de estradas e outros locais;
- Os concorrentes obrigam-se a percorrer todo o trilho sinalizado o mais perto possível das marcações não devendo atalhar nos pontos em que eventualmente tal seja possível. No caso de um concorrente percorrer alguma parte do percurso sem sinalização deverá voltar atrás pelo caminho que seguiu e procurar o caminho sinalizado.

## 17. Responsabilidade ambiental

- O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

## 18. Cancelamento da prova

O cancelamento da prova pode ocorrer devido a fatores externos á organização, nomeadamente:

- a) Catástrofes naturais, manifestações, impossibilidade de usar as vias de circulação de trânsito, impossibilidade de usar telecomunicações, restrições do governo, nova legislação;
- b) Nestes casos, a organização reserva-se no direito de 60 dias seguintes à data prevista para a realização da prova, emitir um parecer acerca das ações a serem tomadas resultantes da gravidade do cancelamento;
- c) A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das condições encontradas no dia do evento, assim como a suspensão da prova se as condições não permitirem o seu desenvolvimento em segurança.

## 19. Direitos de imagem

- A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza aos organizadores da prova a gravação total ou parcial da sua participação na mesma, pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a imagem do atleta para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, internet, cartazes, meios de comunicação social, etc.) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

## 20. Contatos e Informações da Organização

Pode contactar a organização através dos Telefons: 969090833/964472576 ou via Email – [intervivos.actividades@gmail.com](mailto:intervivos.actividades@gmail.com), ou na página do Facebook (Inter-Vivos).

## 21. Diversos

- A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições encontradas no dia do evento, assim como à suspensão da prova se as condições não permitirem o seu desenvolvimento em segurança, bem como rejeitar inscrições, de acordo com as regras impostas pelas autoridades;
- Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela Organização, de cujas decisões não haverá recurso.

## 22. Informação útil

### ©Ondeficar

A organização disponibiliza pernoita em solo duro, para os participantes. Os interessados deverão trazer colchão e saco-cama.

Para uma pernoita mais cómoda são vários, pensões e turismos rurais, hotel D´Alcoutim, pousada da juventude em Alcoutim.

No site [www.cm-alcoutim.pt](http://www.cm-alcoutim.pt), no marcador “Onde dormir?” encontra toda a informação.

### ©Locais a visitar

Aproveite e visite a feira da perdiz, evento anual que realiza nos dias 11 e 12 novembro e deguste os maravilhosos pratos de caça.

No site [www.cm-alcoutim.pt](http://www.cm-alcoutim.pt), está disponível informação acerca de todos os locais de interesse no concelho.

Divirta-se e desfrute da natureza.