



ACTIB
TRAIL
A NATUREZA AOS TEUS PÉS

13
2022
NOVEMBRO
09H00



REGULAMENTO

Índice

Índice	3
1. Organização	5
1.1. Organizador	5
1.1 Contactos	5
2. Apresentação	5
2.1. Prova	5
2.2. Localização do Evento	5
3. Condições de Participação	5
3.1. Idade	5
3.2. Regulamento	6
3.3. Condições Físicas	6
3.4. Ajuda Externa	6
3.5. Colocação Dorsal	6
3.6. Conduta Desportiva	6
4. Programa da Prova	6
4.1. Horário	6
4.2. Distância, Altimetria	7
4.3. Mapa ; Perfil Altimetria	7
4.4. Duração e Barreiras Horárias de Participação	7
4.5. Cronometragem	7
4.6. Postos de Controlo	8
4.7. Abastecimentos	8
4.8. Equipamento e Material	8
4.9. Tráfego Rodoviário	8
4.10. Penalizações	8
4.11. Responsabilidade do Participante	9
4.12. Seguro Desportivo	9
5. Inscrições	9
5.1. Método da inscrição	9
5.2. Valor e prazo da inscrição	9
5.3. Cancelamento de inscrição e reembolso	9
5.4. Material incluído na inscrição	10

6. Categorias e Prémios.....	10
6.1. Data, local e hora de entrega de prémios.....	10
6.2. Categorias e prémios.....	10
6.3. Prémios e troféus.	11
7. Informações complementares	12
7.1. Onde ficar	12
7.2. Estacionamento.....	12
7.3. Banhos.....	12
7.4. Responsabilidade Ambiental.....	12
7.5. Direito de Imagem.....	12
7.6. Apoio e Emergência	12
8. Casos Omissos	12
9. Diversos	12
10. Nomas de Conduta	13
11. Plano contingência COVID-19	13

1. Organização

1.1. Organizador

O Águeda Action Club – ACTIB, é uma associação que tem por fim o desenvolvimento e promoção do desporto na sua vertente mais desafiante, aventureira e radical. As suas principais atividades visam os desportos de ação praticados ao ar livre e a sua promoção de forma contínua e/ou através da realização de eventos de excelência.

1.1 Contactos

Águeda Action Club - ACTIB
Rua da Indústria Nº 415, Covão
ZI EN 1 Norte
3750-792 Trofa Agd
Tlm: +351 913 603 492
Email: geral@actib.pt

2. Apresentação

2.1. Prova

O ACTIB-TRAIL é uma prova organizada pelo Águeda Action Club – ACTIB em parceria com a Câmara Municipal de Águeda, a prova está inserida no “Troféu Trail Terras de Águeda” que conta com 11 provas pontuáveis. o ACTIB-TRAIL será a décima prova a contar para o troféu e decorrerá a 13 de novembro de 2022, as participações poderão ser efetuadas em três percursos, dois de carácter competitivo e cronometrado (Longo 25Km / Curto 15km) e um de carácter recreativo (caminhada 10Km).

2.2. Localização do Evento

No ACTIB-TRAIL, além de poder desfrutar da natureza que o concelho lhe oferece, será possível percorrer também a mítica pista do casarão, palco que recebe provas internacionais de outras modalidades e que lhe permitirá certamente proporcionar uma experiência única.

A prova irá ter início e fim no Crossódromo Internacional de Águeda, o secretariado mesmo local à entrada do recinto:

Crossódromo Internacional de Águeda
Avenida das 2 Rodas,
Parque Empresarial do Casarão
3750-860 Borralha
GPS: 40.552802, -8.401215

3. Condições de Participação

3.1. Idade

As duas provas competitivas (curto e longo) do ACTIB-TRAIL, são apenas destinadas a atletas com idade igual ou superior a 18 anos à data do registo da inscrição. A prova recreativa (caminhada) destinam-se a todos os indivíduos, cuja condição física o permita. Os participantes menores de idade (18 anos), são obrigados a fazer prova de autorização dos seus encarregados de educação por declaração escrita.

