

# Regulamento Coimbra Trail

2019

## 1. CARACTERIZAÇÃO DO EVENTO E CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

### 1.1 Apresentação do evento/ Organização

O Coimbra Trail é um evento de Trail Running, numa organização conjunta do Clube de Praticantes Coimbra Trail Running, Câmara Municipal de Coimbra e Junta de Freguesia de Santo António dos Olivais, que ocorre em Coimbra no dia 29 de Setembro de 2019, integrando três provas competitivas e uma caminhada não competitiva:

- Ultra Trail de 43 km (aproximadamente);
- Trail de 26 km (aproximadamente);
- Mini Trail de 10 km (aproximadamente);
- Caminhada de 10 km (aproximadamente)

As provas Ultra Trail 43km e Trail 26km integram os Circuitos Nacionais de Trail Ultra e Trail, respetivamente. A prova Ultra Trail 43km será ainda Campeonato Distrital de Ultra Trail.

### 1.2 Idade mínima

Para poderem participar nas provas competitivas a que se refere o artigo anterior, os participantes devem ter, pelo menos, as idades que se seguem:

- Ultra Trail: 18 anos
- Trail: 17 anos
- Mini Trail: 16 anos

Para o efeito considera-se a idade que o participante terá a 31 de Outubro de 2019.

### 1.3 Inscrição regularizada

Para que a inscrição no Coimbra Trail se considere regularizada é necessário que, cumulativamente, se verifique:

- o preenchimento do formulário de inscrição, disponibilizado através do site da prova em [www.coimbratrail.pt](http://www.coimbratrail.pt);
- o pagamento do valor da inscrição.

#### **1.4 Condições físicas**

Todos os participantes do Coimbra Trail devem:

- estar conscientes da distância e das particularidades da prova em que vão participar e estar suficientemente treinados para concluírem a mesma;
- saber enfrentar problemas físicos e mentais resultantes, nomeadamente de fadiga extrema, problemas digestivos, articulares e dores musculares.

Os participantes do Coimbra Trail devem estar cientes de que não cabe à organização ajudá-los a ultrapassar as situações a que se refere o número anterior e de que, nessa medida, essa superação depende principalmente da sua capacidade de adaptação às situações problemáticas decorrentes deste tipo de evento.

#### **1.5 Ajuda externa e assistência pessoal**

Os participantes no Coimbra Trail podem receber assistência pessoal durante a prova, a qual apenas pode ser prestada nos postos de controlo/abastecimento previamente definidos pela organização do evento. Qualquer assistência ou ajuda externa prestada fora destes locais é expressamente proibida e poderá implicar a desclassificação do atleta.

#### **1.6 Colocação do dorsal**

O dorsal deve estar permanentemente visível durante toda a prova na parte da frente do atleta.

Apenas os participantes com dorsal visível têm acesso aos postos de controlo/abastecimento.

#### **1.7 Regras de conduta desportiva**

O Coimbra Trail é um evento que promove e privilegia o Fair Play.

Todos os participantes estão obrigados a prestar auxílio durante a prova a qualquer participante em situação de perigo, bem como a alertar os elementos da organização no posto de controlo/abastecimento mais próximo.

A entidade organizadora do Coimbra Trail pode excluir de qualquer prova, mesmo antes do respectivo início, qualquer participante que, pelo seu comportamento, impeça ou dificulte a gestão e/ou o bom funcionamento do evento.

O participante excluído nos termos do número anterior perde o direito ao reembolso do preço de inscrição.

## **2. A PROVA**

### **2.1 Limite de inscrições**

Por razões de logística e segurança, o Coimbra Trail é limitado a 1200 participantes, distribuídos da seguinte forma:

- Prova Ultra Trail 43km: 200 participantes
- Prova Trail 26km: 400 participantes

- Prova Mini Trail 10km: 300 participantes
- Caminhada: 300 participante

## 2.2 Percursos

Os percursos do Coimbra Trail são, maioritariamente, compostos por caminhos, trilhos, estradas florestais não asfaltadas, leitos de ribeiras e pequenas extensões de asfalto e atravessam as freguesias de Santo António dos Olivais, Torres do Mondego, Brasfemes e União de freguesias de Eiras e São Paulo de Frades.

A organização sinalizará os percursos com fitas sinalizadoras de cor laranja, placas e marcas no solo.

A opção do percurso a cumprir é efetuada no ato do preenchimento da inscrição on-line. O não cumprimento em prova, da opção escolhida no ato da inscrição, terá uma penalização de acordo com o previsto neste regulamento.

