



TRILHOS DO MINEIRO

7 DE ABRIL DE 2019

SÃO PEDRO DA COVA – GONDOMAR

Trail – 17 km | Caminhada – 8 km



TRILHOS DO MINEIRO – 2019

Regulamento

1. Condições de participação

1.1. Idade participação diferentes provas

Trilhos do Mineiro é uma prova de corrida em montanha que percorre trilhos e caminhos, dentro dos limites de São Pedro da Cova, concelho de Gondomar, na Serra de Santa Justa, com paisagens magníficas para a Serra de Pias e Castiçal, bem como para os concelhos do Porto, Valongo e Paredes.

O *trail* terá 17 km e está aberto a maiores de idade (18 anos) e a caminhada, 8 km, aberta a menores desde que acompanhados por uma pessoa maior de idade.

1.2. Inscrição regularizada

A inscrição será feita através da plataforma de inscrições da Prozis.

Aquando do levantamento do dorsal só é necessário levar documento de identificação referente à inscrição.

1.3. Condições físicas

Para participar é indispensável:

- i. 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;
- ii. de haver adquirido, antes do evento, capacidades reais de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas;



- iii. conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro e chuva;
- iv. saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc.;
- v. estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas.

Prova feita em semi-suficiência.

1.4. Definição possibilidade de ajuda externa

Os atletas podem receber ajuda externa desde que não haja interferência com outro atleta.

1.5. Colocação dorsal e chip

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado à frente do atleta e de preferência a altura do peito.

O atleta que não cumpra será penalizado em 2 minutos por cada vez que seja chamado à atenção, não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.

1.6. 1.6. 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. Prova

2.1. Apresentação das provas e Organização

O Trilhos do Mineiro realizar-se-á no dia 07 de abril de 2019, em São Pedro da Cova, Gondomar – Porto e será constituído por dois eventos:

- i. Trail Trilhos do Mineiro – 17km
- ii. Caminhada Trilhos do Mineiro – 8km

(A organização reserva-se o direito de alterar as distâncias se assim o entender)

A organização deste evento estará a cargo da **Liga de Amigos do Museu Mineiro de São Pedro da Cova (LAMMSPC)**.

2.2. Programa/Horário

Dia 06 de abril (sábado):

10:00 – 18:00 – Abertura do secretariado, entrega de dorsais e kits de participante (Museu Mineiro de São Pedro da Cova – Rua de Vila Verde, 253 – São Pedro da Cova)

Dia 07 de abril (domingo):

07h00 – Abertura do secretariado e entrega dos dorsais e kits de participante

(Museu Mineiro de São Pedro da Cova)

08h30 – Abertura Controlo zero

09h00 – Partida *Trail*

09h30 – Partida Caminhada

10h30 – Chegada prevista dos primeiros atletas do *Trail*



11h00 – Início do serviço para banhos

12h00 – Cerimónia de entrega de prémios

15h00 – Encerramento do evento

(horários sujeitos a alterações)

2.3. Distância / Altimetria / Dificuldade

O Trail terá a distância de 17km e um desnível positivo de +/-750m.

A caminhada terá a distância de 8km.

2.4. Mapa / Perfil altimétrico / Descrição do percurso

*ver site da prova

2.5. Tempo Limite

O tempo limite para o evento Trilhos do Mineiro será de **4h00m**.

Uma vez ultrapassada a barreira horária, o atleta deve seguir a nova indicação da organização.

Caso o atleta queira mesmo assim continuar a sua prova, deverá entregar o seu chip e dorsal e ficará por sua conta e risco.

Ultrapassando o tempo de passagem limite nem a organização nem os serviços de assistência podem garantir a segurança dos atletas, podendo “os corredores vassouras” levantar as fitas de marcação do percurso após o tempo limite.

Se a organização entender afastar um atleta devido ao seu estado de saúde este assim o deve fazer, de modo a garantir a sua segurança e o seu bem-estar.

2.6. Metodologia de controle de tempos

O controle de tempos será feito pela empresa Portimer, com recurso a chip.



2.7. Postos de controle

O controlo de passagem será feito pelos elementos da organização em locais não revelados.

2.8. Locais de abastecimento

O Trail terá um abastecimento líquido e dois abastecimentos sólidos/líquidos.

A caminhada terá um abastecimento líquido e um sólido.

Os locais dos abastecimentos serão anunciados junto à data do evento.

2.9. Material aconselhável

Telemóvel, depósito de água, bastões, luvas, manta térmica, *camelbak*, corta-vento, chapéu ou gorro.

A organização não disponibilizará copos nos abastecimentos.

O atleta que for identificado a colocar lixo nos trilhos, será desclassificado.

2.10. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

A prova será em *open road*, ou seja, todos os atletas terão que ter algum cuidado ao passar nos troços rodoviários, mesmo assim a organização terá voluntários nesses pontos.

