



REGULAMENTO

TRILHO DO INFANTE – Penela 2019

APRESENTAÇÃO

A 4ª Edição do Trilho do Infante será realizada no Sábado e Domingo de **9 e 10 de Março de 2019, em Penela**. Os percursos e a envolvimento do evento acontecem pelas terras e Concelho de Penela. A prova realiza-se, independentemente das condições climatéricas desse dia, desde que a Organização entenda que as mesmas não oferecem risco para os participantes.

O 4º Trilho do Infante será constituído por três provas competitivas e uma não competitiva:

- ✓ Ultra: 53km, 3200m D+
- ✓ Longa: 32km, 2000m D+
- ✓ Curta: 16km, 980m D+
- Caminhada e Corrida de 11km (não cronometrado)

ORGANIZAÇÃO

É uma Organização conjunta da [Associação Infante Dom Pedro](#) e dos [Bombeiros Voluntários de Penela](#). Tem o Forte Apoio do Município de Penela, Juntas de Freguesia, Associação de Desenvolvimento do Ceira e Dueça e outras entidades públicas e privadas. A Organização é composta também por dezenas de voluntários que muito contribuem para o sucesso do evento.

O Evento tem um cariz Solidário e ajuda os Bombeiros Voluntários de Penela, especificamente na aquisição de Equipamentos de Socorro à Comunidade!

INICIATIVA CO-FINANCIADA POR:



AS PROVAS

As Provas e a Caminhada percorrerão caminhos e trilhos com vislumbre natural, paisagens sobre a Serra da Lousã e Serra da Sicó. Os passos serão dados entre a Vila de Penela, e o extremo mais a Este do Concelho. Os participantes deixam pegadas e recolhem emoções pela Cascata da Pedra da Ferida, Castelo de Penela, Praia Fluvial da Louçainha, São João do Deserto e outros locais que merecem ser visitados e (re)descobertos junto e no meio da natureza, a correr e a caminhar.

- **Ultra 53km, 3200+** terá a distância, aproximadamente, de **53Km** com cerca de **3200** metros de acumulado positivo.

A partida acontece às 7H00 de Sábado, 9 de Março de 2019.

- **Longa 32km, 2000+** terá a distância, aproximadamente, de **32Km** com cerca de 2000 metros de acumulado positivo.

A partida acontece às 9H30 de Sábado, 9 de Março de 2019.

- **Curta 16km, 980+** terá a distância, aproximadamente, de 16,5Km com cerca de 980 metros de acumulado positivo.

A partida acontece às 9H30 de Domingo, 10 de Março de 2019.

-A **Caminhada (Correr ou Caminhar)** com cerca de 11 km de distância, terá aproximadamente 400 metros de acumulado positivo. Este percurso não será cronometrado, embora cada participante pode optar por realizá-lo a correr ou a caminhar. Ao seu ritmo! A partida será às 09H45 de Domingo, 10 de Março de 2019.

Se a Organização o entender, e a segurança dos participantes o justificar, poderão ser alterados os percursos e as distâncias previamente estabelecidos, sendo todas as alterações devidamente comunicadas até às 20H de sexta-feira, dia 7 de março de 2019, via EMAIL e Página Oficial de Facebook.

Os participantes devem estar devidamente preparados, com pelo menos uma hora de antecedência, devidamente equipados e aptos a participar na prova que escolherem. Existirá controlo nas partidas destas provas, que abrirá 45 minutos antes do seu começo e encerrará 5 minutos antes da partida.

PERCURSOS

Ultra K53, 3200m D+:

Penela – Monte de Vez – Ferrarias – Farelo – Ferraria de São João – São João do Deserto – Pessegueiro – Pé de Esquio – Pedra da Ferida – Praia Fluvial da Louçainha – Serra do Espinhal – Espinhal – Pavilhão Multiusos Penela. **PERCURSO CIRCULAR**

Longa 32Km, 2000m D+:

Espinhal (Parque Verde Quinta da Cerca) – Ferraria de São João – São João do Deserto – Pessegueiro – Pé de Esquio – Pedra da Ferida – Praia Fluvial da Louçainha – Serra do Espinhal – Espinhal – Pavilhão Multiusos Penela. **PERCURSO LINEAR**

Curta 16Km, 980m D+:

Espinhal (Parque Verde Quinta da Cerca) – Pé de Esquio – Pedra da Ferida – Serra do Espinhal – Espinhal – Pavilhão Multiusos Penela. **PERCURSO LINEAR**

Caminhada (Correr ou Caminhar) – 11km

Penela – Monte de Vez – São Sebastião – Castelo de Penela – Pavilhão Multiusos Penela.

