

## REGULAMENTO / 2ª EDIÇÃO – 04 DE JUNHO DE 2017

### 1. APRESENTAÇÃO DO EVENTO

O Pastor Trail é co-organizado pela Comissão de Festas de Nossa Senhora do Ó e pelo grupo Galhardos Runners. Este evento decorrerá no dia 04 de junho de 2017 na aldeia de Freixo da Serra, com absoluto respeito pelo meio ambiente. Devido a questões de logística, o Pastor Trail terá inscrições limitadas, tanto nas provas Mini-Trail e Trail como na Caminhada.

Todos os percursos terão passagem por várias zonas com interesse histórico e paisagístico.

#### 1.1. PROVAS

O Trail, o Mini-Trail e a Caminhada decorrerão quase na totalidade por caminhos e trilhos. Nos pontos onde os participantes se cruzem com trânsito rodoviário, haverá sinalização e elementos da organização para alertar a situação. No entanto, como não nos será possível realizar o corte de tráfego nessas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas povoações e estradas de uso público, devendo ainda respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas.

A prova terá início no Largo do Cruzeiro e terminará nas antigas instalações da Escola Primária, atual sede da Junta de Freguesia.

Existem três provas distintas, o Trail (competitivo), o Mini-Trail (competitivo) e a Caminhada (não competitiva). Todas as provas decorrerão no dia 4 de junho de 2017 e terão início às 9h15. Futuramente serão divulgados dados referentes a mapas e altimetria.

#### 1.2. CONTROLO DE TEMPO

O controlo do tempo de cada participante do Mini-Trail e Trail será feito com base na partida comum a todos os participantes. Será controlada a chegada de cada um dos participantes por um membro da organização do evento.

#### 1.3. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

O percurso do Trail terá dois postos de abastecimento, um líquido e outro sólido+líquido. O Mini-Trail e a caminhada terão um posto de abastecimento sólido+líquido. No entanto os percursos têm vários pontos naturais de água. Caso seja necessário devido às condições climatéricas, serão introduzidos novos pontos de abastecimento.



#### 1.4. MATERIAL ACONSELHADO

É aconselhado que cada participante leve consigo telemóvel e depósito de água. Mais próximo da data do evento poderão ser indicados outros materiais, como por exemplo protetor solar.

#### 1.5. REGRAS DE CONDUTA DESPORTIVA

O Pastor Trail é um evento que promove e privilegia, acima de tudo, o fair-play. É fundamental que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo e/ou contactem a organização.

#### 1.6. SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA

Em situação de emergência os participantes poderão proceder das seguintes formas:

- Contactar a organização, cujo contacto estará no dorsal;
- Contactar 112.

#### 1.7. SEGURO DESPORTIVO

Existirá seguro desportivo para os participantes do Mini-Trail e Trail.

#### 1.8. COLOCAÇÃO DO DORSAL

O número do participante presente no dorsal é pessoal e intransferível. O dorsal deve ser colocado de forma visível, preferencialmente à altura do peito. Cada participante é responsável por garantir a fixação do dorsal.

#### 1.9. INSCRIÇÃO

As inscrições serão aceites exclusivamente online, num formulário elaborado para o efeito ([www.pastortrail.pt](http://www.pastortrail.pt))

##### 1.9.1. TAXA DE INSCRIÇÃO

A taxa de inscrição varia consoante a prova em que o atleta se inscreve:

**Caminhada:** 10€

**Mini-Trail:** 10€

**Trail:** 15€



### 1.9.2. PAGAMENTO

O pagamento varia consoante a forma da inscrição. Nas inscrições online, o pagamento deverá ser realizado por transferência bancária para o IBAN: *[ver IBAN da ARDCSF]* para validar a inscrição o participante deverá enviar o comprovativo da mesma para o seguinte e-mail [pastortrail@gmail.com](mailto:pastortrail@gmail.com). Seguidamente o atleta receberá um e-mail de confirmação de validação da inscrição.

### 1.10. MATERIAL INCLUÍDO NA INSCRIÇÃO

#### TRAIL 21KM

- T-shirt técnica oficial do evento
- Seguro de acidentes pessoais
- Abastecimentos líquidos e sólidos
- Dorsal personalizado
- Lembrança

#### MINI TRAIL 10KM + CAMINHADA 10KM

- T-shirt oficial do evento
- Seguro de acidentes pessoais
- Abastecimento líquido e sólido
- Lembrança

### 1.11. SECRETARIADO DA PROVA

O Secretariado da prova funcionará no dia da mesma, no local da partida, tendo abertura marcada para as 8h00 até as 09h00.

### 1.12. SERVIÇOS DISPONIBILIZADOS

Serão disponibilizados a todos os participantes do evento banhos quentes e transporte dos postos de abastecimento para o local de partida para os atletas desistentes. Todo o evento será apoiado por ambulâncias dos Bombeiros Voluntários de Folgoso e Bombeiros Voluntários de Melo.

### 1.13. PRÉMIOS

Serão premiados os três primeiros classificados masculinos e femininos das provas Mini-Trail e Trail, assim como a Equipa que contar com mais inscritos participantes.



#### 1.14. ALMOÇO E ENTREGA DE PRÉMIOS

O almoço começará a ser servido as 13h00, seguindo-se a entrega dos prémios.

#### 1.15. INFORMAÇÕES

Para participar é indispensável estar consciente das distâncias e dificuldades das mesmas e de se encontrar preparado física e mentalmente.

Qualquer dúvida poderá ser exposta e esclarecida na página oficial do evento no Facebook ([www.facebook.com/pastortrail](http://www.facebook.com/pastortrail)), no site do evento ([www.pastortrail.pt](http://www.pastortrail.pt)) ou via e-mail ([pastortrail@gmail.com](mailto:pastortrail@gmail.com)).

#### **NOTA**

ESTE REGULAMENTO ESTÁ SUJEITO A ALTERAÇÕES QUE SERÃO DEVIDAMENTE COMUNICADAS ATRAVÉS DOS CANAIS DO EVENTO.