É permitida a presença de animais de companhia, sendo os donos obrigados a cuidar e a se responsabilizar pelo mesmo, sem colocar em causa ou condicionar a participação de outros atletas, ou o decorrer do evento.

3.2. Regulamento

Todos os participantes são obrigados ter a sua inscrição regularizada nos prazos estabelecidos e aceitar as restantes regras deste regulamento.

3.3. Condições Físicas

É imprescindível que os atletas gozem de boa saúde e se encontrem com uma preparação física e psíquica apta a esforços longos, não se responsabilizando a organização por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela sua participação. Aconselha-se, assim, que os participantes atestem a sua condição física pelas vias médicas adequadas.

É fundamental, também, que o atleta tenha a noção de autogestão do esforço, quer físico, quer mental, perante situações adversas às quais poderá ficar exposto, sem que seja possível ajuda/resgate imediato. O atleta deverá, ainda, saber como atuar em caso de pequenas lesões, indisposições gástricas, entre outras situações normais, decorrentes de atividades em montanha.

3.4. Ajuda Externa

O apoio aos atletas por elementos externos à organização estará apenas disponível nos postos de abastecimento, devendo o atleta, de acordo com o ponto 3.3., ter noção das suas necessidades durante a prova, assim como a sua capacidade de resolução dos problemas perante situações inesperadas.

3.5. Colocação Dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível. O dorsal do atleta deve estar em local facilmente visível aos elementos da organização e demais entidades que apoiam e/ou colaboram com a mesma. Em caso de desistência o atleta deverá entregar o dorsal à organização no secretariado da prova, comunicando dessa forma a sua desistência. No dorsal do atleta, serão indicados números de telefone da Organização, a serem usados em caso necessário.

3.6. Conduta Desportiva

O comportamento inadequado, o recurso a linguagem ofensiva, a agressão verbal ou de qualquer outra espécie, será comunicado às autoridades sempre que o ato seja merecedor de tal. Poderá ainda decorrer à desclassificação e expulsão do evento.

4. Programa da Prova

4.1. Horário

12 de Novembro de 2022

10h:00 às 17h:00 : Abertura do secretariado; Entrega de dorsais e Kit's de participação.

Local: Crossódromo Internacional de Águeda / outro a designar.

13 de Novembro de 2022

07h00 às 08h30 – Entrega de dorsais e Kit's de participação.

08h45 – Briefing geral aos participantes.

09h00 – Control Zero

- 09h15 – Partida Trail Longo (25km)
- 09h30 – Partida Trail Curto (15km)
- 09h35 – Partida Caminhada (10km)
 - Entrega Prémios
 - Encerramento

4.2. Distância, Altimetria

- Trail Longo** – 25 km; D+ 900 m ; D- 900 m; Grau (2)
- Trail Curto** – 15 km; D+ 600 m ; D- 600 m; Grau (3)
- Caminhada** – 10 km; D+m (a definir); D-m (a definir); grau (1)

Por razões meteorológicas e/ou de segurança, a organização reserva-se ao direito de alterar a distância e altimetria.

4.3. Mapa ; Perfil Altimetria

Informações em: <https://www.facebook.com/aguedaactionclubactib>

4.4. Duração e Barreiras Horárias de Participação

A provas serão terão o seguinte tempo limite para a conclusão das mesmas:

- Trail Longo** – 25 km / Tempo Limite de 7 horas após o início.
- Trail Curto** – 15 km / Tempo Limite de 5 horas após o início.
- Caminhada** – 10 km / Tempo Limite de 5 horas após o início.

Os atletas em competição serão obrigados a concluir a prova nos tempos limites acima referidos correspondentes a cada percurso, além do tempo limite estarão também condicionados a cumprir a barreira horária no último abastecimento, de forma a garantir o horário de plenitude.

Passagem obrigatória no último abastecimento:

- Trail Longo** – 25 km / até às 15h:00
- Trail Curto** – 15 km / até às 13h:30
- Caminhada** – 10 km / até às 13h:00

Os “Corredores Vassoura” ou o responsável de cada controle terão o poder para retirar da prova qualquer atleta, se o seu estado de saúde assim aconselhar, ou por não cumprir as barreiras horárias, ou por outro motivo que o justifique.