PERCURSO CIRCULAR

TRANSPORTES AUTOCARROS PARA AS PARTIDAS

Provas	Distância	D+ (aprox.)	Sábado	Domingo
K53 – Ultra	<u>53km</u>	<u>+3300 metros</u>		
K32 – Longa	<u>32km</u>	<u>+2000 metros</u>	<u>Pavilhão Multiusos Penela</u> <u>7H30-8H30</u>	
K16 – Curta	<u>16,5km</u>	<u>+980 metros</u>		<u>Pavilhão Multiusos Penela</u> <u>7H30- 8H45</u>
Caminhada, 11km	<u>11km</u>	<u>+400 metros</u>		

CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

Para participar é indispensável:

- Terem pelo menos 18 anos de idade e gozarem de boa saúde, sendo aconselhável que os participantes atestem a sua condição física pelas vias médicas adequadas.
- Será permitido participar na distância curta (16km) a partir dos 15 anos de idade, mediante preenchimento de autorização/declaração de um Adulto. Disponível para download no site oficial. Devendo enviar por email (inscricoes@trilhodoinfante.run), com referência ao atleta em questão, até 28 de fevereiro 2019. Em alternativa, no acto do levantamento do dorsal haverá possibilidade para o preenchimento e entrega.
- **Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos, consciente do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado física e mentalmente.**
- **Ter a percepção, antes do evento, que neste tipo de provas podem surgir condições climatéricas e ambientais adversas, nomeadamente: chuva, vento, nevoeiro, etc.**

PRÉ-REQUISITOS INSCRIÇÃO PROVA ULTRA 53KM, 3200M+:

CONFIRMAR A REALIZAÇÃO DE UMA PROVA DE NO MÍNIMO 30KM EM 2018, COLOCANDO NO FORMULÁRIO DE INSCRIÇÃO O SEGUINTE:

1-LINK DE ATLETA NA ITRA ou LINK DE UMA CLASSIFICAÇÃO DE PROVA REALIZADA

Estar consciente que a organização procura ser o mais profissional possível, dentro do amadorismo e voluntariado. E ciente de que tudo fará para que o 4º Trilho do Infante seja uma prova única e uma experiência inesquecível para todos os participantes.

INSCRIÇÕES E TAXAS Abertura Oficial de Inscrições a 2 de Janeiro 2019.

PROVAS	PRAZOS			
	1º: Até 31/Jan/2018		2º: Até 28/Fev/2019	
	Valor	<u>Com Licença Desportiva</u>	Valor	<u>Com Licença Desportiva</u>
Ultra K53, 3200m D+	29€	25€	34€	30€
Longa 32Km, 2000m D+	19€	17€	24€	22€
Curta 16Km, 980m D+	13€	12€	17€	16€
Caminhada 10Km	7	7	10	10

PRAZOS LIMITES DE INSCRIÇÃO

- 1º Prazo: Até 31/1/2019
- 2º Prazo: 28/2/2019

CANCELAMENTOS E TRANSFERÊNCIAS DE INSCRIÇÃO

Em caso de cancelamento (ou não comparência) da participação em qualquer uma das provas, não haverá direito a reembolso dos valores pagos, caso a comunicação da não comparência seja comunicado para além do dia 28 de Fevereiro de 2019. Será aceite o cancelamento de inscrição mediante análise individual de cada caso e/ou motivos.

Somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta ou eventuais alterações, que devem ser efectuadas até às 18h00 do dia 28 de Fevereiro 2019, mediante análise individual de cada caso e/ou motivos.

Os pedidos de alteração entre os dias 1 e 4 de março 2019, são possíveis, no entanto terão um custo de 5€.

Os eventuais casos, poderão entrar em contacto com a organização através de email:

geral@trilhodoinfante.run ou inscricoes@trilhodoinfante.run

FORMULÁRIO DE INSCRIÇÕES – www.trilhodoinfante.run

A veracidade dos dados fornecidos, no acto de inscrição, é da responsabilidade dos participantes, inclusive para efeitos de Seguro. O valor de inscrição inclui o direito a:

- Dorsal
- Abastecimentos
- Seguro de Responsabilidade Civil e Acidentes Pessoais
- Classificação
- T-shirt Técnica Caminhada 11km (Correr e Caminhar)
- Meias Prozis Trilho do Infante para 16km, 32km e 53km
- Banho quente
- Almoço (Prato Quente, Pão e Bebida)
- Massagens e outras coisas ou surpresas que a organização venha a angariar
- T-shirt Oficial do Evento (valor adicional: 6€)

O ato de inscrição pressupõe a total aceitação das regras aqui estabelecidas.

