

REGULAMENTO / 4ª EDIÇÃO – 02 DE JUNHO DE 2019

1. APRESENTAÇÃO DO EVENTO

O Pastor Trail é organizado pelo grupo Galhardos Runners. Este evento decorrerá no dia 02 de junho de 2019 na aldeia de Freixo da Serra, com absoluto respeito pelo meio ambiente. Devido a questões de logística, o Pastor Trail terá inscrições limitadas, tanto nas provas Trail Curto (12km) e Trail Longo (23km) como na Caminhada (8km). Todos os percursos terão passagem por várias zonas com interesse histórico e paisagístico.

2. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

2.1. Idade mínima de participação nas diferentes provas

- TL23 Km - Maiores de 18 anos

- TC12 Km - Maiores de 16 anos

- **Caminhada** - aberta a todos e sem limite mínimo de idade, embora os menores devam ser obrigatoriamente acompanhados por um adulto que se responsabilizará pela aptidão física do menor para a realização do esforço envolvido nesta iniciativa, pela sua segurança e pelos seus actos.

2.2. Condições físicas para participação nas provas

O TL23 e o TC12 decorrem por estradas florestais não asfaltadas, trilhos técnicos de acentuado desnível acumulado, o que os tornam especialmente duros, exigindo dos participantes experiência prévia no trail, uma boa condição física e uma adequada gestão do esforço físico e mental que lhes permita terminar este desafio.

A caminhada é acessível a todos os participantes sem limite de idade, embora seja necessário ter a capacidade física adequada para percorrer os 8 km. Os menores devem ser obrigatoriamente acompanhados por um adulto que se responsabilizará pela sua segurança e pelos seus actos.

Todos participantes devem cumprir o percurso estipulado, não falhar o ponto de controlo e cumprir as instruções dos elementos envolvidos na organização.

2.3. Deveres dos participantes

Todos os atletas têm a obrigação de prestar ajuda a outros participantes que dela necessitem.

O participante é responsável pelo transporte dos invólucros e outro lixo não natural, provenientes de géis, barras, entre outros materiais e depositá-lo no abastecimento mais próximo ou transportá-lo até á meta.

Não é permitido destruir ou alterar propositadamente qualquer elemento natural (muros, plantações, sinalética, marcações, etc.) ao longo do percurso. Deve respeitar a fauna e flora, seguir estritamente a rota marcada sem nunca cortar caminhos.

O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão caso de advertência, desqualificação e/ou expulsão, sem lugar a qualquer tipo de reembolso.

A marcação da prova, feita a pé, vai ser removida no mesmo dia do final da prova. A limpeza da rota vai ser realizada após a passagem do último atleta.

Será motivo de desclassificação o não cumprir o percurso estipulado, não passar no posto de controle, ter uma conduta antidesportiva ou poluidora. Não apresentar o dorsal visível no final.

2.4. Ajuda externa

Todos os participantes podem receber assistência pessoal durante a prova, a qual apenas pode ser prestada nos postos de controlo/abastecimento previamente definidos pela organização do evento

2.5. Colocação do dorsal

Todos os atletas do trail curto e longo irão receber um dorsal com um número de identificação e este deverá ser usado durante toda a prova. O dorsal deverá ser colocado em zona visível e mostrado aos elementos da organização para efeitos de controlo e ou passagem. O dorsal é pessoal e intransmissível.

3. PROVA

3.1. Apresentação

É uma prova com semi-autonomia, sendo obrigatório o uso de copo/recipiente para as bebidas.

É composta por três percursos:

- Trail longo de 23Km (TL23 (75 vagas)
- Trail curto de 12Km (TC12) (75 vagas)
- Caminhada de 8Km (75 vagas).

3.2. Percurso

Todos os percursos são marcados através fitas não ultrapassando a distância de 50m, sendo reforçadas sempre que haja alteração de direcção, completadas com placas onde se justifique.

Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

3.3. Metodologia de controlo de tempos

Para o controlo de tempos é utilizado um sistema eletrónico com recurso a chip integrado no dorsal do participante.

3.4. Material para as provas

A organização do Pastor Trail não estipula qualquer material obrigatório para a realização das provas. No entanto recomenda sobretudo para o TL23 e TC12 a utilização de mochila/colete; apito; manta térmica; casaco impermeável; reservatório de água com capacidade de 1litro; gorro ou buff; alimentação de reserva; copo; luvas; bastões e telemóvel funcional.

