

## **Regulamento do Trail Noturno Ludens Machico**

*TNLM - 13km*

O Ludens Clube de Machico é o clube organizador do evento denominado “Trail Noturno Ludens Machico”, que decorrerá a 13 Dezembro de 2014.

Este evento decorrerá com absoluto respeito pelo meio ambiente.

### **Artigo 1. - Requisitos e Obrigações dos Participantes**

Para participar na prova os participantes devem reunir os seguintes requisitos:

- Ter pelo menos 18 anos na data da realização da prova.
- Conhecer e aceitar as condições do presente regulamento.
- Efetuar corretamente a inscrição.
- Os participantes inscritos no “Trail Noturno Ludens Machico” aceitam participar voluntariamente e sob a sua própria responsabilidade na competição. Por conseguinte concordam em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes de qualquer responsabilidade com os mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, dos seus colaboradores e participantes.
- **Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito em cidades e estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.**
- Os participantes devem estar conscientes da distância e das particularidades da prova e estarem minimamente treinados/preparados para tal.
- Terem adquirido, antes da prova, uma real capacidade de autossuficiência, que permita a gestão dos problemas inerentes a este tipo de prova, nomeadamente em condições climatéricas adversas (vento, frio, chuva) e na escuridão.
- Durante a prova, os atletas podem efetuar ultrapassagens, desde que a mesma não coloque em risco a sua integridade e a dos seus concorrentes. Os atletas ultrapassados devem facilitar a manobra de ultrapassagem, encostando-se o máximo ou parando, caso seja necessário.
- Os participantes terão de saber enfrentar problemas físicos e mentais resultantes de fadiga extrema, problemas digestivos, articulares e dores musculares, etc.
- Ter a consciência de que não é papel da organização ajudar um participante a ultrapassar estes problemas e que tal depende principalmente da sua capacidade em adaptar-se às situações problemáticas decorrentes deste tipo de evento.
- Esta prova é de participação individual, não é permitido fazer-se acompanhar de animais.
- O participante deverá assim, preencher o Termo de Responsabilidade para ser entregue aquando do Check-In ou enviado antecipadamente para ao mail [ludensmachico@gmail.com](mailto:ludensmachico@gmail.com) . Este documento poderá ser descarregado no site do evento.

### **Artigo 2. - Inscrições**

A inscrição no “Trail Noturno Ludens Machico” implica compreender e aceitar sem reservas as regras e regulamento da prova.

- Serão aceites as inscrições feitas na página web [www.ludensmachico.pt](http://www.ludensmachico.pt).
- O pagamento (€10) deverá ser efetuado, ou por transferência bancária (Nib: 0033 0000 4522 3429 0470 5) ou dirigindo-se à sede do Ludens Clube de Machico.
- Deverá enviar o comprovativo para [ludensmachico@gmail.com](mailto:ludensmachico@gmail.com). Após confirmação do pagamento, o nome vigorará na lista de inscritos.
- O período de inscrições decorrerá entre 18 de Novembro e 12 de Dezembro de 2014 e são **limitadas a 150 participantes**.
- **A taxa de inscrição é de 10,00 €**
- A inscrição é definitiva.
- O valor da inscrição inclui:
  - Seguro de responsabilidade civil e acidentes pessoais.
  - Transporte para a chegada, em caso de abandonar a prova ou ser impedido pela organização de continuar em prova.
  - Lembrança oficial do evento: T-shirt técnica
  - O pagamento da taxa de inscrição implica uma reserva de lugar aos primeiros 150 inscritos.

### Artigo 3. Lugares limitados

- A entidade organizadora reserva-se ao direito de aumentar ou reduzir o número de vagas (150) por razões de segurança ou por qualquer outro motivo que possa afetar o bom funcionamento da prova. Todas as alterações serão anunciadas com a devida antecedência no site oficial.
- A entidade organizadora reserva-se ao direito de excluir da corrida, mesmo antes do seu início, qualquer participante que, através de seu comportamento, condicione a gestão e / ou o bom funcionamento da prova. Caso isso ocorra, o atleta não será reembolsado.