O atleta que se retirar deverá avisar a organização do seu abandono, comunicando à mesma o seu respetivo número do dorsal.

4.5. Cronometragem

A cronometragem será realizada através de:

- Chip:** Individual que o atleta terá que validar nas passagens assinaladas. (tapete de partida e final);
- Dorsal:** que o atleta deverá validar em cada posto de controlo (picagem);

A não entrega e/ou perda de um chip à organização é da exclusiva responsabilidade do participante. Ficarão a cargo dos participantes todos os custos associados à sua reposição.

4.6. Postos de Controlo

Os controlos intermédios estarão em lugares pré-definidos pela organização, devidamente sinalizados e com elementos da organização devidamente identificados. O Percurso estará marcado com fitas e sinaléticas, sendo obrigatório seguir as respetivas indicações de forma a cumprir o trajeto na sua totalidade.

4.7. Abastecimentos

A organização providenciará abastecimentos para todos os atletas, os abastecimentos irão ser distribuídos estrategicamente para que os atletas possam disfrutar do evento com segurança e em boas condições físicas. No final das provas haverá abastecimento líquido e sólido:

- Trail Longo 25km: 4 Abastecimentos** (Sólido + Líquido)
(aos 7km, aos 14km, aos 19Km + Final)
- Trail Curto 15km: 3 Abastecimentos** (Sólido + Líquido)
(aos 7 km e aos 13Km + Final)
- Caminhada 10km: 2 Abastecimento** (Sólido + Líquido)
(aos 5km + Final)

4.8. Equipamento e Material

Cada atleta deverá equipar-se individualmente de forma consciente com material adequado às suas condições físicas e às dificuldades do percurso a percorrer.

Material obrigatório:

- Trail Longo 25km:** Manta térmica, Telemóvel, Apito e Reservatório de água.
- Trail Curto 15km:** Telemóvel, Apito e Reservatório de água.
- Caminhada 10km:** Reservatório de água.

Informamos também que os abastecimentos líquidos não serão fornecidos através de garrafas nem de copos plásticos. Cada atleta é responsável por levar consigo o (s) recipiente (s) que julguem mais adequado (s) para a sua hidratação.

4.9. Tráfego Rodoviário

O atleta tem obrigatoriamente de cumprir as regras de trânsito nas estradas de uso público, devendo ainda respeitar o meio envolvente ao percurso, tendo consciência de que o percurso pode atravessar propriedade privada sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

4.10. Penalizações

A organização poderá penalizar qualquer atleta e a desclassificar o mesmo, quando este:

- a) Não cumpra o presente regulamento;
- b) Não complete a totalidade do percurso;
- c) Falhe um dos postos de controlo;
- d) Deteriore ou suje o meio por onde passe;
- e) Não leve o seu número de dorsal bem visível;
- f) Perca o seu chip e/ou dorsal;
- g) Ignore as indicações da organização;
- h) Tenha alguma conduta antidesportiva;
- i) Por outro motivo que o justifique.

- j) Em consequência de uma desclassificação, a mesma poderá impedir a inscrições em provas futuras organizadas pelo mesmo organizador.

4.11. Responsabilidade do Participante

A inscrição na prova implicará total aceitação do presente regulamento.

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

A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente, de 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 resultante dos atos acima descritos.

4.12. Seguro Desportivo

A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de provas. O prémio do seguro está incluído no valor da inscrição.

5. Inscrições

5.1. Método da inscrição

A inscrição é realizada online através da plataforma da Lap2go.

Ao inscrever-se está a concordar na íntegra com o presente regulamento;

A inscrição é pessoal e intransmissível e é aceite por ordem de chegada;

A inscrição só é válida após o recebimento do valor monetário.

A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro;

A Organização reserva-se o direito de aceitar inscrições de última hora.

