



# **Regulamento da VIII Edição do Trail de Santa Justa**

# 1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

## 1.1. IDADE PARTICIPAÇÃO DIFERENTES PROVAS

A VIII edição do Trail Santa Justa é uma prova que percorre trilhos e caminhos na serra de Santa Justa e de Pias no concelho de Valongo, com início e fim Junto à Igreja de Santa Justa. As três provas de carácter competitivo (30km, 15 km, 10km) estão abertas a maiores de idade (18 anos).

## 1.2. INSCRIÇÃO REGULARIZADA

O ato da inscrição pressupõe a aceitação das regras aqui estabelecidas. A inscrição será feita através do site de inscrições: [www.prozis.com](http://www.prozis.com), não sendo necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização. Aquando do levantamento do dorsal é necessário levar documento de identificação referente à inscrição. A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do praticante, inclusivé para efeitos de seguro.

## 1.3. CONDIÇÕES FÍSICAS

Para participar, é essencial:

- Estar consciente e preparado para a extensão e especificidade da prova;
- Ter adquirido, antes da corrida, uma verdadeira capacidade de autonomia pessoal nas montanhas, para gerenciar os problemas causados por este tipo de evento, incluindo problemas físicos ou mentais decorrentes de fadiga, problemas digestivos, dores musculares ou articulares, ferimentos leves, que possam ocorrer;
- Estar plenamente consciente de que o papel da organização não é ajudar o corredor a gerir os seus problemas, e que para uma prova realizada em segurança, depende diretamente da habilidade do atleta a se antecipar e/ou adaptar a problemas encontrados.

**Prova feita em semi-suficiência.**

## 1.4. DEFINIÇÃO POSSIBILIDADE AJUDA EXTERNA

Os atletas não podem receber ajuda externa fora dos locais dos abastecimentos sob pena de desclassificação.

## **1.5. COLOCAÇÃO DORSAL E CHIP**

Será atribuído um dorsal ao atleta que terá de ser colocado em local visível, devendo ser mostrado aos elementos da organização sempre que tal for solicitado. A não colocação do dorsal ou o seu extravio durante a prova implica a pena de desclassificação. Será fornecido aos atletas dos 15km e 30km um chip que deverá ser obrigatoriamente colocado na sapatilha sob pena de não ser classificado, a caminhada não tem carácter competitivo, nem classificação e não terá chip.

Os atletas deverão ser portadores de alfinetes ou outro tipo de suportes para fixar o respectivo dorsal assim como o chip.

## **1.6. REGRAS 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 DA PROVA(S) / ORGANIZAÇÃO**

A **ATAD- Amigos do Trail Associação Desportiva**, designadamente a sua equipa de trail running **Oralklass – Amigos do Trail**, é a entidade organizadora da sexta edição do evento **Trail Santa Justa**, que decorrerá dia 28 de Julho de 2019 em Valongo, independentemente das condições climatéricas do dia, desde que a organização entenda que não ofereçam risco aos participantes.

A VIII edição do Trail Santa Justa será constituída por duas provas competitivas:

- Trail Longo – 30 km - **prova integrante do Campeonato Nacional de Trail da ATRP**
- Trail Curto – 15 Km
- 10 Km- que podem ser feitos a correr ou a andar.

A VIII edição do Trail Santa Justa tem como parceiro estratégico a Câmara Municipal de Valongo.

## **2.2. PROGRAMA / HORÁRIO**

### **Sábado dia 27 de Julho**

14h00 abertura do secretariado (junto à Igreja da Santa Justa)

15.00H Santa Justa Kids

20h00 encerramento do secretariado

### **Domingo dia 28 de Julho**

6h00 abertura do secretariado (junto à Igreja da Santa Justa)

7h30 encerramento do secretariado do Trail Santa Justa – 30 km

8h00 partida do Trail Santa Justa – 30 km

8h30 encerramento do secretariado do Mini-Trail Santa Justa – 15 km

9h00 partida do Trail Curto- 15 km

9h15 partida dos 10 Km

10h30 hora prevista para a chegada dos primeiros atletas dos 10 km e 15 km

11h00 hora prevista para a chegada dos primeiros atletas dos 30 km

13h00 cerimónia de entrega de prémios

## **2.3. DISTÂNCIA (CATEGORIZAÇÃO POR DISTÂNCIA) / ALTIMETRIA (DESNÍVEIS POSITIVO E NEGATIVO ACUMULADOS) / CATEGORIZAÇÃO DE DIFICULDADE ATRP**

O **Trail Longo** terá uma distância de 30 km e um desnível positivo 1500m D+, tendo a classificação de Trail Longo (TL / Grau 3) conforme avaliação ATRP.