### Artigo 4. Cancelamento de Inscrição e Reembolso da taxa

- O reembolso pode ser solicitado 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 cancelamento deve ser solicitado por e-mail para: [ludensmachico@gmail.com](mailto:ludensmachico@gmail.com). A este pedido terá de ser anexado o atestado médico e o comprovativo de pagamento.
- Não serão aceites cancelamentos por telefone.
- Os montantes reembolsados aos participantes que reúnam as condições acima mencionadas, irão variar de acordo com a data em que solicitar o reembolso.
- Se o evento for cancelado por razões alheias à vontade da organização, até à data limite das inscrições, haverá direito a reembolso numa determinada percentagem calculada pela organização, que permita cobrir os gastos até então assumidos com o evento.

## Artigo 5. Semi-autonomia

Semi-autonomia é definida como a capacidade de ser autónomo durante todo o percurso, não somente na comida mas também no vestuário e segurança, sendo capaz de se adaptar particularmente a situações adversas (mau tempo, problemas físicos, lesões, etc) e à escuridão. Os participantes devem possuir a capacidade de semi-autonomia.

## Artigo 6. Material Obrigatório

Material obrigatório (a apresentar no Check-In e a ser transportado pelo participante durante toda a prova)

<b>Material</b>	<b>TNLM – 13km</b>
Mochila com água ou porta bidões (c/1L)	x
Barra energética ou gel energético	x
Luz frontal ou lanterna	x
Telemóvel	x
Corta-vento ou impermeável	x

### Material Recomendado:

- Lanterna suplente
- Apito
- Vestuário de cobertura dos membros inferiores
- Luz traseira intermitente
- Bastões
- Roupa de compressão

- Durante a competição, todos os participantes têm de se fazer acompanhar da totalidade do material obrigatório. Em qualquer momento durante a prova, os diretores ou chefes de controlo podem verificar o material obrigatório. O participante terá de aceitar estes controlos de forma pacífica, sem contestar, sob pena de ser excluído da prova. Ver lista de penalizações no artigo 15º.

- Por questões de segurança, é recomendável aos participantes que façam a verificação do seu material, no intuito de se certificarem que está em perfeitas condições para a realização da prova. A Luz frontal ou lanterna é fundamental para a conclusão da prova, as baterias devem ter autonomia suficiente para a duração da prova.

## Artigo 7. Postos de Controlo e Abastecimentos

- Os postos de controlo são pontos obrigatórios de passagem e estão localizados em locais delineados pela organização. Em cada um destes controlos estará um responsável da organização.
- O controlo será feito manualmente. Não controlar num ou mais pontos de controlo, levará à desclassificação do participante.
- Durante a prova poderá existir “controlos-surpresa” de forma a assegurar o cumprimento integral do percurso. A sua posição, obviamente, não será comunicada pela organização.
- Somente os participantes com peitoral visível terão acesso aos postos de controlo.
- Haverá apenas **1 posto de abastecimento de líquidos**.
- Aos participantes é possível assistência pessoal, dada apenas por uma pessoa e somente autorizada nos 100 metros que antecedem a entrada nos postos de controlo. Toda a assistência profissional (treinador, médico, equipa) é estritamente proibida.

#### Artigo 8. Distância e Tempo Máximo

- O “Trail Noturno Ludens Machico” é um evento que tem um tempo limite de execução de 3 horas e 30 minutos.
- A barreira horária é calculada para permitir aos participantes alcançar a linha de meta no tempo limite imposto, contabilizando já as possíveis paragens (descanso, abastecimentos, etc).
- Qualquer participante excluído da prova e que deseje continuar, só pode fazê-lo entregando o seu peitoral, prosseguindo à sua própria responsabilidade e em completa autonomia.