## 2.3 Horários

A partida das provas de Ultra Trail e Trail será dada em simultâneo às 9:00 do dia 29 de Setembro de 2019.

A partida do Mini Trail e caminhada será dada em simultâneo às 9:15 do dia 29 de Setembro de 2019.

## 2.4 Programa

A programação do Coimbra Trail será a seguinte:

- Sexta-feira, 5 de Abril  
abertura das inscrições
- Domingo, 22 de Setembro  
encerramento das inscrições (ou quando atingido o número máximo de participantes em cada distância)
- Sábado, 28 de Setembro

Horário	Local
16:30	Abertura do secretariado p/ levantamento de dorsais
21:00	Encerramento do secretariado

- Domingo, 29 de Setembro

Horário	Local
07:00	Abertura do secretariado para levantamento de dorsais
07:30	Abertura do controlo zero Ultra Trail
07:50	Briefing Ultra Trail na zona de meta

<b>08:00</b>	<b>Partida do Ultra Trail 43km</b>	<b>Largo de St.º António dos Olivais</b>
08:30	Abertura do controlo zero Trail	Largo de St.º António dos Olivais
08:50	Briefing c/ os atletas do Trail na zona de meta	Largo de St.º António dos Olivais
<b>09:00</b>	<b>Partida do Trail 26km</b>	<b>Largo de St.º António dos Olivais</b>
09:05	Abertura do controlo zero Mini Trail e caminhada	Largo de St.º António dos Olivais
09:20	Briefing Mini Trail e caminhada na zona de meta	Largo de St.º António dos Olivais
<b>09:30</b>	<b>Partida do Mini Trail e caminhada</b>	<b>Largo de St.º António dos Olivais</b>
10:25	Previsão de chegada do 1º atleta do Mini Trail	Largo de St.º António dos Olivais
11:30	Previsão de chegada do 1º atleta do Trail	Largo de St.º António dos Olivais
12:15	Previsão de chegada do 1º atleta do Ultra Trail	Largo de St.º António dos Olivais
12:30	Início do almoço para todos os participantes	Largo de St.º António dos Olivais
13:00	Cerimónia de entrega dos prémios Trail e Mini Trail	Largo de St.º António dos Olivais
15:00	Cerimónia de entrega dos prémios do Ultra Trail	Largo de St.º António dos Olivais
17:00	Encerramento da meta	Largo de St.º António dos Olivais

\* Programa sujeito a alterações.

## 2.5 Distâncias

As distâncias das provas do Coimbra Trail serão, aproximadamente, as seguintes:

<b>Prova</b>	<b>Distância total aproximada</b>
Ultra Trail	43 km
Trail	26 km
Mini Trail	10 km

A organização reserva-se o direito de, até ao início da prova, proceder a alterações às distâncias previstas.

A organização disponibilizará atempadamente os gráficos altimétricos dos percursos das provas.

## 2.6 Barreira horária

A Ultra Trail terá uma barreira horária num dos postos de controlo/abastecimento, a divulgar atempadamente pela organização.

Só são autorizados a continuar em prova os participantes que entrem ou saiam do posto de abastecimento antes da respectiva barreira horária.

Os participantes que não cumpram o tempo limite de chegada ou saída definido são desclassificados.

Os elementos da organização podem a qualquer momento, não permitir a continuação de qualquer atleta em prova se este não apresentar condições físicas e/ou psicológicas para prosseguir a prova em condições de segurança.

Qualquer participante que, tendo sido desclassificado ou impedido de prosseguir nos termos do presente artigo, pretenda continuar o percurso, fá-lo-á por sua exclusiva responsabilidade e em total autonomia.

## **2.7 Metodologia de controlo de tempos**

Será utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos com recurso a chip, a cargo da empresa “*StopandGo*”.

## **2.8 Postos de controlo/abastecimento**

Os abastecimentos disponibilizados para cada prova e caminhada serão nas seguintes quantidades:

- O Ultra Trail terá 5 postos de controlo/abastecimento;
- O Trail terá 3 postos de controlo/abastecimento;
- A Caminhada e o Mini Trail terão 1 posto de abastecimento.

A organização pode criar outros postos de controlo não divulgados ao longo dos percursos, para aferir do integral cumprimento destes por parte dos participantes.

Os abandonos da prova devem ocorrer apenas nos postos de controlo/abastecimento.

Sempre que os participantes não conseguirem alcançar um dos postos de controlo/abastecimento, devem contactar a organização, através do número disponibilizado para o efeito no peitoral do participante (o qual deverá ser igualmente gravado antecipadamente no seu telemóvel) por forma a que se possam desencadear os meios de resgate e salvamento.