5.2. Valor e prazo da inscrição

O período das inscrições é obrigatório conforme o quadro abaixo, nas inscrições recebidas após a respetiva data limite 31/10/2022, **a organização não garante o fornecimento do material ao atleta.**

As inscrições variam em valor consoante o período do registo da mesma:

Período de inscrições	Trail Longo (25Km)	Trail Curto (15Km)	Caminhada (10Km)
Até 30/09/2022	15 €	13 €	9 €
de 1/10/2022 a 31/10/2022	17 €	15 €	10 €

5.3. Cancelamento de inscrição e reembolso

Caso as condições climatéricas e/ou ambientais se verifiquem extremas (ex.: incêndio florestal, tempestades, ciclones, etc.) a partida pode ser atrasada num máximo de duas horas, período após o qual a prova é cancelada.

As mesmas também podem ser suspensas, adiadas e/ou anuladas por decisão da Organização e / ou das entidades oficiais, tais como Proteção Civil, GNR, MAI, DGS, etc.

Em qualquer das situações descritas não haverá em caso algum direito a reembolso.

Tendo em conta a situação que deriva da pandemia de COVID-19, se o evento for cancelado, suspenso e / ou adiado, pela Organização e / ou a Autoridade de Saúde até à data-limite das inscrições, será dada a hipótese ao atleta de transpor a sua inscrição para a prova de 2023.

Na eventualidade de desistência após a inscrição, a organização não reembolsa o valor da inscrição, exceto quando um participante tiver um impedimento para fazer a prova, desde que esse impedimento esteja associado a um acidente ou a uma doença diagnosticada já após o registo na prova.

O atleta deve remeter um e-mail com os seus dados de inscrição, atestado médico e o IBAN para geral@actib.pt, para a organização poder proceder ao respetivo reembolso, caso exista direito ao mesmo. Em caso algum serão devolvidas taxas de inscrição.

Não serão aceites cancelamentos por telefone.

Os atletas são responsáveis por verificar se todos os seus dados se encontram corretos nas listas de inscritos, entretanto publicadas. Só serão aceites retificações apenas até ao encerramento das inscrições.

Caso o atleta solicite alteração de inscrição para uma prova com uma distância inferior, o eventual valor de diferença não será restituído.

5.4. Material incluído na inscrição

A organização garante o fornecimento do seguinte material aos atletas inscritos:

Trail longo e Trail curto: Dorsal; T-Shirt técnica; Seguro de acidentes pessoais; Abastecimentos. **

Caminhada: T-Shirt técnica; Seguro de acidentes pessoais; Abastecimentos. **

**Poderão ainda ser fornecidos outros materiais e brindes que a organização consiga obter, limitado ao stock existente.

Será possível ao atleta adquirir outros materiais com opção de compra, caso seja do interesse do atleta, sem obrigatoriedade da compra dos mesmos para participar na prova.

Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de um documento de identificação e de quatro alfinetes ou porta dorsal.

NOTA: A organização não garante o material em inscrições efetuadas fora de prazo. Ver ponto número "5.2" deste regulamento.

6. Categorias e Prémios

6.1. Data, local e hora de entrega de prémios

Informações publicadas oportunamente conforme o programa em:

<https://www.facebook.com/aguedaactionclubactib>

6.2. Categorias e prémios

Haverá classificação por categorias que serão determinadas conforme o quadro abaixo.

As duas provas competitivas (Trail Longo e Trail Curto) do ACTIB-TRAIL, são apenas destinadas a atletas com idade igual ou superior a 18 anos. Para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões, será considerada a idade que o atleta terá à data do registo da inscrição.

Idade	Masculinos	Femininos
18 a 39 anos	Sénior M	Sénior F
40 a 49 anos	Veterano M40	Veterano F40
50 a 59 anos	Veterano M50	Veterano F50
60 ou mais	Veterano M60	Veterano F60

6.3. Prémios e troféus.

A prova contempla a atribuição de prémios e troféus aos melhores atletas. Os troféus referem-se a uma lembrança física sem valor monetário, a ser entregue no pódio ao respetivo atleta consoante o lugar alcançado. Os prémios são monetários e entregues pelo parceiro da prova, neste caso a Câmara Municipal de Águeda. Nos seguintes termos:

Troféu Geral - TRAIL LONGO (25Km)		
Lugar	Atleta	Atleta
1º, 2º, 3º	Masculinos	Femininos

Troféu Geral - TRAIL CURTO (15Km)		
Lugar	Atleta	Atleta
1º, 2º, 3º	Masculinos	Femininos

