

REGULAMENTO IV CASCAIS TRAIL EXPERIENCE 2020



Depois de uma 3^a edição em que batemos todos os recordes a nível de número de participantes, contabilizando atletas de 15 nacionalidades diferentes, o Cascais Trail Experience está de volta para a sua 4^a edição.

Pertencente à Taça de Portugal é considerada por muitos como a mais emblemática etapa do Circuito, esta é uma prova que te irá levar a conhecer as vistas mais incríveis que a Serra de Sintra tem para oferecer, percorrendo uma das linhas de costa mais bonitas do mundo.

Com partida no Mercado da Vila, mesmo no centro de Cascais, onde haverá bastante animação garantida, poderás contar com as duas provas habituais; trail longo e trail curto e uma caminhada.

1. Condições de participação

1.1. Idade participação diferentes provas

1.1.1. Qualquer pessoa maior de 18 anos (à data do evento) poderá inscrever-se no Trail Longo e no Trail Curto.

1.2. Inscrição regularizada

1.2.1. As inscrições só serão aceites se forem efetuadas através do site werun.pt num formulário existente para o efeito.
Será emitida uma referência multibanco para pagamento.

1.3. Condições físicas

1.3.1. Para participar é indispensável estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente; conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como frio, calor, vento, nevoeiro e chuva; saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc.

1.4. Definição possibilidade ajuda externa

A assistência pessoal é tolerada exclusivamente em posto de abastecimentos. À exceção destes postos é expressamente proibido ser acompanhado por uma pessoa não registada na prova. Não será permitido qualquer ajuda externa, pelo que o atleta deve estar consciente da sua condição física e gerir os seus problemas que surjam para uma atividade desta natureza, de forma segura.

Para qualquer eventualidade deverá contactar com a organização ligando para os números de emergência, que estará impresso no dorsal ou através de qualquer elemento da organização, preferencialmente nos Postos de Abastecimentos (PA's).

1.5. Colocação dorsais

Os participantes obrigam-se a afixar na sua camisola o dorsal, que deverá ficar sempre visível no decorrer da prova. Os concorrentes serão obrigados a mostrar o dorsal de identificação a todos os controladores e à Organização do evento quando exigido, sob pena de desclassificação ou exclusão da prova;

A organização não disponibilizará alfinetes, pelo que o atleta deve trazer alfinetes ou porta-dorsal.

1.6. Regras conduta desportiva

1.6.1. Os participantes deverão procurar preservar o meio ambiente e social em que se realizará o evento e respeitar a organização e os restantes participantes, designadamente observando os seguintes deveres e regras de conduta:

*Auxiliar qualquer praticante em caso de acidente, desde que as circunstâncias o exijam;

*Respeitar as áreas marcadas do percurso e as instruções dadas pela Organização;

*Não danificar o meio ambiente. Não provocar danos em áreas privadas ou cultivadas;

*Não abandonar embalagens vazias ao longo do percurso, mas apenas nos locais apropriados.

1.6.2. O não cumprimento do ponto anterior implica a eliminação automática do atleta.

1.6.3. Todo o comportamento anti desportivo implicará a desclassificação do participante, que não poderá voltar a participar em futuras edições.

2. Prova

2.1. Programa / Horário

09h15 - "Controlo Zero" K30+

09h30 - Partida K30+

10h00 - Partida K10+

10h02 - Partida Caminhada

11h00- Previsão de chegada dos primeiros atletas K10+

11h30 - Previsão de chegada dos primeiros atletas K30+

13h00 - Entrega prevista dos troféus

2.2. Distância (categorização por distância) / altimetria (desníveis positivo e negativo acumulados) /

2.2.1. Trail Longo (TL) – Distância K30+

2.2.2. Trail Curto (TC) – Distância K10+

2.4. Tempo limite

2.5.1. O tempo limite para a realização da prova é de 4 horas, sendo esse controlo efetuado na linha de chegada.

2.5. Metodologia de controlo de tempos

2.5.1. O processo de controlo de tempos do atleta é feito através de sistema eletrónico, por chip incluído no dorsal.

2.6. Postos de controlo

2.6.1. Postos de controlo serão colocados em locais a definir pela organização, que poderão não ser divulgados.

2.7. Locais dos abastecimentos

2.7.1. A organização montará diversos postos de abastecimento que incluirão o fornecimento de bebidas, frutas frescas entre outras. As bebidas NÃO serão fornecidas em copos, mas poderão ser abastecidos os reservatórios pessoais. As frutas estarão cortadas em pequenos pedaços individuais. Em qualquer destes casos, os resíduos produzidos têm de ser colocados pelo atleta no respetivo contentor do lixo.

2.7.2. A não colocação dos resíduos no local próprio pelo atleta irá corresponder a uma penalização, ou eventual desqualificação.

2.8. Material obrigatório/ verificações de material

2.8.1. Não há material obrigatório! No entanto a organização não disponibiliza copos nem garrafas para líquidos nos Abastecimentos, pelo que se recomenda o uso de copo ou qualquer outro reservatório.

A organização recomenda veemente levar durante a prova o telemóvel com autonomia,

e um reservatório de água com quantidade suficiente para garantir a hidratação na deslocação entre abastecimentos. Se as condições climatéricas assim o exigirem o material obrigatório/recomendado poderá ser alterado com a devida antecedência. A organização não disponibilizará alfinetes, pelo que o atleta deve ter alfinetes ou portadorsal.

