REGULAMENTO GERAL DA PROVA

II Trail do Falcão Real

ORGANIZAÇÃO

O Evento "**II Trail do Falcão Real**" é uma prova de TrailRunning organizada pela Secção de Trail do Grupo Desportivo de Alcoutim, em colaboração com a Câmara Municipal de Alcoutim e União das Freguesias Alcoutim e Pereiro, que será realizada no dia 12 de Dezembro de 2021, pelas 09:00 horas, prova que integra a Taça Alengarve de Trail e o Circuito Regional de Trail do Algarve.
Os percursos têm as seguintes distâncias:
Trail Longo de 25 KM;
Trail Curto de 15 Km;
Caminhada de 8 Km que não terá classificações.

1. Condições de participação
1.1 Idade mínima permitida de participação nos diferentes percursos
Trail Longo 25 Km: >= 20 anos;
Trail Curto: >=18 anos;
Caminhada: >= 16 anos
1.2. Inscrição regularizada
A inscrição será feita através do site: https://www.crono.aaalgarve.org/

1.3. 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.

1.4. Colocação dorsal
O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado de forma bem visível.
Não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.
O dorsal dispõe de números de telemóveis referentes a números de emergência e da organização.

1.5. Regras de conduta desportiva

O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão alvo de advertência, expulsão ou desqualificação.

2. PROVAS – DATA / LOCAL / HORÁRIOS

II Trail do Falcão Real 12 Dezembro 2021

11 Dezembro 2021

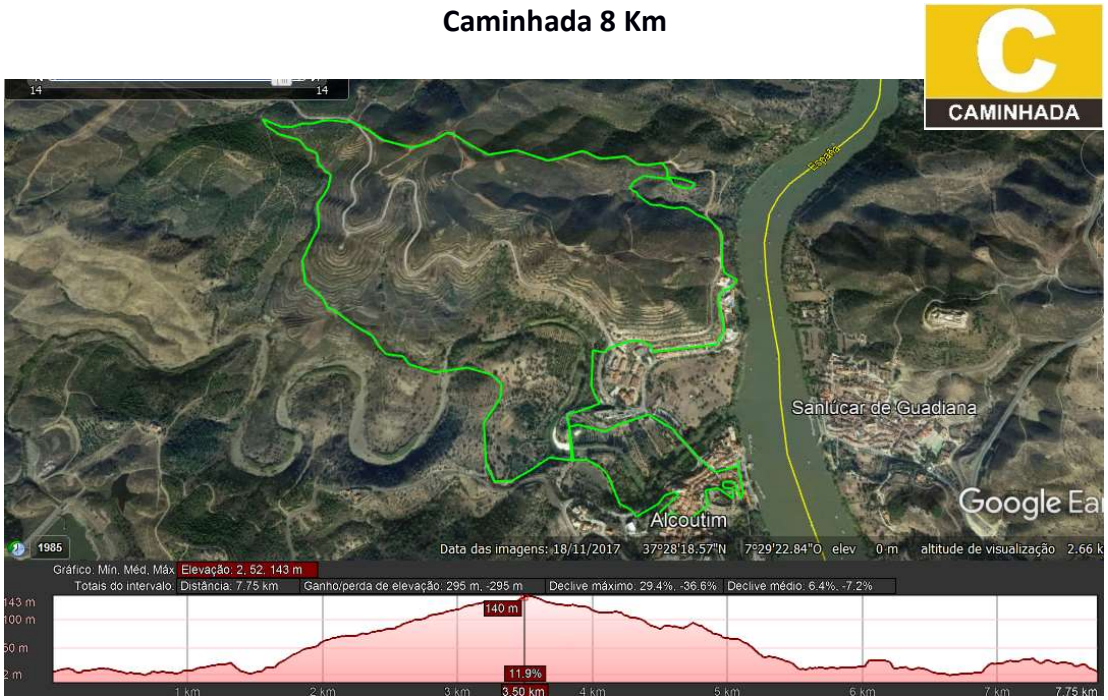
18h00 – Abertura do Secretariado (Sede do Grupo Desportivo de Alcoutim)
21h00 - Encerramento