PAGAMENTOS

O Pagamento será efectuado após o preenchimento do formulário na Prozis, através de transferência bancária (gerada automaticamente), tendo o participante o máximo de 48 horas para o efectuar.

NÚMERO LIMITE DE PARTICIPANTES

Provas	Participantes
<u>Ultra</u> K53, 3200m D+	200
<u>Longa</u> 32Km, 2000m D+	300
<u>Curta</u> 16Km, 980m D+	400
Caminhada (10Km)	300

NOTA: Os números limite de participantes poderão ser alterados se a Organização assim o entender.

SECRETARIADO

O Secretariado e Levantamento dos Dorsais funcionam nos seguintes locais:

8 de Março: 16H00-20H00: Penela Center

9 de Março: 5H30-20H00: Pavilhão Multiusos de Penela

10 de Março: 7H00-9H30: Pavilhão Multiusos de Penela

É OBRIGATÓRIO apresentar Cartão de Cidadão no levantamento de Dorsais.

PERNOITA/SOLO DURO

Existe espaço para pernoitar nas noites de 8 e 9 de Março, enviando um email até dia 28 de fevereiro 2019 para inscricoes@trilhodoinfante.run, com o assunto: "Solo Duro". O solo duro será no Pavilhão Multiusos com colchões fornecidos.

ESCALÕES ETÁRIOS – Todas as Distâncias têm classificação geral e escalões!

Ultra | Longa | Curta

	Masculino	Feminino
Idade	Escalaão	
15 e 16 Anos	Juvenis M*	Juvenis F*
17 e 18 Anos	Juniores M*	Juniores F*
19 a 22 Anos	Sub 23 M	Sub 23 F
23 a 39 Anos	SEN M	SEM F
40 a 49 Anos	M40	F40
50 a 59 Anos	M50	F50
60 Anos ou mais	M60	F60

Escalaões Juvenis e Juniores*: Apenas na distância Curta.

Para efeitos de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerado o ano de nascimento do atleta, ou seja considera-se a idade que o atleta terá a 31 de Dezembro do ano de 2018.

CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

Haverá troféus para os 3 primeiros classificados da classificação geral (femininos e masculinos) e classificação por escalão, assim como para as três equipas melhor classificadas. Em todas as distâncias!

Para a classificação colectiva contarão os 3 melhores atletas de cada equipa, independentemente do seu escalão ou sexo, sendo o resultado de cada equipa obtido pela soma dos pontos alcançados na classificação geral, vencendo a equipa que somar menos pontos (pelo seguinte sistema de pontuação: 1º classificado – 1 ponto, 2º classificado – 2 pontos, 3º classificado – 3 pontos, e assim sucessivamente).

CRONOMETRAGEM

A Cronometragem será realizada de forma contínua, iniciando com o sinal de partida e, para efeitos de classificação, terminará quando o atleta passar a linha de meta.

TEMPOS LIMITE

Provas	Tempo Limite	Barreiras Horária
<u>Ultra</u> K53, 3200m D+	11H30	32 km – 6H30 43km – 9H00
<u>Longa</u> 32Km, 2000m D+	8H00	21 Km – 5H30 de Prova
<u>Curta</u> 16Km, 980m D+	5H00	-
Caminhada (10Km)	4H00	-

MATERIAL A TRANSPORTAR PELOS PARTICIPANTES DURANTE AS PROVAS

<u>Material Obrigatório</u>	53km Ultra	32km Longa	16km Curta	Caminhada (11Km)
Peitoral a ser fornecido pela organização, a ser colocado na parte frontal do atleta e visível durante a totalidade do percurso	X	X	X	X
Mochila ou equipamento similar para transporte de material	X	X	X	
Recipiente(s) de água ou equivalente com um mínimo de 1 litro de capacidade total	X	X		
Manta térmica (min. 140x200 cm)	X	X	X	
Calçado apropriado para corridas em montanha	X	X		
Casaco impermeável com capuz e manga comprida	X	X		
Telemóvel operacional (com saldo e bateria suficientes)	X	X	X	X
Alimentação de reserva	X			
Apito	X	X		
Copo com um mínimo de 12 cl de capacidade (a organização não cederá copos nos abastecimentos)	X	X	X	X
<u>Material Recomendado</u> que poderá ser Obrigatório em caso de <u>Condições Adversas</u>	53km Ultra	32km Longa	16km Curta	Caminhada (10Km)
Bastões	X			
Calças compridas que, no mínimo, cubram o joelho	X			
Boné/Gorro/Lenço/Banda	X	X		X
Luvas	X	X		

Em função das previsões meteorológicas, a Organização poderá alterar o equipamento obrigatório.

