



IX EDIÇÃO TPV

TRAIL PÓVOA DE VARZIM

REGULAMENTO

O TPV - TRAIL PÓVOA DE VARZIM é um evento organizado pelo Centro Desportivo e Cultural de Navais, em parceria com a empresa Municipal Varzim lazer e conta com o apoio da Junta da União das Freguesias de Aguçadoura e Navais e da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim.

Este evento decorrerá no dia 18 de janeiro durante o dia, e inclui as seguintes provas:

- 16Km – Trail curto
- 25Km – Trail longo
- 6km - Caminhada

O evento percorrerá ambiente natural, rural e urbano do norte do concelho da Póvoa de Varzim, com início no Parque Desportivo Alberto Silva, em Navais – Póvoa de Varzim.

1.CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. IDADE DE PARTICIPAÇÃO NA PROVA

A idade mínima de participação nas provas é de 18 anos, 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 trilhos não muito técnicos e estradões de desnível médio, o que tornará estas provas especialmente acessíveis, exigindo dos atletas alguma experiência prévia no Trail, preparação física adequada e uma gestão do esforço físico e mental.

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 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 TPV é um evento organizado pelo Centro Desportivo e Cultural de Navais e conta com o apoio da Junta da União das Freguesias de Aguçadoura e Navais, da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim, e com a autorização e apoio de outras entidades competentes.

2.2. PROGRAMA/HORÁRIO

Sábado, 17 de Janeiro

- 14h30 – 19h00 – Horário do secretariado

Domingo, 18 de Janeiro

- 07h30 - Abertura do secretariado
- 09h15 - Abertura do controle zero para o Trail longo
- 09h30 - Partida do Trail longo
- 09h30 - Abertura do controle zero para o Trail Curto
- 09h45 – Partida do Trail curto
- 10h00- Partida Caminhada
- 13h00 - Cerimónia Protocolar Trail Curto
- 13h30 - Cerimónia Protocolar Trail Longo

2.3. DISTÂNCIA / ALTIMETRIA

O Trail curto terá uma distância aproximada de 16 km e um desnível positivo de 500m.

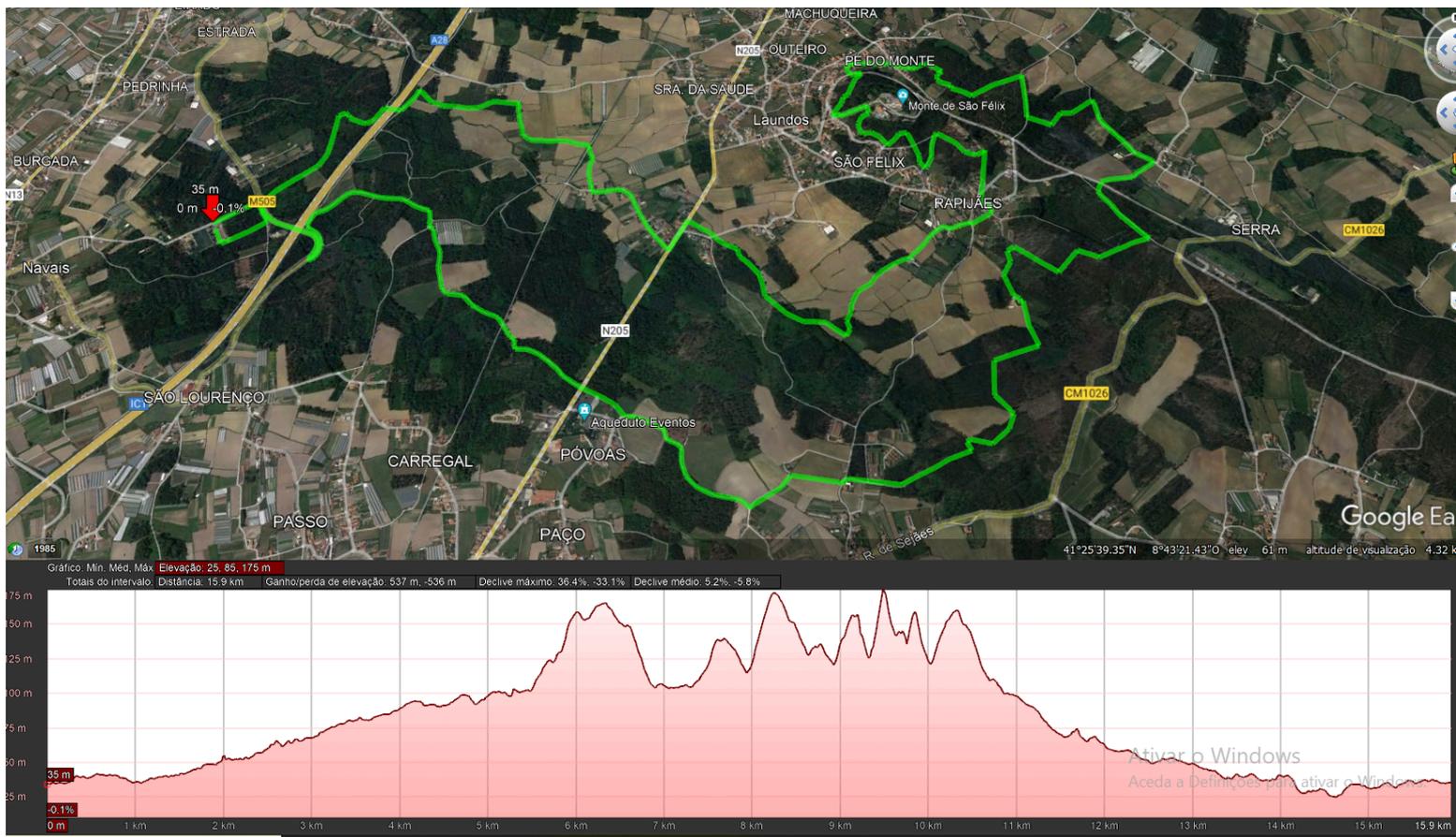
O Trail longo terá uma distância aproximada de 25 km e um desnível positivo de 1000m.