#### Artigo 9. Abandono, Evacuação e Assistência Médica

- Os abandonos devem ser feitos somente nos postos de controlo. Na eventualidade de um acidente ou lesão em que o participante esteja imobilizado e não consegue alcançar um posto de controlo, deve ativar a operação de salvamento, entrando em contacto com a organização.
- O número de contacto da organização, para efeitos de emergência, deverá ser gravado antecipadamente no telemóvel do participante (925 783 480).
- A organização disponibiliza transporte desde o ponto de abandono, com acessibilidade rodoviária, até à chegada.
- É essencial que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo e alertem o posto de controlo mais próximo ou contatem a organização.
- Não esquecer que, devido a problemas associados ao ambiente e tipo de evento pode ser necessário aguardar pela assistência durante mais tempo do que o previsto. Assim sendo, a segurança primária dos atletas depende basicamente da qualidade dos materiais/equipamentos que os mesmos possuem.
- Os participantes devem acatar as decisões do pessoal médico especializado.

#### Artigo 10. Alteração do Percurso ou das Barreiras Horárias; Cancelamento da Prova

- A organização reserva-se ao direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo, sem aviso prévio. Em caso de condições climatéricas fortemente adversas a partida pode ser atrasada no máximo uma hora, após o qual, a prova é cancelada. Não haverá direito a reembolso.

- Durante a prova, em caso de mau tempo, e por razões de segurança, a organização reserva-se ao direito de modificar as barreiras horárias, de suspender, reduzir, neutralizar ou parar a prova. Não haverá direito a reembolso.

#### Artigo 11. "Check-In"

- No Check-In os participantes devem apresentar os seguintes documentos:

- BI / C.C. ou Passaporte.

- Termo de responsabilidade (preenchido e assinado pelo próprio).

- Todos os participantes devem apresentar o material obrigatório. Os participantes que não apresentem este material, ou apresentem-no inutilizável ou defeituoso, não passam nesta verificação e como tal não podem participar no evento.

**Nota:** aconselhamos todos os participantes a realizar o seu Check-in nos dias 12 de Dezembro no Secretariado.

Todos os participantes irão receber:

- Peitoral - Este deve estar permanentemente visível durante toda a prova. Consequentemente, deve ser posicionado sobre a roupa, na zona do peito, e não pode ser por qualquer razão fixado sobre a perna ou nas costas. Este peitoral deverá ser devolvido à organização após a prova.
- T-shirt técnica oficial do evento + brindes a definir.

#### Artigo 12. Seguro

- O organizador subscreve um seguro de responsabilidade civil e de acidentes pessoais durante a vigência do evento. Este seguro garante a cobertura das suas responsabilidades, e dos seus colaboradores e participantes.

- Em caso de acidente, o participante deverá, em primeiro lugar, contatar a organização, a qual providenciará o seu encaminhado para a instituição médica mais adequada ao seu estado de saúde, juntamente com uma cópia da respetiva participação de sinistro. Por vezes e, dada a urgência / gravidade de alguns acidentes, torna-se impossível diligenciar o preenchimento da participação no ato do sinistro. Nestas circunstâncias, a participação do sinistro poderá ser tratada após concluídos os primeiros socorros ao participante.

- A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

Os participantes nesta prova estão cobertos por um seguro de acidentes pessoais, com a seguinte cobertura:

- Morte ou Invalidez permanente: 26.278,00 €
  - Despesas de tratamento, repatriamento e salvamento por acidente: 4.204,00 €
- Tudo o que exceda estes valores é da responsabilidade do participante.

### Artigo 13. Partida e Chegada

- Antes da partida, os participantes devem concentrar-se junto à Câmara Municipal de Machico para que seja dada a Partida. A Organização não fornecerá transporte desde o Secretariado (Sede do Ludens) até ao Local da Partida – cerca de 800m, pelo que é da responsabilidade do atleta chegar à mesma.

- No acesso para a “caixa” de partida, é fundamental que os atletas sejam controlados na entrada pela Organização, sob pena de serem desclassificados. Os atletas devem evitar forçar a entrada por outro local do perímetro.