ABASTECIMENTOS

A Organização encarrega-se de fornecer os líquidos nos postos de abastecimento, não fornecendo recipientes para a ingestão dos mesmos.

Os atletas deverão transportar consigo um copo ou recipiente similar para que possam abastecer nos locais proporcionados pela Organização.

Só é permitida ajuda externa aos atletas nos postos de abastecimento.

Os Locais, Distância e Localização dos Abastecimentos serão disponibilizados no site oficial a partir de 1 de Fevereiro de 2019, em www.trilhodoinfante.run

Todos os Abastecimentos terão Sólidos e Líquidos!

POSTOS DE CONTROLO

A marcação do percurso é da responsabilidade da Organização, devendo os atletas respeitá-lo ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos. Ao longo do percurso existirão vários postos de controlo (electrónicos e manuais), em locais que poderão ou não ser comunicados aos atletas. Se houver necessidade disso, os atletas deverão parar a fim de ser registado o seu dorsal nos postos de controlo. Os atletas devem respeitar a ordem de chegada ao controlo.

NUMERAÇÃO

O número do atleta é pessoal e intransferível e deve ser usado na parte da frente do corpo, preferencialmente, à altura do peito. A Organização reserva o direito de atribuir o nº de Dorsal.

Em caso de perda do dorsal, o atleta sofrerá uma Penalização de 3 HORAS no tempo final da prova.

RISCOS

A prova será em sistema de Open-Road, ou seja, o atleta é responsável pelo atravessamento de estradas. Ainda que nos pontos mais lógicos e pertinentes haverá elementos da Organização a garantir condições de maior segurança.

O participante assume, por livre e espontânea vontade, os riscos e suas consequências decorrentes da participação na prova, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de qualquer natureza. Fica a organização, bem como qualquer dos envolvidos na organização do evento, isentos de responsabilidade.

CAMINHADA

Haverá uma distância não-cronometrada para ser realizada a correr ou a caminhar. Será de aproximadamente, 11Kms, com cerca de 400 metros de desnível acumulado positivo e partida às 09h45 de Domingo, 10 de março. Haverá um abastecimento a sensivelmente meio do percurso. Trata-se de um percurso de dificuldade ligeira a moderada.

Para efeitos de inscrição oficial e participação na Caminhada, apenas terão direito ao Kit de Participação os participantes que fizerem a inscrição, incluindo: Participação, Abastecimentos, Artigo Técnico, Almoço, Banho Quente e Seguros.

A responsabilidade da participação na Caminhada de crianças e jovens até aos 18 anos é da inteira responsabilidade dos pais, declinando a Organização qualquer responsabilidade em termos de seguro em acidentes provocados pelos mesmos.

Inscrições Obrigatórias a partir dos 8 Anos de Idade.

Não é permitida, nem aconselhada a participação de crianças com idade inferior a 8 anos.

SEGURO

A Organização providenciará um Seguro de Acidentes Pessoais a todos os participantes que não estejam abrangidos pelo Seguro de atletas filiados nas Associações de Atletismo Distritais, ou na Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal. No ato de inscrição é obrigatório a indicação da necessidade ou não de efectuar o Seguro. A entidade seguradora será indicada oportunamente.

BANHOS

Os banhos serão disponibilizados no Pavilhão Multiusos de Penela, Piscinas Municipais e outros locais divulgados oportunamente.

RESPEITO PELA NATUREZA

O atleta é responsável pelo transporte dos invólucros e outro lixo não natural, provenientes de Geles, Barras, etc., no seu próprio Camelbak ou Cinto, depositá-lo no abastecimento mais próximo ou transportá-lo até á Meta.

É obrigatório e expectável que qualquer elemento natural (plantações, muros, sinalética, marcações, etc.) ao longo do percurso seja mantido em plenas conservações.

O não cumprimento da regra anterior dará direito à desclassificação do atleta.

CONDUTA

O comportamento inadequado ou o uso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, antes, durante ou depois do evento, serão alvo de advertência ou desqualificação do participante na competição.