12 Dezembro 2021

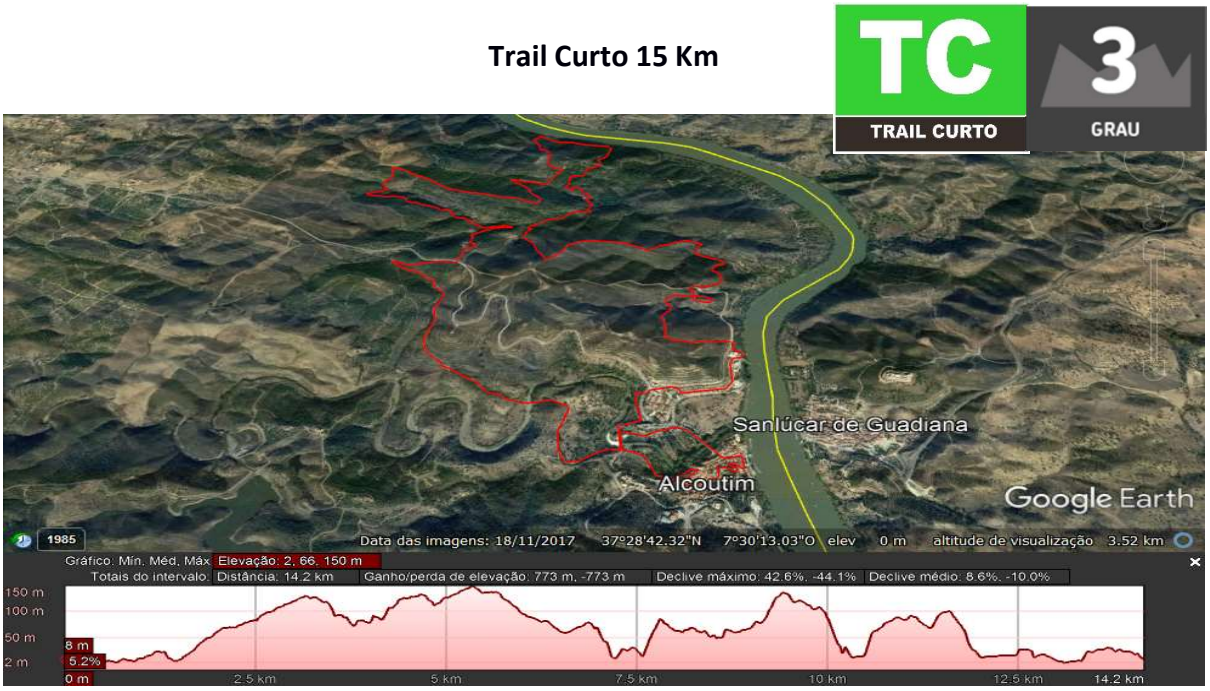
07h00 – Abertura do Secretariado (Partida – Cais de Embarque de Alcoutim)
08h40 – Fecho do Secretariado
08h45 – Briefing / Controlo Zero (TL)
09h00 – Inicio Trail Longo
09h15 – Briefing / Controlo Zero (TC)
09h30 – Inicio Trail Curto
09h35 – Briefing Caminhada
09h45 – Início Caminhada
13h30 – Entrega de Prémios (horários sujeitos a alterações)

2.1. Percursos e altimetria

Caminhada 8 Km



Trail Curto 15 Km



Trail Longo 25 Km

2.2. Tempos e Limites

Os atletas podem fazer o percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem o limite estipulado

Distâncias / Altimetria / tempo máximo:

Trail Longo: Distancia de 25 Km; D+ 1420; D- 1420; tempo máximo 6 H.

Trail Curto: Distância de 15 Km; desnível + 770; desnível – 770; Tempo máximo 3 H.

Caminhada: Distancia 8 Km; D+ 295; D - 295. Tempo máximo 3 H.

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

TL 25km
Líquido – (+/- 8.5 km)
Líquido/Sólido – (+/- 14km)
Líquido/Sólido – (+/- 22km)
Líquido/Sólido – (final)

TC 15km
Líquido/Sólido – (+/- 6.5 km)
Líquido/Sólido – (+/- 12km)
Líquido/Sólido – (final)

Caminhada 8 Km
Líquido/Sólido - (+/- 4 Km)

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

2.4. Postos de controlo
Haverá 2 postos de controle ao longo do TL e 1 posto de controlo ao longo do TC. É obrigatória a passagem dos concorrentes pelos postos de apoio e controlo que se situam no seu percurso.

