

III CROSS DAS MASSEIRAS

REGULAMENTO

O Cross das Masseiras é um evento organizado pelo Grupo Cultural e Recreativo Aguçadourense, em parceria com a União de Freguesias Aguçadoura e Navais e a Câmara Municipal da Póvoa de Varzim que decorrerá no dia 12 de outubro de 2024.

Este evento conta com duas atividades distintas, uma caminhada solidária de 4km e uma corrida de 10 km, que percorrerá o areal da freguesia, os passadiços e alguns trilhos.

Pretende-se com esta prova juntar o mais belo do mar com a tradição da nossa terra.

Da Praia de Paimó até à praia da Estela, 10 km de percurso acompanhado de uma maresia única. Mais que uma prova de atletismo será uma experiência que marcará pelo convívio, amizade e contacto com a natureza, e inclui as seguintes provas:

4km - Caminhada Solidária a favor do Centro Social e Paroquial de Aguçadoura

10Km – Cross – Corrida

1.CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. IDADE DE PARTICIPAÇÃO NA PROVA

A idade mínima de participação nas provas é de 16 anos, escalão juniores, exceto na caminhada, onde podem participar menores, desde que acompanhados por familiares.

1.2. INSCRIÇÃO REGULARIZADA

Para participar no evento os atletas deverão ter a sua inscrição devidamente regularizada, e pagamento efetuado, dentro dos prazos estipulados em www.start2win.pt

1.3. CONDIÇÕES FÍSICAS

As provas irão percorrer maioritariamente em areia e passadiços, o que tornará estas provas especialmente acessíveis, exigindo dos atletas alguma experiência prévia em corrida, preparação física adequada e uma gestão do esforço físico e mental.

É um percurso com pouca dificuldade técnica e baixo desnível do terreno sendo o ideal para quem tem pouca experiência de corrida.

1.4. AJUDA

Não é permitido o apoio aos atletas por parte de elementos externos à própria organização da prova, sem ser nos pontos de abastecimento e de controlo.

1.5. COLOCAÇÃO DO DORSAL

Será atribuído um dorsal aos atletas, que terá de ser colocado em local visível e deverá ser mostrado aos elementos da organização, sempre que tal for pedido.

1.6. REGRAS DE CONDUTA

Comportamentos inadequados, recurso à linguagem ofensiva, agressões verbais ou mesmo físicas, serão alvo de advertência, desqualificação ou expulsão.



Qualquer atleta que deite lixo para o chão será automaticamente convidado a abandonar a prova e desqualificado da mesma.

2.PROVA

2.1. – ORGANIZAÇÃO

O Cross das Maseiras é um evento organizado pelo Grupo Cultural e Recreativo Aguçadourense, e conta com o apoio da Freguesia de Aguçadoura e Navais, e da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim, e com a autorização da Autoridade Marítima Nacional.

2.2. - PROGRAMA/HORÁRIO

Sábado, 12 de outubro

10h30 – 16h30 - Horário do secretariado

17h00 - Aquecimento

17h30 - Partida do Cross - Corrida

17h35 - Partida da Caminhada

19h00 - Cerimônia de entrega de prémios

2.3. DISTÂNCIA

O Cross da Maseiras terá uma distância aproximada de 10 km.

A caminhada solidária terá uma distância aproximada de 4km.

2.4. MAPA/PERFIL ALTIMÉTRICO/DESCRIÇÃO DO PERCURSO

Disponível Brevemente

A prova desenrola-se maioritariamente por praia e piso arenoso, caminhos, passadiços e campos de masseiras, percorrendo as freguesias de Aguçadoura e Estela.

As provas não estão totalmente fechadas e, nesse sentido, os participantes devem ter em consideração o facto de poderem haver viaturas, pessoas e animais a circular num ou noutro sentido dos percursos da prova.

O atravessamento de estradas públicas deve merecer a máxima atenção por parte dos participantes.

Estarão disponíveis os tracks GPS dos percursos da prova, contudo, prevalecerá a sinalização colocada no terreno e o atleta estará obrigado a localizá-la e segui-la. Essa sinalização é feita com fitas e placas.

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo os atletas respeitá-la ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos.

A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo ou abastecimento, sem aviso prévio.

Em condições climatéricas extremas, a partida pode ser atrasada no máximo duas horas, período após o qual, a prova é cancelada. Poderá também suspender, reduzir ou parar a prova, nas condições climatéricas mencionadas.

Em ambos os casos, não haverá direito a reembolso.

2.5. TEMPO LIMITE

Tempo limite para completar a prova é de 2 horas.

Cada atleta deverá completar corretamente a totalidade do percurso, acatando sempre as diretivas dos diversos elementos da organização. Caso ultrapasse o tempo limite para completar a prova não será classificado.

2.6. METODOLOGIA DE TEMPOS DE PROVA

Será realizado um sistema de chips para controlo dos tempos.

2.7. POSTOS DE CONTROLO

A prova terá postos de controlo intermédios.