Caminhada terá uma distância aproximada de 6 km.



2.4. MAPA/PERFIL ALTIMÉTRICO/DESCRIÇÃO DO PERCURSO

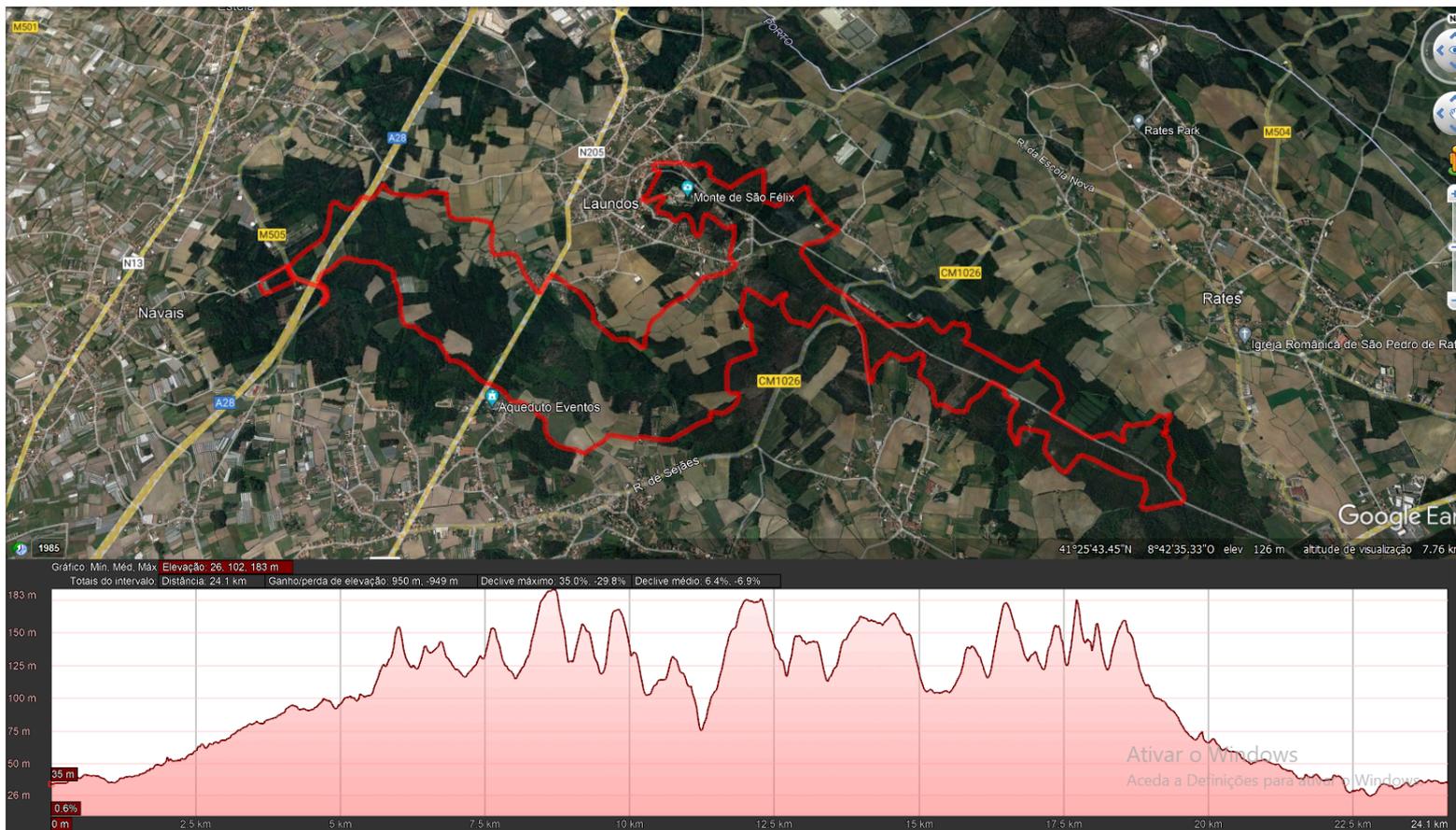
→ PERFIL TRAIL CURTO



A prova desenrola-se maioritariamente por trilhos, caminhos, ribeiras, estradas florestais e estradas rodoviárias, percorrendo as freguesias de Navais, Estela, Laúndos, Terroso e Rates.