2.11. Penalizações / desclassificações

Será penalizado ou desqualificado todo aquele que:

- i. não complete a totalidade do percurso (desqualificado)
- ii. deteriore ou suje o meio por onde passe (desqualificado)
- iii. não leve o dorsal bem visível (penalizado em 2m)



- iv. alteração do dorsal (desqualificação)
- v. ignore as indicações da organização (penalizado em 1h)
- vi. tenha alguma conduta anti-desportiva (desqualificado)

2.12. Responsabilidades perante o atleta/participante

Todos os atletas deverão estar atentos e assistir ou alertar a organização sobre acidentes que aconteçam durante os eventos...

2.13. Seguro desportivo

Todos os atletas serão cobertos por seguro de acidentes pessoal. Os participantes serão responsáveis de todas as ações susceptíveis de produzir danos materiais, morais ou de saúde a si mesmo e/ou a terceiros. A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo dos objetos e valores de cada participante.

Estas são as coberturas gerais do seguro de acidentes pessoais para o Trilhos do Mineiro

Morte ou invalidez permanente por acidente – 27.761,00€

Despesas de tratamento, transporte sanitário e repatriamento por acidente – 4.443,00€

Despesas de funeral por acidente – 2.222,00€

Franquia* – 75,00€ por pessoa e por sinistro

* A franquia é da responsabilidade do segurado

Para menores de 14 anos a indemnização por morte é reduzida ao valor das despesas de Funeral.



3. Inscrições

3.1. Processo inscrição

As inscrições serão efetuadas online no site www.lammspc.org, lá terá toda a informação referente à prova. Após ser feita a inscrição os atletas recebem uma referência Multibanco para regularizar o pagamento no prazo máximo de 48h, findo este prazo a inscrição será anulada, sendo necessário fazer novamente a inscrição. Os atletas não residentes em Portugal, deverão contactar a organização – eventos@lammspc.org – para efetuarem a sua inscrição.

3.2. Devolução do valor de inscrição

A Organização, em caso de cancelamento de inscrição por solicitação do participante, não se responsabiliza pela devolução do valor da inscrição. Se o evento for cancelado por qualquer outro tipo de situação alheio aos participantes, a organização responsabilizar-se-á na devolução de todo o valor correspondente às inscrições efectuadas.

3.3. Recolha de imagens e sons

O participante autoriza incondicionalmente a recolha da sua imagem e sons por meios sonoros e fotográficos e a sua reprodução nos meios de comunicação social e outros suportes utilizados pela entidade organizadora para fins de promoção e divulgação da atividade.

3.4. Valores, períodos de inscrição

As inscrições no Trilhos do Mineiro decorrerão em duas fases:

Trail

- i. De 6 de janeiro de 2019 a 22 de março de 2019 – 10,00€
- ii. De 23 de março de 2019 a 1 de abril de 2019 – 12,50 €



Caminhada

- i. De 6 de janeiro de 2019 a 22 de março de 2019 – 6,00€
- ii. De 23 de março de 2019 a 1 de abril de 2019 – 8,00 €

4. Categorias e Prémios

A entrega dos prémios será junto Museu Mineiro de São Pedro da Cova, sito na Rua de Vila Verde, nº. 253 – São Pedro da Cova.

Poderá haver antecipação ou adiamento da hora dependendo do “terminus” da prova. O local da entrega de prémios poderá ser alterado pela organização caso as condições climáticas não permitam utilizar o local definido.

4.1. Definição das categorias etárias - Escalões

- i. M/F Sub-23 – (18 a 22 anos)
- ii. Seniores M/F – (23 a 44 anos)
- iii. Veteranos M/F – (45 anos e seguintes)

Nota: As idades acima indicadas dizem respeito ao dia da competição.

4.2. Prémios

4.2.1. Trail 17km

- i. Classificados da Geral Masculina e Feminina -1º, 2º e 3º.
- ii. Classificados Sub-23 Masculino e Feminino -1º, 2º e 3º.
- iii. Classificados Sénior Masculino e Feminino -1º, 2º e 3º.
- iv. Classificados Veteranos Masculino e Feminino -1º, 2º e 3º.

Nota: Oferta de inscrição ao 1º classificado masculino e feminino natural de São Pedro da Cova.



4.2.2. Caminhada 8km

A Caminhada é considerada uma prova sem espírito competitivo pelo que não haverá classificações para a mesma.

4.2.3. Equipas mais numerosas (com 10 ou mais elementos)

1º, 2º e 3º Classificados.

4.2.4. Classificação por equipas (mínimo 3 elementos)

1º, 2º e 3º Classificados.

(Prémios a definir pela organização)

4.3. Prazos para reclamação de classificações

Prazo de 48 horas para apresentação de reclamações por correio electrónico para eventos@lammspc.org.