2.5. Material obrigatório
No controle "0" os atletas do TC e TL terão de apresentar o material obrigatório que irão transportar durante a prova.
Durante a prova elementos da organização podem solicitar a verificação do material obrigatório.
TL e TC
- Dorsal (pessoal, intransmissível e visível)
- Telemóvel carregado;
- Apito
- Reservatório de líquidos com capacidade mínima de 0,5L.

2.6. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário.
Como será impossível realizar corte de tráfego rodoviário nas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito na cidade e estradas de uso público, devendo ainda respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

2.7. 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

2.8. Seguro desportivo

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

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição As inscrições terão que ser efetuadas online no site: https://www.crono.aaalgarve.org/

3.2. Valores e tipo de inscrições

	Atletas filiados AAALG	Atletas não filiados
TL 25Km	13 €	15 €
TL 15Km	14 €	
Caminhada	10 €	

3.3. Limite de inscrições

TL 250 atletas
TC 400 atletas
Caminhada 250 atletas

3.4. Data limite das inscrições

A data limite para inscrição no evento será 08 dezembro 2021, data a partir da qual não serão permitidas mais inscrições. Não serão aceites inscrições no dia / local do evento.

3.5. Material incluído com a inscrição

Trail Longo de 25 km e Trail Curto de 15 km:
- Dorsal;
- T` Shirt 42K
- Seguro de acidentes pessoais;
- Abastecimentos;
- Sandes de porco no espeto e uma bebida, no final;
- Banhos;
- Outros brindes que a organização consiga angariar.

Caminhada: - Seguro de acidentes pessoais;
- Abastecimentos;
- Guias;
- Sandes de porco no espeto e uma bebida, no final.
- T` Shirt 42K
- Outros brindes que a organização consiga angariar.

3.5. Devolução do valor da inscrição

Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada previamente por motivos imputáveis à Organização. As inscrições são pessoais e intransmissíveis. Os dorsais serão entregues individualmente ou a responsável de equipa para levantamento coletivo, deverão apresentar o CC/BI no momento de recolha dos mesmos.

3.6. Política de cancelamento da prova

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

a) Indicação da Direção Geral de Saúde, por motivos de agravamento da pandemia Covid19;

b) 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.

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.

3.7. Categorias

CATEGORIAS ESCALÕES		
IDADES	MASCULINO	FEMININO
<23 ANOS	SUB 23	SUB 23
23 – 39 ANOS	SENIORES	SENIORES
40 – 44 ANOS	M40	F40
45 – 49 ANOS	M45	F45
50 – 54 ANOS	M50	F50
55 – 59 ANOS	M55	F55
60 ANOS OU >	M60	F60

- Nota: para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerada a idade que o atleta terá a 31 de outubro 2022.
Ex: um atleta que faz 40 anos entre 01 de novembro 2021 e 31 de outubro 2022 será classificado no escalão M40.

3.8. Prémios
Os 3 primeiros classificados na Geral e de cada escalão Masculino / Feminino (TL/TC) têm direito a prémios concedidos pela organização.
Serão atribuídos prémios também para as 3 primeiras equipas nos TC/TL.
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; 2ºClass. - 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.

4. 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. O não acatamento desta norma pode levar à desclassificação se no entender da organização da prova tal for feito com a intenção de diminuir a distância percorrida ou de diminuir as naturais dificuldades técnicas do percurso. No caso de um concorrente percorrer alguma parte do percurso sem sinalização deverá voltar atrás pelo caminho que seguiu e procurar o caminho sinalizado.

5. 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.

6. 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.

7. COVID 19

Proibições, restrições ou obrigações relativamente á pandemia do Covid19, serão divulgadas aos participantes, mais próximo do evento depois de auscultada a Autoridade de Saúde.
Poderão haver alterações às especificidades da competição.

8. Casos omissos

Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela Organização, de cujas decisões não haverá recurso.

9. Contactos e Informações da Organização

Telefs: 962827170/927808476
Email – gdalcoutim.falcoestrail@gmail.com
Pagina – https://www.facebook.com/gdalcoutim.falcoestrail

10. 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.