2.8. LOCAIS DOS ABASTECIMENTOS

O Cross das Maseiras terá 1 posto de abastecimento intermédio aos 4km e no final junto à meta.

Na eventualidade de temperaturas elevadas a organização compromete-se a definir mais pontos de abastecimento líquidos.

ATENÇÃO: cada atleta terá de ter um recipiente (copo, cantil bidon, etc.) para se abastecer de líquidos nos abastecimentos, uma vez que por questões ambientais a organização não irá facultar qualquer tipo de recipiente.

2.9. MATERIAL OBRIGATÓRIO

- Dorsal
- Telemóvel
- Recipiente

A organização informa que o restante material não é obrigatório.

2.9.1. MATERIAL RECOMENDADO

Mochila tipo “Camelback” / Bidon com 0,5l a 1l de água

Barras / géis
Manta térmica
Apito
Corta vento

2.10. INFORMAÇÕES SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRÁFEGO RODOVIÁRIO

Aplicam-se as regras de trânsito em vigor, sendo o atleta responsável pela sua segurança e a dos outros transeuntes.

Quando a prova se desenrolar na berma da estrada, deverá o atleta encostar-se o mais possível à berma e seguir em coluna.

ATENÇÃO: uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir as regras de trânsito em localidades e estradas de uso público, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

2.11. PENALIZAÇÕES / DESCLASSIFICAÇÕES

Os atletas deverão cumprir este regulamento e ter uma conduta desportiva e ambiental adequada.

A organização da prova e responsáveis dos postos de controlo são responsáveis pela aplicação das regras deste regulamento e, como tal, estão autorizados a aplicar as penalizações e desclassificações descritas abaixo.

2.11.1. Infracção: Não prestar assistência a um participante que esteja a necessitar de ajuda > Sanção: Desclassificação

2.11.2. Infracção: Abandonar a prova sem aviso > Sanção: Desclassificação

2.11.3. Infracção: Partilhar o dorsal com outra pessoa durante parte ou na totalidade do percurso > Sanção: Desclassificação

2.11.4. Infracção: Utilizar transporte não autorizado > Sanção: Desclassificação

2.11.5. **Infracção:** Falta gravosa ao respeito para a organização ou outros participantes (agressão ou insulto) > **Sanção:** Desclassificação e Erradicação

2.11.6. **Infracção:** Retirar sinalização do percurso > **Sanção:** Desclassificação e Erradicação

2.11.7. **Infracção:** Desobedecer às medidas de segurança indicadas pela organização > **Sanção:** Desclassificação

2.11.8. **Infracção:** Ausência ou recusa e apresentar material obrigatório > **Sanção:** Desclassificação

2.11.9. **Infracção:** Exceder o tempo limite > **Sanção:** Desclassificação

2.11.10. **Infracção:** Falhar um ou mais postos de controlo > **Sanção:** Desclassificação

2.11.11. **Infracção:** Perda de chip > **Sanção:** Desclassificação

2.11.12. **Infracção:** Atirar lixo para o chão e/ou danificar o meio ambiente > **Sanção:** Desclassificação e Erradicação

2.11.13. **Infracção:** Receber ajuda externa > **Sanção:** Desclassificação

2.11.14. **Infracção:** Dorsal não visível > **Sanção:** Desclassificação

2.12. RESPONSABILIDADES PERANTE OS ATLETAS

A organização compromete-se a prestar o auxílio necessário aos atletas, prestando primeiros socorros em caso de necessidade e fornecendo transporte até à meta ou hospital mais próximo, em caso de incapacidade física para continuar na prova.

A inscrição na prova implica total aceitação do presente regulamento.

Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais, ou de qualquer natureza a si mesmos e/ou a terceiros.

A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência ou de roubo de objetos e/ou valores, de cada participante.

Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de responsabilidade dos atos acima descritos.

2.13. SEGURO DESPORTIVO

A organização contratualiza os seguros obrigatórios, conforme o Decreto-Lei n.º 10/2009 de 12 de janeiro, para este tipo de prova, estando o seu prémio incluído no valor da inscrição. O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas.

A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

3. INSCRIÇÕES

3.1. PROCESSO INSCRIÇÃO

Pode inscrever-se através do site oficial em: <https://start2win.pt/events> que estará disponível, em <https://www.facebook.com/gcragucadourense> até às 23h59m do dia 10 de outubro ou quando atingir o limite de 500 inscrições pagas. Não serão aceites inscrições por email ou telefone. Poderão registar-se todos os atletas que queiram participar, se aceitarem os termos gerais do regulamento.

Qualquer alteração à inscrição terá que ser efetuada até à data em que termina o período de inscrições. Depois desta data não serão feitas quaisquer alterações.

ATENÇÃO: para efeitos de classificação coletiva, todos os atletas que pertençam a uma equipa devem ter o nome dessa mesma equipa redigido de forma absolutamente igual. Caso não o façam não será permitido alterar o nome da equipa fora do período de inscrições, como tal esse atleta não será considerado integrante dessa equipa.

3.2. VALORES E PERÍODOS DE INSCRIÇÃO



Até 30 de setembro (23h59m) - Terão direito a dorsal personalizado.