PENALIZAÇÕES

Material	K54 Ultra	K32 Longa	K16 Curta	Caminhada (11Km)
Não levar, recortar ou tapar o peitoral fornecido pela organização	3 Horas	2 Horas	2 Horas	-
Mochila ou equipamento similar para transporte de material	1 Hora	30 minutos	-	-
Recipiente(s) de água ou equivalente com um mínimo de 1 litro de capacidade total	1 Hora	30 minutos	-	-
Manta térmica (min.140x200 cm)	2 Horas	2 Horas	2 Horas	-
Calçado apropriado para corridas em montanha	1 Hora	30 minutos	-	-
Casaco impermeável com capuz e manga comprida	2 Horas	1 Hora	-	-
Telemóvel operacional (com saldo e bateria suficientes)	2 Horas	1 Hora	1 Hora	-
Alimentação de reserva	1 Hora	-	-	-
Apito	1 Hora	30 minutos	-	-
Copo com um mínimo de 12 cl de capacidade (a organização não cederá copos nos abastecimentos)	1 Hora	30 minutos	30 minutos	Abastecimentos Sem Copos!

A penalização máxima será a desqualificação do evento e/ou perda do prémio.

DESISTÊNCIAS

Em hipótese alguma o dinheiro da inscrição será devolvido caso o atleta desista de qualquer uma das provas, no dia do evento.

Caso o atleta desista durante a prova é obrigado a comunicar a sua desistência, via telefone ou presencial, ao contacto oficial da direcção técnica da prova (968633222 – Pedro Mendes). Se não o fizer o atleta poderá ser impedido de participar nas próximas edições do Trilho do Infante.

MARKETING

Os dados fornecidos à Organização para inscrição, bem como as imagens (fotos e vídeos) que possam ser recolhidas durante o evento, poderão ser usados pela Organização para futuras acções de marketing, de acordo com a nossa Política de Privacidade e com as regras do RGPD.

POLÍTICA DE PRIVACIDADE

Poderá consultar a Política de Privacidade do Trilho do Infante em www.trilhodoinfante.run/politica-de-privacidade.

DECISÕES SOBERANAS

As dúvidas ou omissões deste Regulamento serão aplicadas pela Organização de forma soberana, não cabendo recursos a essas decisões.

A inscrição em qualquer uma das distâncias implicará total aceitação do presente Regulamento!

CONTACTOS OFICIAIS

Site Oficial: www.trilhodoinfante.run

Página Facebook: www.facebook.com/trilhodoinfante.run

Email: geral@trilhodoinfante.run

Pedro Ferreira – 917 924 491

Pedro Mendes – 968 633 222

Victor Gomes – 963 086 476

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este é um Evento para Todos.

Para os Penelenses e para quem queira (re)Visitar Penela!

Será um gosto para a Organização e para as Gentes das Terras de Penela recebê-lo nos dias 8, 9 e 10 de março, no Trilho do Infante 2019!

A Organização fará tudo para se sentir bem e levar de Penela experiências únicas!

Penela, 02 de Janeiro de 2019

A Organização

Associação Infante Dom Pedro e Bombeiros Voluntários de Penela



INICIATIVA CO-FINANCIADA POR:



PROGRAMA

TRILHO DO INFANTE 2019 (Horários sujeitos a confirmação)

Sexta-feira, 8 de Março 2019

16H00-21H00: Secretariado e Entrega de Dorsais, Penela Center

20H00: Abertura Oficial do 4º Trilho do Infante e Briefing do Evento

Sábado, 9 de Março 2019

6H30-08H00: Secretariado e Entrega de Dorsais, Pavilhão Multiusos de Penela

7H00: PARTIDA **Ultra 54km, 3200m D+**

7H30-8H30: Partidas dos Autocarros para a PARTIDA DOS 32Km.

9H30: PARTIDA **Longa 32km, 2000m D+**

16H00: Cerimónia de Entrega de Prémios Distâncias Longa e Ultra

18H30: Encerramento da Meta

Domingo, 10 de Março 2019

7H00-09H30: Secretariado e Entrega de Dorsais, Pavilhão Multiusos de Penela

7H30-8H45: Partidas dos Autocarros para a PARTIDA DOS 16Km.

9H30: PARTIDA **Curta 16km, 980 D+**

9H45: PARTIDA Caminhada e Corrida de 10km

13H30: Cerimónia de Entrega de Prémios Prova Curta, Pavilhão Multiusos de Penela

14H30: Cerimónia de Entrega de Prémios Distância Longa, Pavilhão Multiusos de Penela

17H00: Encerramento do 4º Trilho do Infante – Penela 2019