11. Estadias

Existirá piso duro no Pavilhão de Alcoutim**, caso tal seja permitido** pela Autoridade de Saúde

- Hotel D'Alcoutim
https://www.booking.com/hotel/pt/d-alcoutim.pt-pt.html

-Pousada da Juventade de Alcoutim
https://www.booking.com/hotel/pt/pousada-da-juventude-de-alcoutim.pt-pt.html

- Paisagem do Guadiana Turismo Rural:

https://www.booking.com/hotel/pt/paisagem-do-guadiana-turismo-rural.pt-pt.html

- Alojamento local - Casa da Corte da Seda:
https://www.airbnb.pt/rooms/30063023?source_impression_id=p3_1570610644_aD0Y5gtqg156V3HW

- Alojamento Brisas Guadiana – Alcoutim:
https://www.airbnb.pt/rooms/14225243?source_impression_id=p3_1570610889_tmjSUeRLoNJ5Vtm0

- Alojamento Local – Casa dos Avós:
https://www.airbnb.pt/rooms/13368573?source_impression_id=p3_1570611053_GMM3pJKGp%2BVN6PYN

Casa do vale das Hortas:
http://www.valedashortas.com

Casa Grande Alcaria Cova:
https://baixoguadiana.com/
A/L – Alfazema do Monte – Alcoutim:
https://www.booking.com/hotel/pt/casa-alfazema-do-monte.pt-pt.html

Este regulamento ainda pode ser alterado de modo a que fique mais completa a informação.

Características da organização da competição em contexto COVID-19

O PRESENTE REGULAMENTO OBEDECE A TODOS OS PROCEDIMENTOS DO PLANO DE CONTINGÊNCIA APROVADO PELAS AUTORIDADES DE SAUDE.

Acesso ao recinto da competição
Só terão acesso à zona de partida, o staff da organização, voluntários e atletas.

Zona de Partida

- **Uso de máscaras é obrigatório até à box de partida**.
- Os atletas só poderão retirar a mascara quando receberem essa indicação da organização através da aparelhagem sonora.
- Na entrada e saída da zona de partida existirá solução antisséptica de base alcoólica (SABA) para utilização dos atletas. Junto da mesma está afixado um folheto com informação sobre a lavagem correta das mãos;
- Registo de tempos por chip e classificações por tempo total.

Métodos para as partidas:

- Horário de partido está indicado no presente regulamento.
- O acesso à linha de partida é controlado conforme os dorsais atribuídos a cada prova. Os atletas serão encaminhados para a BOX de partida conforme a sua prova.

Percurso

- Os atletas serão instruídos sobre a regra de ultrapassagens;
- Os atletas devem evitar correr demasiado perto;
- Os atletas são instruídos sobre o cuspir, e outros métodos comuns de limpeza de secreções nasais e respiratórias durante a corrida (esta limpeza não deve ser realizada a menos de 10m de outro corredor).
- O percurso está devidamente assinalado e deverá ser cumprido na íntegra.

Sinalética
Sinalização no percurso com cones, setas e indicações sobre os procedimentos a ter.

Refrescamento/ Abastecimento PAC e no final

- Ao ar livre;
- O staff que se encontram neste local utiliza, obrigatoriamente máscaras;
- Existência de local para a higienização das mãos para o staff;
- Existência de desinfetante para as mãos na zona de entrada dos corredores;
- Garantir espaço com marcação no pavimento para manter o distanciamento
- O contacto direto entre os atletas e o staff deve ser evitado. As zonas de abastecimento para que os atletas e staff estão sempre separados por uma mesa;
- São assegurados os padrões de higiene e segurança alimentar no fornecimento de líquidos;

NOTA: Não é permitido ajuda/ apoio extra organização no decorrer do percurso.

Meta

- Os participantes são incentivados a passar pela área de chegada rapidamente: sem selfies/fotos ou esperando por outros atletas.
- Ao passar pela área de meta têm de manter o **distanciamento físico** e obrigatória a **colocação da máscara**.

Pódio

- Apenas estarão na zona de pódio o pessoal-chave e convidados: organizadores, atletas vencedores
- Uso obrigatório de máscara de proteção.
- Obrigatório cumprir com o distanciamento físico e a etiqueta respiratório.