3.5. Banhos

Haverá 2 locais onde os participantes poderão tomar banho no final da prova:

- Balneários do Lar Nossa Senhora do Ó (Freixo da Serra)
- Balneários da Junta de Freguesia (Figueiró da Serra). A organização terá uma carrinha a efetuar transporte regular para este segundo ponto.

3.6 Seguro desportivo

Todos os participantes estão cobertos por um seguro de prova/caminhada de acordo com o estabelecido no decreto lei nº10/2009, de 12 de janeiro.

4. INSCRIÇÕES

Os participantes só poderão participar no evento se tiverem a inscrição regularizada. Os dados pessoais devem estar corretos e o pagamento deverá ser efetuado dentro dos prazos estipulados.

Após a inscrição e o pagamento, o participante ou o clube irão receber um e-mail de confirmação.

O ato de inscrição pressupõe a aceitação integral do regulamento da prova.

As inscrições encerram no dia 26 de Maio de 2019, data até à qual a organização permite a mudança dos dados da inscrição para outro participante.

4.1 Valores e períodos de inscrições

Até 30/04/2019

Caminhada: 12 € | Trail Curto: 15 € | Trail Longo: 18 €

De 1/05/2019 a 26/05/2019

Caminhada: 14 € | Trail Curto: 17 € | Trail Longo: 20 €

Desconto para equipas (10 elementos no mínimo) - contactar organização

4.2 Material incluído com a inscrição - Kit do atleta (TL23, TC12 e caminhada)

- Peitoral personalizado com chip integrado - TL/TC
- Brindes alusivos ao evento
- Medalha de finalista (apenas para quem concluir as provas)
- Seguro de prova
- Almoço
- Assistência médica
- Abastecimento de sólidos e líquidos durante as prova e à chegada
- Banhos

5. SECRETARIADO

O secretariado do Pastor Trail funcionará na Junta de Freguesia em Freixo da Serra (antigas escolas):

- Sábado dia 1 das 18:00 às 20:00

- Domingo dia 2 das 7:30 às 8:30

Todos os atletas devem proceder ao levantamento do Kit do atleta durante o período de funcionamento do secretariado, apresentando para tal o Cartão de Cidadão.

6. PROGRAMA

- 7:30 Abertura do secretariado
- 8:30 Encerramento do secretariado
- 9:00 Partida do Trail Longo (TL23), Trail Curto (TC12) e Caminhada
- 12:30 Almoço
- 14:00 Entrega dos prémios

7. CLASSIFICAÇÕES, CATEGORIAS E PRÉMIOS

Prémio para o 1º, 2º e 3º da geral masculino e feminino e para a equipa com mais elementos a participar.

8. DIREITOS DE IMAGEM

Todos os participantes concordam em ceder a sua imagem e autorizam a organização e os seus parceiros a usar e publicar livremente quaisquer fotografias e vídeos decorrentes do evento.

9. CASOS OMISSOS

Os casos omissos no presente regulamento são decididos pela organização com respeito pelas normas legais e regulamentares em vigor.

Por razões de força maior a organização reserva-se ao direito de proceder a alterações ao presente Regulamento, sendo estas comunicadas previamente no site do evento/facebook.

Qualquer questão deverá ser enviada para pastortrail@gmail.com

TRATAMENTO DE DADOS PESSOAIS | Regulamento Geral de Proteção de Dados (RGPD – Regulamento Geral de Proteção de Dados (RGDP – Regulamento (EU) 2016/679) Os atletas que procederem à inscrição nos Trilhos dos Galhardos tomam conhecimento que, de acordo com RGDP, os seus dados pessoais são utilizados pelos Galhardos Runners, enquanto responsáveis pelo tratamento, para realizar comunicações relacionadas com provas e eventos desportivos. Os atletas podem a qualquer momento exercer os direitos previstos no Artº 13º, designadamente: informação, acesso, retificação, apagamento, limitação de tratamento, portabilidade, oposição e ser informado em caso de violação de segurança. Para mais informações sobre as práticas de privacidade dos Galhardos Runners, envie e-mail para galhardosrunners@gmail.com