Cross das Masseiras – 10€

Caminhada - 5€ - Lucro reverte a favor da fabriqueira da Igreja de Aguçadoura

De 1 de outubro até 10 de outubro (23:59)

Cross das Masseiras – 15€

Caminhada - 8€ - Lucro reverte a favor da fabriqueira da Igreja de Aguçadoura

Importante: Por cada 10 inscrições efetuadas em equipa, a 11 inscrição é gratuita.

3.3. CONDIÇÕES DE DEVOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO

Não haverá lugar a reembolso em caso de desistência qualquer que seja o motivo.

Poderão efetuar alterações às inscrições desde que informem a organização e estas terão que ser efetuadas até à data em que termina o período de inscrições. Depois desta data não serão feitas quaisquer alterações.

3.4. MATERIAL/ SERVIÇOS INCLUÍDOS COM A INSCRIÇÃO*

- * Dorsal
- * Abastecimentos
- * Buffet
- * T-shirt Técnica
- * Lembrança com produtos da Terra
- * Seguro de responsabilidade civil
- * Seguro de acidentes pessoais
- * Transporte para a meta (em caso de desistência)
- * Assistência médica e socorro nos locais devidamente assinalados
- * Outros brindes que a organização possa angariar e anunciar oportunamente.



3.5. SECRETARIADO DA PROVA / LOCAL

O secretariado da prova irá funcionar junto ao local de partida – Praia de Paimó - Póvoa de Varzim, nos horários anteriormente referidos.

Onde fica:

Largo do Cruzeiro, 4495-052 Póvoa de Varzim

<https://goo.gl/maps/vfEhJSSx2jWKGXFg7>

4. CATEGORIAS E PRÉMIOS

4.1. DEFINIÇÃO DATA, LOCAL E HORA PARA ENTREGA DE PRÉMIOS

A cerimónia de entrega de prémios terá lugar no pódio instalado junto à meta, após a chegada de todos os premiados.

4.2. ESCALÕES

Juniores Masculinos (dos 16 aos 18 anos)

Juniores Femininos (dos 16 aos 18 anos)

Seniores Masculinos (até aos 39 anos)

Seniores Femininos (até aos 39 anos)

Veteranos Masculinos +40 (40 a 49 anos)

Veteranas Femininas +40 (40 a 49 anos)

Veteranos Masculinos +50 (50 a 59 anos)

Veteranas Femininas +50 (50 anos ou mais)

Veteranos Masculinos +60 (60 anos ou mais)

4.3. PRÉMIOS

4.3.1. Individualmente serão atribuídos troféus aos três primeiros lugares da geral, masculinos e femininos.

4.3.2. Individualmente serão atribuídos troféus aos três primeiros lugares de cada escalão, masculino e feminino.

4.3.3. Coletivamente serão atribuídos troféus à primeira equipa.

Contará para a geral coletiva o somatório de tempo dos 4 primeiros atletas do clube chegados à meta, independentemente do escalão e do sexo.

4.3.4. Será atribuído um prémio especial para a equipa mais numerosa.

4.3.4. Todos os atletas que chegarem até à meta, pelos seus meios, terão direito a uma lembrança com produtos da terra.

5. INFORMAÇÕES

Toda informação extra será colocada na página do facebook em <https://www.facebook.com/gcragucadourense>.

5.1. COMO CHEGAR

Largo do Cruzeiro, 4495-052 Póvoa de Varzim

<https://goo.gl/maps/vfEhJSSx2jWKGXFq7>

5.2. OUTRAS INFORMAÇÕES

5.2.1. Respeito pela natureza

O atleta é responsável pelo transporte dos invólucros e outro lixo não natural, provenientes de Géis, Barras, etc., no seu próprio CamelBak ou Cinto, depositá-lo no abastecimento mais próximo ou transportá-lo até à Meta. Não é permitido destruir ou alterar propositadamente qualquer elemento natural (muros, plantações, sinalética, marcações, etc.) ao longo do percurso.

5.2.2. Direitos de Imagem e Publicidade

A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do evento Cross das Masseiras e de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do evento. Qualquer projeto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da organização. É obrigatório o uso do material publicitário fornecido pela organização, (peitoral, autocolantes, etc.). Modificar, dobrar ou ocultar o material publicitário será alvo de penalização.

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza utilizar a sua imagem para a difusão da prova em todas as suas formas de comunicação (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.

5.2.3. Protecção de Dados

Os dados dos participantes indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora, seguradora, lista de inscritos, notícias e classificação. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para a organização gcragucadourense@hotmail.com.

5.2.4. Modificações

Estas regras podem ser editadas, alteradas ou melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora, sem aviso prévio. No entanto, serão comunicadas oportunamente a todos na página oficiais do evento.

O facto de realizar a sua inscrição implica a aceitação do presente regulamento.

5.4.5. Outros



A organização decidirá sobre todos os assuntos relacionados com o evento e que não foram objeto de regulamentação ou sobre más interpretações do presente regulamento.