- O relógio iniciará a contagem no momento estabelecido, com ou sem a presença dos participantes. Os participantes que não estiverem presentes até 15 minutos após a partida ou que se apresentem para além deste período, serão impedidos de partir e, como tal não serão classificados.

- A chegada será junto ao Forte de Nossa Senhora do Amparo (Alameda dos plátanos).

### Artigo 14. Sinalização

- A organização sinalizará o percurso com fitas sinalizadoras (vermelhas ou brancas) com uma banda refletora, placas ou marcas no pavimento de cor amarela. É imperativo seguir os caminhos sinalizados sem tomar atalhos. Os participantes, se deixarem de ver sinalização durante aproximadamente 100 metros, deverão voltar para trás até encontrar novamente a respetiva sinalização. Existirão também luzes intermitentes de cor verde nalguns locais do percurso.

### Artigo 15. Penalização e Desclassificação

A direção da prova e os comissários existentes nos controlos são responsáveis pela aplicação das regras e regulamento que regem a prova e por isso estão autorizados a aplicar penalizações e desclassificações. Realçamos novamente a importância do material obrigatório.

### Artigo 16. Categorias, Classificações e Prémios

Categorias:

#### **Masculinos**

Seniores - 18 a 39 anos  
M40 - 40 a 49 anos  
M50 - 50 a 59 anos  
M60 - mais de 60 anos

#### **Femininos**

Seniores - 18 a 39 anos  
F40 - 40 a 49 anos  
F50 - mais de 50 anos

As categorias serão definidas em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato da inscrição, e tendo como referência a idade dos participantes a 1 de janeiro do ano a que diz respeito a competição. À exceção óbvia do escalão 'Seniores', caso o n.º de atletas não atinja o mínimo de 3, os mesmos serão integrados e classificados no escalão imediatamente anterior.

### **Classificações e Prémios:**

- Somente os participantes que controlarem todos os postos de controlo (CP'S) e cortarem a linha de meta dentro do tempo estipulado, serão classificados (FINISHERS).
- Na zona do secretariado, o participante deverá devolver o dorsal à organização.
- Prémios a nível individual, medalhas para os três primeiros classificados de cada escalão.
- É obrigatória a presença dos premiados na cerimónia de entrega de prémios. A organização não enviará troféus nem quaisquer outros elementos por correio postal ou outro meio de distribuição.

### Artigo 17. Reclamações

- Toda e qualquer reclamação deve ser colocada por escrito e remetida ao diretor da prova, acompanhada de uma caução de 30€ (não reembolsável caso a reclamação seja indeferida) até duas horas após a chegada do participante em questão. Na reclamação deve constar o nome do reclamante, n.º BI/CC ou passaporte, nome do(s) participante(s) afetados, n.º do peitoral e motivos alegados. As classificações provisórias também podem ser alvo de reclamação, até 30 minutos após a sua publicação.
- O júri, que analisará a reclamação, é composto pelo diretor da prova, que preside, pelo presidente ou vice-presidente do clube organizador e por uma personalidade de reconhecido mérito na área do Trail. O júri pronunciar-se-á antes da afixação dos resultados oficiais.
- As decisões tomadas pelo júri são soberanas e não são objeto de apelo.

### Artigo 18. Direitos de Imagem e Publicidade

- A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do "Trail Noturno Ludens Machico" e de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do evento. Qualquer projeto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da organização.
- É obrigatório o uso do material publicitário fornecido pela organização, (peitoral, autocolantes, etc.). Modificar, dobrar ou ocultar o material publicitário será alvo de penalização.

### Artigo 19. Proteção de Dados

Os dados dos participantes indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos exclusivos de processamento no evento, sendo publicados nomeadamente na lista de inscritos, notícias diversas e classificação. Todos os participantes

podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para ludensmachico@gmail.com.

#### Artigo 20. 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.

#### **APOIOS:**

- Câmara Municipal de Machico
- Junta de Freguesia de Machico
- AMDpT
- Matur Helth Center
- Ivan Roxo Photography