A organização disponibiliza dois tipos de abastecimentos: só de líquidos ou de sólidos e líquidos. Os participantes devem certificar-se, antes de deixar cada posto de controlo/abastecimento, que dispõem da quantidade necessária de comida e de bebida que lhes permita alcançar o posto de controlo/abastecimento seguinte.

## **2.9 Material obrigatório**

Os participantes do Coimbra Trail na prova Ultra Trail devem, durante todo o percurso da prova, serem portadores do seguinte material:

- *reservatório de 500ml de líquidos;*
- *manta térmica;*
- *telemóvel operacional;*
- *apito.*

A organização reserva-se ao direito de poder alterar a obrigatoriedade do material em função das condições climáticas aquando da realização da prova.

A organização pode, antes, durante ou logo após a chegada, verificar o cumprimento do material obrigatório. Para a Caminhada os participantes deverão trazer calçado e vestuário adequados à prática da modalidade.

## **2.10 Passagem em locais com tráfego rodoviário**

Durante as provas do Coimbra Trail não se procederá ao corte do trânsito rodoviário, pelo que os participantes devem, nos locais do percurso com tráfego rodoviário, circular com precaução e cumprir as normas em vigor para o trânsito de peões.

## **2.11 Atravessamento de propriedades privadas**

Parte dos percursos do Coimbra Trail desenvolve-se através de propriedades privadas, pelo que os participantes devem abster-se de quaisquer actos susceptíveis de causar danos às mesmas.

Os participantes devem estar cientes de que, para além do tráfego rodoviário a que se refere o artigo anterior, durante o percurso das provas pode existir, nos terrenos atravessados, circulação de veículos, pessoas ou animais.

Os participantes são integralmente responsáveis pelo ressarcimento de eventuais danos causados a terceiros, resultantes de actos praticados em desrespeito do disposto no presente artigo.

## **2.12 Penalizações**

Constituem infracções ao presente Regulamento:

- a) a não prestação de auxílio a um participante que dele careça durante a prova;
- b) o abandono da prova sem aviso à organização;
- c) a partilha do dorsal com outra ou outras pessoas durante a totalidade ou parte do percurso;
- d) a utilização intencional de caminhos não integrantes do percurso;
- e) a utilização, durante o percurso, de transporte não autorizado;
- f) a agressão ou a injúria a outros participantes e/ou membros da Organização;
- g) a retirada de sinalização dos percursos;
- h) a desobediência às medidas de segurança estabelecidas pela Organização;
- i) o incumprimento das regras referentes a material obrigatório;
- j) o recurso a qualquer tipo de ajuda externa;
- k) o não cumprimento dos tempos limite de controlo nos postos de controlo com barreira horária;
- l) a não passagem por um ou mais postos de controlo;
- m) a perda do chip;
- n) o pedido de auxílio sem necessidade fundamentada;
- o) a danificação intencional do meio envolvente;
- p) a não utilização do dorsal na frente e visível;
- q) o recurso à assistência pessoal fora das zonas definidas para esse efeito;
- r) o arremesso ou largada de lixo nos percursos e áreas envolventes.

As infracções referidas nas alíneas a) a g) são punidas com a desclassificação dos participantes infractores bem como com a respectiva erradicação de futuras edições do Coimbra Trail.

As infracções referidas nas alíneas h) a o) são punidas com a desclassificação dos participantes infractores.

As infracções referidas nas alíneas p) a r) implicam uma penalização de 30 minutos no tempo final dos participantes infractores.

### **2.13 Responsabilidade do atleta/participante**

Os participantes assumem, de livre e espontânea vontade, os riscos decorrentes da participação nas provas do Coimbra Trail.

Sem prejuízo dos factos cobertos pelo seguro desportivo a que se refere o artigo seguinte, a organização, bem como quaisquer outros envolvidos na prova, não pode ser responsabilizada por quaisquer danos, quer sejam de ordem patrimonial ou não patrimonial, decorrentes da participação no Coimbra Trail.

A inscrição no Coimbra Trail implica a aceitação integral e sem reservas do presente Regulamento.

### **2.14 Seguro desportivo**

A organização subscreve um seguro de responsabilidade civil e de acidentes pessoais, de acordo com a legislação em vigor, durante a realização do Coimbra Trail, estando o respectivo prémio incluído no valor da inscrição. A organização declina, no entanto, toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo dos objetos e/ou valores de cada participante.