Troféu por Escalão - TRAIL LONGO (25Km)		
Lugar	Masculinos	Femininos
1º, 2º, 3º	Sénior M	Sénior F
1º, 2º, 3º	Veterano M40	Veterano F40
1º, 2º, 3º	Veterano M50	Veterano F50
1º, 2º, 3º	Veterano M60+	Veterano F60+

Troféu por Escalão - TRAIL CURTO (15Km)		
Lugar	Masculinos	Femininos
1º, 2º, 3º	Sénior M	Sénior F
1º, 2º, 3º	Veterano M40	Veterano F40
1º, 2º, 3º	Veterano M50	Veterano F50
1º, 2º, 3º	Veterano M60+	Veterano F60+

Troféu por Equipas	
Lugar	Designação
1º, 2º, 3º	Trail Longo (25km)
1º, 2º, 3º	Trail Curto (15km)
1º	Equipa Mais Numerosa

Prémio Geral - TRAIL LONGO (25Km)		
Lugar	Masculinos	Femininos
1º	50 €	50 €
2º	30 €	30 €
3º	20 €	20 €

Prémio Geral - TRAIL CURTO (15Km)		
Lugar	Masculinos	Femininos
1º	50 €	50 €
2º	30 €	30 €
3º	20 €	20 €

7. Informações complementares

7.1. Onde ficar

Parque para campismo ocasional disponibilizado no recinto do Crossódromo Internacional de Águeda, junto ao local da partida, sob pedido na altura da inscrição. Terá disponibilidade de Wc, Eletricidade, Água.

7.2. Estacionamento

Parqueamento disponibilizado no recinto do Crossódromo Internacional de Águeda, junto ao local da partida. A organização não se responsabiliza por qualquer dano causado nas viaturas, deverá solicitar o local de estacionamento junto à entrada.

7.3. Banhos

A organização disponibiliza banhos quentes aos atletas nos balneários do Crossódromo Internacional de Águeda. Os atletas que o pretenderem deverão informar previamente a organização por email através do geral@actib.pt ou presencialmente no secretariado ao levantar os respetivos dorsais.

7.4. Responsabilidade Ambiental

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta. O descarte de resíduos “lixo” de forma deliberada para o chão é motivo de penalização (desclassificação) para o atleta em causa.

7.5. Direito 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.

7.6. Apoio e Emergência

Haverá equipas de apoio em locais estratégicos, para socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem. Contudo, cabe a cada atleta ter sempre presente a sua capacidade física e taxa de esforço, a alcançar, sem colocar em causa o seu bem-estar.

8. Casos Omissos

Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela organização, de cujas decisões não haverá recurso.

9. Diversos

Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar as regras de viação nos cruzamentos da estrada.

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova se as condições meteorológicas assim o obrigarem, ou devido a força maior.

10. Nomas de Conduta

- a) Todos os participantes deverão:
- b) Conhecer e aceitar as condições do presente regulamento;
- c) Efetuar corretamente a inscrição;
- d) Aceitar participar no evento voluntariamente e sob sua própria responsabilidade na competição e por conseguinte, concordar em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes.
- e) Estar conscientes da distância e das particularidades das provas e estarem suficientemente treinados para isso.
- f) Saber enfrentar problemas físicos e mentais resultantes da fadiga, problemas digestivos, articulares e dores musculares, tendo a consciência de que não é papel da organização ajudar um atleta a ultrapassar estes problemas e que tal depende principalmente da sua capacidade em adaptar-se às situações problemáticas decorrentes deste tipo de competição.
- g) Saber que as provas competitivas são de participação individual, e que não podem fazer-se acompanhar de animais.
- h) Aceitar que, caso desistam de participar nas provas em que se encontram inscritos, a organização não devolverá o valor das respetivas inscrições.
- i) Saber que não se aceita alterações dos dados pessoais fornecidos pelos participantes após o termo das inscrições.

11. Plano contingência COVID-19

As regras a aplicar no evento estarão sujeitas às normas e recomendações da Direção Geral de Saúde em vigor durante o período durante o qual a prova se realizará, e que a Organização comunicará em tempo útil aos atletas.