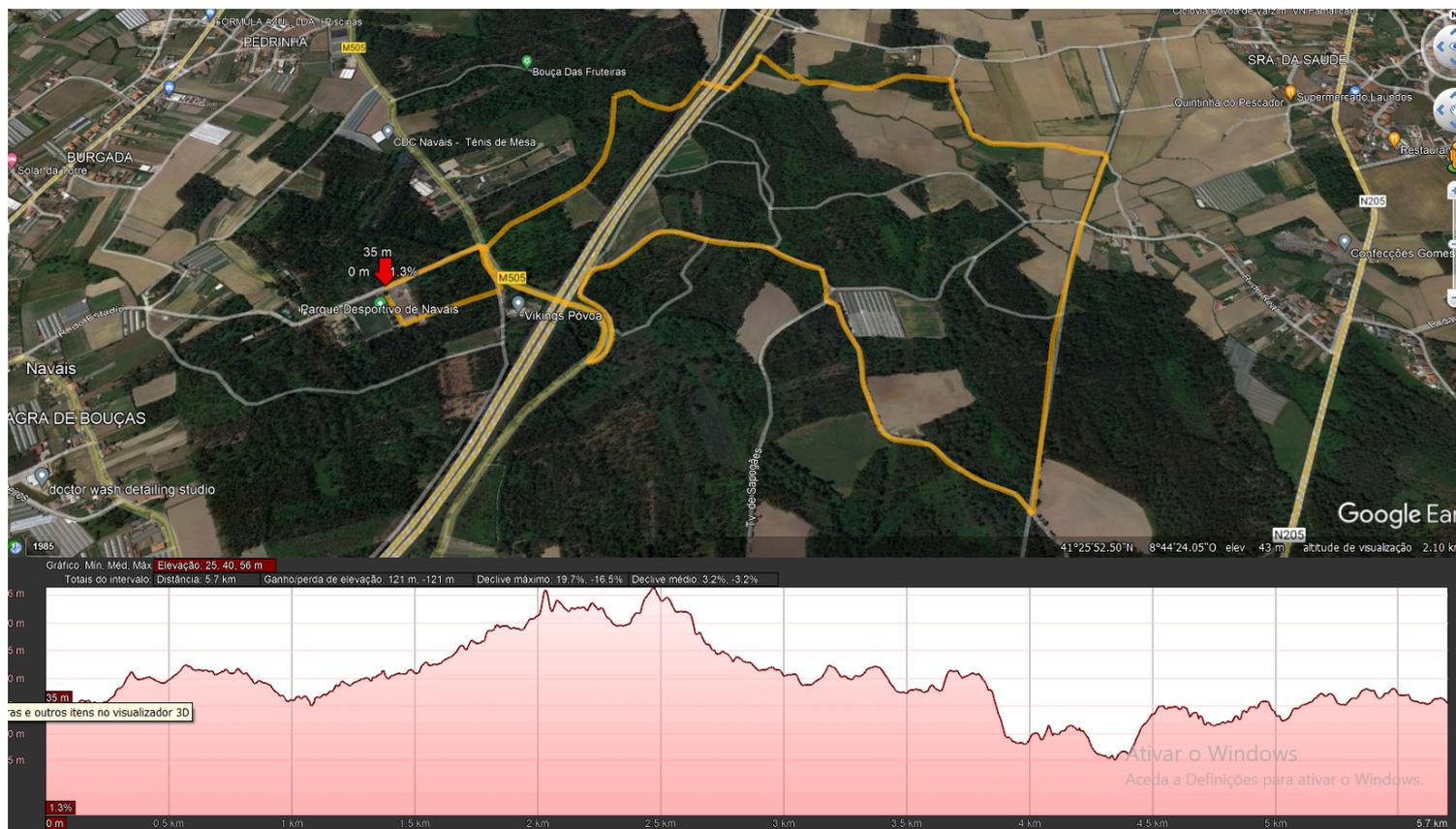
→ PERFIL TRAIL LONGO



A prova desenrola-se maioritariamente por trilhos, caminhos, ribeiras, estradas florestais e estradas rodoviárias, percorrendo as freguesias de Navais, Estela, Laúndos, Rates, Rio Mau e Terroso.



→ PERFIL CAMINHADA



A prova desenrola-se maioritariamente por trilhos, caminhos, ribeiras, estradas florestais e estradas rodoviárias, percorrendo as freguesias de Navais, Estela e Laúndos.

As provas não estão totalmente fechadas e, nesse sentido, os participantes devem ter em consideração o facto de poder 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 laranja e marcas brancas no chão.

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:

Trail curto: 3h30m

Trail longo: 5h30m

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 utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos por intermédio de um chip. Nos postos de controlo existirá um controlo eletrónico que registará a passagem dos atletas.

2.7. POSTOS DE CONTROLO

A prova terá postos de controlo intermédios.

2.8. LOCAIS DOS ABASTECIMENTOS

O trail curto terá 1 posto de abastecimento:

- 9,3 Km

O trail longo terá 2 postos de abastecimento:

- 10,6 Km;

- 17,7 Km;



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 VERIFICAÇÃO DE MATERIAL

Dorsal (alfinetes são da responsabilidade do atleta)

Recipiente por onde beber nos abastecimentos (Copo, cantil, etc.)

Telemóvel

Manta térmica (Trail Longo)

A organização informa que o restante material não é obrigatório, mas chama a atenção que a prova decorre no Inverno existindo a possibilidade de chuva e vento, passa por locais onde há a possibilidade de haver lama e água, sendo da responsabilidade do atleta o material que este opte por transportar ou não, durante o evento.

2.9.1. MATERIAL RECOMENDADO

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

Barras / géis

Manta térmica

Apito

Corta vento, gorro, luvas

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 formulário específico que estará disponível, em www.start2win.pt até às 23h59m do dia 11 de Janeiro. Não serão aceites inscrições por email ou telefone. Poderão registar-se todos os atletas que queiram participar, se aceitarem os termos gerais do regulamento.

No levantamento do dorsal deverá apresentar o comprovativo de pagamento da inscrição correspondente.