O **Trail Curto** terá uma distância de 15 km e um desnível positivo 850m D+, tendo a classificação de Trail Curto (TC / Grau 3) conforme avaliação ATRP.

Os 10 km podem ser feitos a correr ou a andar e terão um desnível positivo 300m D+

## **2.4. MAPA/ PERFIL ALTIMÉTRICO/ DESCRIÇÃO PERCURSO**

Informação a fornecer oportunamente em: [www.atad.pt](http://www.atad.pt), [facebook.com/tsantajusta/](https://facebook.com/tsantajusta/) e [facebook.com/OralklassAmigosdoTrail/](https://facebook.com/OralklassAmigosdoTrail/)

## **2.5. TEMPO LIMITE**

O tempo limite para a VIII edição do Trail Santa Justa será de 7 horas.

Ultrapassando o tempo de passagem limite os atletas serão barrados pelos "vassouras", pois nem a organização nem os serviços de assistência podem garantir a sua segurança, podendo "os corredores vassouras" levantarem 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 o seu bem-estar.

Se o atleta não seguir as indicações da organização fica à sua inteira responsabilidade.

## **2.6. METODOLOGIA DE CONTROLE DE TEMPOS**

O controlo de tempos será feito com recurso a chip.

## **2.7. POSTOS DE CONTROLE**

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo os atletas respeitá-lo ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos. A organização terá durante o percurso, postos de controlo onde os atletas terão que parar a fim de ser registado o controlo no seu dorsal. Os atletas devem respeitar a ordem de chegada ao controlo.

## **2.8. LOCAIS DOS ABASTECIMENTOS**

Informação a fornecer oportunamente em [facebook.com/tsantajusta/](https://facebook.com/tsantajusta/) e [facebook.com/OralklassAmigosdoTrail](https://facebook.com/OralklassAmigosdoTrail/)

## **2.9. MATERIAL OBRIGATÓRIO/ VERIFICAÇÕES DE MATERIAL**

Não haverá material obrigatório. No entanto, **É ALTAMENTE RECOMENDÁVEL LEVAR COPO OU SEMELHANTE PARA ABASTECIMENTO DE ÁGUA UMA VEZ QUE NÃO HAVERÁ GARRAFAS NEM COPOS NOS ABASTECIMENTOS.**

Aconselhamos a todos os atletas que se façam acompanhar de telemóvel e apito.

## **2.10. INFORMAÇÃO SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRAFEGO RODOVIÁRIO OU FERROVIÁRIO**

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

## **2.11. PENALIZAÇÕES/ DESCLASSIFICAÇÕES**

Será desclassificado o atleta que:

- Não cumpra o percurso estipulado;
- Não siga as indicações de elementos da organização ou colaboradores;
- Tenha alguma conduta anti-desportiva;
- Tenha alguma conduta poluidora;
- Não cumpra com o tempo limite de chegada de 7 horas.

## **2.12. RESPONSABILIDADES PERANTE O ATLETA/ PARTICIPANTE**

O participante assume, por livre e espontânea vontade, os riscos e suas consequências decorrentes da participação na prova, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de qualquer natureza. Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos da responsabilidade.

A inscrição nas provas implicará total aceitação do presente regulamento.

## **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 (LOCAL, PAGINA WEB, TRANSFERÊNCIA BANCÁRIA)**

As inscrições terão que ser efetuadas na plataforma de inscrições [www.prozis.com](http://www.prozis.com).

Após ser feita a inscrição os atletas terão que regularizar o pagamento no prazo máximo de 3 dias, após estes dias a inscrição será anulada, sendo necessário fazer novamente a inscrição.

Para atletas fora de Portugal transferência bancária para a seguinte conta:

**0061 0050 0559 0497 5008 2 - Amigos do Trail Associação Desportiva**

Enviando comprovativo para [tj@atad.pt](mailto:tj@atad.pt), com dados do atleta correspondente ao pagamento (nome, data de nascimento, clube, email e distância).