O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos participantes. Qualquer ocorrência durante a prova, passível de participação ao seguro, deverá ser comunicado por e-mail à organização num prazo máximo de 48h após o encerramento do evento, não assumindo esta o pagamento de quaisquer despesas de sinistros que não tenham sido comunicados em tempo oportuno.

*\*Nº da apólice a disponibilizar em breve.*

## **3. INSCRIÇÃO**

### **3.1 Processo de inscrição**

As inscrições no Coimbra Trail são feitas, exclusivamente, através do site [www.coimbratrail.pt](http://www.coimbratrail.pt).

Cada participante deve preencher o formulário de inscrição e pagar o valor inerente à mesma, sendo integralmente responsável pela veracidade dos dados fornecidos.

Após a confirmação do pagamento, o participante passa a fazer parte integrante da lista de inscritos.

Qualquer esclarecimento adicional deve ser pedido através do e-mail [geral@coimbratrail.pt](mailto:geral@coimbratrail.pt)

A alteração/troca de participantes inscritos só é permitida até ao dia 22 de Setembro de 2019 e condicionada à disponibilidade de vagas.

### 3.2 Valores e períodos de inscrição

A inscrição no Coimbra Trail pode ser feita no período compreendido entre 05/04/2019 e 22/09/2018.

A participação nas provas do Coimbra Trail implica o pagamento dos seguintes valores, variáveis em função da data em que a mesma é efectuada:

Prova	01/04 – 31/07	01/08 – 22/09
Ultra Trail	25€	30€
Trail	20€	24€
Mini Trail	13€	16€
Caminhada	11€	14€

Preços especiais para equipas: em cada 10 inscrições de uma mesma equipa oferta de 1 (ex.: 10 inscrições pagas + 1 gratuita).

Sócios ADAC terão a sua inscrição garantida até ao final da 1ª fase de inscrições bem como um desconto de 1,5€ em qualquer fase das inscrições.

### 3.3 Condições de devolução do valor da inscrição

Sempre que um participante se veja impedido de realizar a prova, por circunstância decorrente de doença diagnosticada ou acidente ocorrido após a respectiva inscrição, pode solicitar o reembolso do valor pago, nas condições previstas neste artigo.

O reembolso depende da apresentação de atestado médico comprovativo da doença ou acidente, impeditivos da participação.

O reembolso compreende apenas 50 % do valor de inscrição e deve ser solicitado até ao dia anterior à prova.

### 3.4 Inclusões com a inscrição

A inscrição nas provas ou caminhada do Coimbra Trail inclui:

- dorsal com o número do atleta;
- seguro de acidentes pessoais;
- abastecimentos durante a prova e no final;
- transporte para a chegada, em caso de abandono ou de ser impedido de continuar em prova;
- utilização de balneários após a prova;
- convívio e refeição na entrega dos prémios.

### 3.5 Secretariado da prova/horários e locais

O Secretariado do Coimbra Trail funcionará das 16:30 às 21:00 do dia 28 de Setembro e das 7:00 às 9:30 do dia 29 de Setembro, na Junta de Freguesia de Santo António dos Olivais, sita na Rua Flávio Rodrigues, n.º 21, 3000-550 Coimbra.



## 4. ESCALÕES E PRÉMIOS

### 4.1 Data, local e hora de entrega dos prémios

Os prémios do Coimbra Trail são entregues no dia 29 de Setembro de 2019, a partir das 13h00 no Largo de Stº António dos Olivais.

### 4.2 Categorias etárias/sexo individuais e equipas e classificações

As provas do Coimbra Trail são ganhas pelos participantes que obtiverem o menor tempo no final das mesmas, aí se incluindo as penalizações, se a elas houver lugar.

Os escalões etários serão definidos 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 de 2019, sendo as seguintes:

- Sub-23 M/F – dos 16 aos 22 anos
- Seniores M/F – dos 23 aos 39 anos
- Vet. M40/F40 – dos 40 aos 49 anos
- Vet. M50/F50 – dos 50 aos 59 anos
- Vet. M60/F60 – a partir dos 60 anos

Para cada prova é estabelecida uma classificação individual feminina e masculina, à geral e por escalões (apenas nas provas Ultra e Trail), e uma classificação por equipas masculinas e femininas (apenas nas provas Ultra e Trail), organizadas e premiadas da seguinte forma:

#### Ultra Trail 43km

	Masculino	Feminino
Geral individual	Troféu aos 3 primeiros	Troféu às 3 primeiras
Todos os escalões	Troféu aos 3 primeiros	Troféu às 3 primeiras
Equipas	Troféu às 3 primeiras	Troféu à primeira

#### Trail 26km

	Masculino	Feminino
Geral individual	Troféu aos 3 primeiros	Troféu às 3 primeiras
Todos os escalões	Troféu aos 3 primeiros	Troféu às 3 primeiras
Equipas	Troféu às 3 primeiras	Troféu à primeira

#### Mini Trail 10km

	Masculino	Feminino
Geral individual	Troféu aos 3 primeiros	Troféu às 3 primeiras

O apuramento da classificação por equipas em cada distância é efectuado com base nas três melhores classificações dos respectivos atletas, por sexo.