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 31 DE Dezembro (23h59m)

Trail curto – 12€

Trail longo – 17€

Caminhada - 12€

De 1 de janeiro até 11 de janeiro (23h59m)

Trail curto – 14€

Trail longo – 19€

Caminhada - 14€

Dorsal Personalizado até dia 10 de janeiro.



3.3. CONDIÇÕES DE VOLUÇÃO 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 com chip descartável (os alfinetes são da responsabilidade do atleta)
- * Abastecimentos Sólidos e Líquidos
- * Almoço
- * T-shirt Técnica
- * Prémio Finisher (Produto Regional)
- * Medalha Finisher
- * Seguro de responsabilidade civil
- * Seguro de acidentes pessoais
- * Banhos
- * 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 no Parque Desportivo Alberto Silva, em Navais – Póvoa de Varzim, nos horários anteriormente referidos.

→ Onde fica:

41°25'52"N -8°44'56"W

3.6. SERVIÇOS DISPONIBILIZADOS

- * Banhos



* Almoço

* Estacionamento;

* Outros a anunciar mediante disponibilidade.

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

- | | |
|--------------------------------------|-----------------------------------|
| → Sub 23 Masculinos (18 a 22 anos) | → Veteranos F45 (45 a 49 anos) |
| → Sub 23 Femininos (18 a 22 anos) | → Veteranos M50 (50 a 54 anos) |
| → Elites Masculinos (23 aos 39 anos) | → Veteranos F50 (50 a 54 anos) |
| → Elites Femininos (23 aos 39 anos) | → Veteranos M55 (55 a 59 anos) |
| → Veteranos M40 (40 a 44 anos) | → Veteranos F55 (55 a 59 anos) |
| → Veteranos F40 (40 a 44 anos) | → Veteranos M60 (mais de 60 anos) |
| → Veteranos M45 (45 a 49 anos) | → Veteranos F60 (mais de 60 anos) |

4.3. PRÉMIOS

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

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

4.3.3. Coletivamente serão atribuídos troféus ao primeiro lugar de cada uma das provas. Contará para a geral coletiva o somatório de tempo dos 3 primeiros atletas do clube chegados à meta, independentemente do escalão e do género, de cada uma das provas.

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 um Prémio de Finisher.



5. INFORMAÇÕES

Toda informação extra será colocada no site oficial do evento em <https://ultratrailpv.wixsite.com/trailpovo> ou na página do facebook em <https://www.facebook.com/utp.ultratrailpovo/>

5.1. COMO CHEGAR

41º25'52''N -8º44'56''W

* VINDO DA AUTO ESTRADA A28

Saída da Póvoa de Varzim, seguir direcção à Póvoa de Varzim, seguir na direcção de Viana do Castelo. Após chegar a Navais, seguir na N13 até aos semáforos e aí seguir placa Parque Desportivo.

Saída da Estela, seguir em direcção a Campo de Golf, até chegar à N13. Seguir em direcção à Póvoa de Varzim até chegar a Navais. Aos semáforos seguir placa Parque Desportivo.

5.2. ONDE FICAR

Vários Hotéis na Póvoa de Varzim e arredores.

5.3. LOCAIS A VISITAR E ATRACÇÕES LOCAIS

- Cidade da Póvoa de Varzim;
- Campos de Maseira – Aguçadoura;
- Monte de São Félix – Laúndos;
- Igreja Românica de São Pedro de Rates – Rates;
- Citânia da Cividade de Terroso – Terroso;



5.4. OUTRAS INFORMAÇÕES

5.4.1. 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.

5.4.2. Direitos de Imagem e Publicidade

A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do evento Trail Póvoa de Varzim e de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do evento. Qualquer projeto ou suportes publicitário produzido para publicação deve 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.

5.4.3. Protecção de Dados

Os dados dos participantes indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora e empresa de cronometragem para efeitos de processamento no evento, nomeadamente seguradora, lista de inscritos, notícias e classificação. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, rectificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para a organização centrodesportivonavais@gmail.com.



5.4.4. Modificações

Estas regras podem ser editadas, alteradas ou melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora, sem aviso prévio. No entanto serão comunicadas a todos no site oficial do evento em <https://ultratrailpv.wixsite.com/trailpovo> ou na página do facebook em <https://www.facebook.com/utp.ultratrailpovo/>

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.