

## **Regulamento do “Trail Semana da Saúde” – 9km”**

O Ludens Clube de Machico e a Junta de Freguesia de Machico organizam o evento denominado ““Trail Semana da Saúde” – 9km”” que decorrerá a 21 de Maio de 2016.

O ““Trail Semana da Saúde” – 9km”” com a distância de 9km, 400m D+, e cujo Regulamento aqui descrevemos. A prova insere-se na celebração da Semana da Saúde organizada pela Junta de Freguesia de Machico, e como tal pretende-se que seja uma festa do desporto/saúde e do *Trail running*. A prova têm um carácter de LAZER.

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

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

- Ter pelo menos 18 anos.
- Conhecer e aceitar as condições do presente regulamento.
- Efetuar corretamente a inscrição.
- Os participantes inscritos no ““Trail Semana da Saúde” – 9km”” 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.
- 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 [ludenstrail@gmail.com](mailto:ludenstrail@gmail.com). Este documento poderá ser descarregado no site do evento e facebook.**

## Artigo 2. - Inscrições

A inscrição no “Trail Semana da Saúde” – 9km” implica compreender e aceitar sem reservas as regras e regulamento da prova.

- Serão aceites as inscrições feitas em [www.ludensmachico.pt](http://www.ludensmachico.pt), ou no local de partida até às 9h20.

- **O pagamento (€5) deverá ser efetuado através de transferência bancária para o NIB da Associação de Paralisia Cerebral da Madeira - 0033 0000 0978 0362 2972 1**

**Enviar o Comprovativo para [ludenstrail@gmail.com](mailto:ludenstrail@gmail.com), após confirmação do pagamento, o nome vigorará na lista de inscritos.**

- O período de inscrições decorrerá entre 18 e 31 de Maio de 2015.

- **Taxas de inscrição:**

**“Trail Semana da Saúde” – 9km” - 5,00 €**

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.
- O pagamento da taxa de inscrição implica uma reserva de lugar.

## Artigo 3. Lugares limitados

- A entidade organizadora reserva-se ao direito de aumentar ou reduzir o número de vagas 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: [ludenstrail@gmail.com](mailto:ludenstrail@gmail.com)

- 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). Os participantes devem possuir a capacidade de semi-autonomia.

## Artigo 6. Material Obrigatório

- **Telemóvel**
- **Dorsal** - Os atletas terão de levar o Dorsal fornecido pela Organização (a devolver no final da prova).

## Material Recomendado:

- Mochila com água ou porta bidões (c/1L)
- Telemóvel
- Apito
- Vestuário de cobertura dos membros inferiores

## Artigo 7. Distância e Tempo Máximo

- O “Trail Semana da Saúde” – 9km” é um evento que tem um tempo limite de execução de 2 horas e 30 minutos.

## Artigo 8. Abandono, Evacuação e Assistência Médica

- Na eventualidade de um acidente ou lesão em que o participante esteja imobilizado e não consegue alcançar um posto de controlo, deve entrar 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 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.

## Artigo 9. Alteração do Percurso ou 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).

**Nota:** os atletas receberão o seu peitoral somente no dia da prova, junto ao solar do Ribeirinho até às 9h20.

Todos os participantes irão receber o 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. **No final o peitoral deverá ser entregue à Organização.**

No dia da prova serão aceites inscrições apenas no local da Partida (Solar do ribeirinho) até 10 minutos antes da partida – 9h20.

#### Artigo 11. 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 12. Partida e Chegada

- Antes da partida, os participantes devem concentrar-se junto ao solar do ribeirão/Machico para que seja dada a Partida.

- 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 no mesmo local.

**- A Partida do “Trail Semana da Saúde” – 9km”” será às 9h30**

## Artigo 13. Sinalização

- A organização sinalizará o percurso com fitas sinalizadoras (vermelhas, azuis e brancas) com uma banda refletora e placas. 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.

- Haverá um elemento da Organização a cerrar fila, no final.

## Artigo 14. Penalização e Desclassificação

A direção da prova é responsável pela aplicação das regras e regulamento que regem a prova e por isso estão autorizados a aplicar penalizações e desclassificações.

## Artigo 15. Categorias, Classificações e Prémios

Dada a natureza não competitiva da prova, existirão apenas lembranças/prémios para os **3 primeiros classificados de cada género**. Não haverá classificação.

## Artigo 16. Reclamações

- Toda e qualquer reclamação deve ser colocada por escrito e remetida ao diretor da prova.

## Artigo 17. Direitos de Imagem e Publicidade

- As entidades organizadoras reservam-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do “Trail Semana da Saúde” – 9km” e de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do evento. Qualquer projeto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da organização.

## Artigo 18. 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 ludenstrail@gmail.com.

#### Artigo 19. 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:**

- Junta de Freguesia de Machico
- Alojaki
- Ivan Roxo Photography
- Centro Terapêutico de Machico
- Loja Agrícola de Machico (CAF)