### **3.2. VALORES E PERÍODOS DE INSCRIÇÃO**

As inscrições da VIII edição do Trail Santa Justa abrem dia 1 de Abril de 2019 às 00h00. Teremos ao dispor 800 inscrições para o Trail Longo (30Km), 1200 inscrições para o Trail Curto (15km) e 400 inscrições para os 10km, a correr ou a andar.

#### **FASES DE INSCRIÇÕES:**

##### **Do dia 1 de Abril até ao dia 30 de Maio – 1ª Fase**

Prova 30 km – 17,00€

Prova 15 km – 12,00€

10km – 10,00€

##### **Do dia 1 de Junho até ao dia 30 de Junho – 2ª Fase**

Prova 30 km – 20,00€

Prova 15 km – 15,00€

10km-10,00€

##### **Do dia 1 de Julho até ao dia 16 de Julho – 2ª Fase**

Prova 30 km – 25,00€

Prova 15 km – 20,00€

10km – 10,00€

**As inscrições encerram dia 15 de Julho às 24h, caso não esgotem até esse dia.**

### **3.3. CONDIÇÕES DE VOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO**

Em momento nenhum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista da prova, a qualquer tempo. Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efetuadas no prazo máximo de 15 dias de antecedência à realização da prova. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos.

### **3.4. MATERIAL INCLUÍDO COM A INSCRIÇÃO**

- Participação na prova- dorsal e chip para as provas competitivas, com classificação no final;
- Seguro de acidentes pessoal
- Reforço alimentar e líquido em cada PA's
- Banhos de água quente no final da prova
- Eventuais brindes que a organização venha a angariar junto de patrocinadores e entidades locais.
- Lembrança *finisher* para todos os participantes que terminarem a prova
- Prémios por escalões e por equipas

### **3.5. SECRETARIADO DA PROVA/ HORÁRIOS E LOCAIS**

O secretariado funcionará junto à Igreja da Santa Justa com o seguinte horário:

- **Sábado dia 27 de Julho** das 14h às 20h
- **Domingo dia 28 de Julho** das 6h às 8h30

### **3.6. SERVIÇOS DISPONIBILIZADOS (TRANSPORTE, MASSAGEM, DUCHE, ETC)**

Abastecimento de sólidos e líquidos, enquanto em competição, nos postos assinalados. Transporte para a chegada, em caso de abandono ou ser impedido pela organização de



continuar em prova. Relembramos, que o transporte para a chegada está sempre dependente da circulação dos autocarros, entre a chegada e os pontos de recolha.

A organização não consegue definir horários.

Massagem de relaxamento, após a prova.

Duche.

## 4. CATEGORIAS E PREMIOS

### 4.1. DEFINIÇÃO DATA, LOCAL E HORA ENTREGA PRÉMIOS

Domingo, 28 de Julho - 13h00 – Igreja da Santa Justa

### 4.2. DEFINIÇÃO DAS CATEGORIAS ETÁRIAS/ SEXO INDIVIDUAIS E EQUIPAS

As categorias etárias serão definidas automaticamente em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato da inscrição, e tendo como referência a idade que o atleta terá a 31 de Dezembro da corrente época competitiva.

A classificação por equipas será atribuída em função dos 3 melhores tempos da geral (TL 30Km e TC 15Km)

- **ESCALÕES ETÁRIOS TL 30 KM**

Masculinos/ Femininos	Anos
Sub-23 M/F	18 aos 23
Seniores M/F	24 aos 39
M/F 40	40 a 44
M/F 45	45 a 49
M/F 50	50 a 54
M/F 55	55 a 59
M/F 60	>= 60

- **ESCALÕES ETÁRIOS TC 10 E 15 KM**

Masculinos/ Femininos	Anos
Seniores M/F	18 aos 39
Veteranos M/F	>= 40

### 4.3. PRAZOS PARA RECLAMAÇÃO DE CLASSIFICAÇÕES

Prazo de 1 semana para apresentação de reclamações por email para tsj@atad.pt

## **5. INFORMAÇÕES**

### **5.1. COMO CHEGAR**

**MORADA:** Rua Padre Santos Loureiro, 4440 Valongo

**GPS:** 41.178389, -8.497942

### **5.2. 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.

### **MODIFICAÇÕES**

Estas regras podem ser editadas, alteradas ou melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora, sem aviso prévio. O facto de realizar a sua inscrição implica a aceitação do presente regulamento.

### **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.