#### **4.3 Prazo para reclamação das classificações**

As reclamações relativas às classificações devem ser apresentadas à organização até 30 minutos após a chegada do último participante da distância respectiva.

A organização decide sobre todas as reclamações antes da publicação oficial dos resultados do Coimbra Trail.

## **5. DISPOSIÇÕES FINAIS**

### **5.1 Protecção de dados**

Os dados pessoais fornecidos pelos participantes do Coimbra Trail aquando do acto de inscrição são utilizados para efeitos de organização do evento, nomeadamente, seguradora, lista de inscritos, notícias e classificação sendo ainda facultados ao parceiro da organização, a empresa Prozis, para comunicações no âmbito de marketing, sem prejuízo dos direitos dos respectivos titulares.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, rectificação e anulação dos seus dados pessoais, devendo, para o efeito, enviar um e-mail para [geral@coimbratrail.pt](mailto:geral@coimbratrail.pt)

### **5.2 Direitos de imagem**

Os direitos de imagem são propriedade da organização do Coimbra Trail, não sendo permitida a comercialização de fotos ou vídeos sem a respetiva autorização desta.

O pedido de autorização para efeitos de comercialização, sendo aprovado, implica, no entanto, a disponibilização de todo o material à organização do Coimbra Trail após a prova e antes de qualquer publicação, sem qualquer marca de água ou assinatura, que as utilizará nas quantidades restritas para ilustração ou publicitação do evento.

Nas fotos fornecidas por terceiros e divulgadas pela organização do Coimbra Trail é divulgada a fonte das mesmas.

### **5.3 Casos omissos**

Todos os casos omissos a este regulamento e demais situações que ocorram diretamente relacionadas com o evento serão analisadas e decididas pela organização que será soberana nas suas decisões.

À organização não poderão ser imputadas responsabilidades decorrentes do não cumprimento da Lei geral e demais regulamentos em vigor as quais deverão ser suportadas pelos respetivos infratores.

#### **5.4 Disposições finais**

A prova rege-se pelo presente regulamento e por todas as adendas ao actualizações que forem publicadas pela organização até ao dia anterior à data da prova, as quais serão publicadas no site oficial da prova <http://www.coimbratrail.pt>

Todas as comunicações e informações referentes à prova são difundidas no seu site oficial, pelo que todos os participantes devem consultar o mesmo com a periodicidade necessária para que se mantenham atualizados.

À organização, patrocinadores e entidades credenciadas que colaboram no evento, reserva-se o direito de utilizar livremente e sob as formas lícitas, a identificação dos participantes, a sua imagem, assim como os resultados obtidos por estes. Caso os participantes optem por restringir o uso e divulgação da sua imagem e dos seus resultados, deverão notificar a organização, por escrito, até 24 horas após a hora de fecho das inscrições.

Nos casos de não realização do evento por motivos totalmente alheios à vontade da organização ou por qualquer acontecimento considerado de tal forma grave que esta não possa minimamente controlar, tais como, situações de catástrofe, intempéries ou outras calamidades, a organização fará todos os esforços no sentido de marcar a prova para outra data à sua escolha, não garantindo o reembolso ou crédito das inscrições no caso dos atletas que não possam participar.

No caso de alguma das situações graves descritas no ponto anterior ocorrer durante o decurso da prova e que ponha em causa a segurança ou a integridade física dos atletas, a organização reserva-se no direito de dar a prova por concluída, sendo a classificação final a que se conseguir apurar nesse momento.

Todo o comportamento antidesportivo implica a desclassificação do participante assim como a impossibilidade de aceitar a sua inscrição em futuras edições do Coimbra Trail. Considera-se antidesportivo todo o comportamento que seja lesivo para os restantes atletas em prova, para com os elementos da organização, ou para com o público. Considera-se ainda antidesportivo todos os comportamentos que violem as normas ambientais.

A organização não se responsabiliza pelo estado de saúde dos participantes e alerta para o facto de se tratar de um evento desportivo que requer cuidados específicos de preparação física e psicológica para o mesmo.

*Coimbra, 31 de Março de 2019*