2.9. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário

2.9.1. O percurso da prova utiliza vias públicas quer seja em estrada ou fora de estrada, atravessa aldeias e vilas, utiliza acessos e serventias que passam por propriedades privadas. O percurso não estará fechado para a prova e nesse sentido os concorrentes devem ter em consideração o facto de poder haver viaturas, pessoas e animais a circular num e noutro sentido no percurso da prova.

O não cumprimento das regras do código da estrada poderá levar à desclassificação.

2.10. Penalizações/ desclassificações

2.10.1. Se por qualquer razão um atleta decidir desistir da Prova, ele terá de imediato de informar os Organizadores da Prova. Isto poderá ser feito em qualquer posto de controlo, de abastecimento ou também pelo telefone diretamente para o contacto da organização referido para esse efeito.

2.10.2. A falta de informação imediata à Organização no caso de desistência poderá despoletar uma operação de busca e resgate que obviamente incorrerá em despesas para a Organização. Estes custos, se os houver, serão debitados ao atleta que negligenciou em informar a sua desistência.

2.10.3. A não colocação dos resíduos no local próprio pelo atleta irá corresponder a uma penalização, ou eventual desqualificação.

2.10.4. O não cumprimento do disposto no ponto 1.6. levará à desclassificação automática do atleta.

2.10.5. Serão desqualificados os participantes que não cumpram os seguintes:

- *Não esteja devidamente inscrito;
- *Não use o dorsal que lhe foi atribuído;
- *Não cumpra a totalidade do percurso;

2.10.6. Se um atleta manifestar mau estado físico, o serviço médico da prova tem poder para retirar o mesmo da prova.

2.11. Responsabilidades perante o atleta/ participante

O participante declara que cumpre as condições descritas no ponto 1.3 e 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 quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos da responsabilidade para além das obrigatórias por Lei. A inscrição nas provas implicará total aceitação do presente regulamento.

2.12. Serviços disponibilizados

2.12.1. No final da prova será disponibilizado massagens, duches e balneários.

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição

3.1.1. As inscrições para o II Palmela Trail estão limitadas a 2000 atletas para o global das 3 provas e será efetuada através de 3 modos:

1. Através do site oficial Werun.pt sendo o pagamento efetuado através de referência de pagamento ou Paypal.

2. Via transferência bancária para o IBAN PT50 0035-0659-00012759930 37, enviando posteriormente os seus dados e da inscrição (nome, data nascimento, equipa, t/shirt, NIF, telefone, localidade, nº CC) para o email geral@werun.pt. A nossa equipa irá enviar-lhe o comprovativo de inscrição e respetivo recibo.

3. Presencialmente na Loja Werun...

3.1.2. As inscrições só serão validadas depois de efetuado o respetivo pagamento e após confirmação do pagamento.

3.1.3. A inscrição no evento determinará a aceitação integral e incondicional pelos participantes do presente regulamento e demais regras do evento.

3.2. Valores e períodos de inscrição

3.2.1. As inscrições têm início a 11 de Janeiro de 2020 e terminam às 23h59 de 28 de Abril de 2020

3.2.2. Os valores de inscrição das provas serão variáveis conforme períodos abaixo descritos:

3.2.2.1.

Valores e períodos de inscrição

Datas	até 03 Março	até 20 Abril	até 26 Abril
Trail Longo	12€	14€	17€
Trail Curto	10€	12€	15€
Caminhada	7€	9€	12€
T-shirt evento	4,5€	4,5€	---

- Inscrições de última hora no local do secretariado, limitado a vagas existentes e apenas inclui o dorsal.

3.3. Condições devolução do valor de inscrição

3.3.1. Em momento algum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista da prova, a qualquer tempo. Em caso de desistência antecipada, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser feitas dentro dos prazos de inscrição (Ver Ponto 3.2.1.), enviando e-mail para a organização (geral@werun.pt) com os dados completos do novo atleta e número de Cartão de Cidadão do atleta previamente inscrito.

3.3.2. As alterações à inscrição que sejam para mudança de prova não serão devolvidas as diferenças monetárias.

3.4. Material incluído com a inscrição

3.4.1. No valor da inscrição para o IV Cascais Trail Experience está incluído:

- O kit do atleta, é composto por uma Medalha Finisher, dorsal, ofertas de patrocinadores, Revista Running Magazine;
- Dorsal com chip incluído (TL e TC); Dorsal sem chip na Caminhada;
- Seguro Desportivo FIDELIDADE para todos os participantes e assistência Médica, apoio logístico e técnico;
- Abastecimentos sólidos e líquidos nas zonas de assistência/ abastecimento e no final da prova oferta Prozis;
- Todos os atletas poderão ainda usufruir no final de Massagens RM Terapias;
- Estará disponível no site da prova as fotos do evento, vídeo de chegada e um diploma eletrónico de participação para todos os participantes nas corridas competitivas.
- Cash-Back – Recebe de volta o valor total da inscrição

*Cash-Back. A Prozis vai dar a possibilidade aos participantes de reaverem o dinheiro da inscrição em produtos Prozis. (Após confirmação de pagamento, enviaremos automaticamente um cupão no valor da inscrições, que poderá ser utilizado em produtos da marca Prozis, num prazo de 48 horas em compras igual ou superior ao dobro da inscrição.

4. Secretariado

4.1. Secretariado da prova/ horários e locais

4.1.1. Local Secretariado:

- No dia anterior ao evento (a designar)
- **No dia do Evento somente para Atletas que venham de fora de Lisboa e arredores, das 7h00 às 8h30.** Os Atletas terão de enviar um email com o pedido de levantamento no dia do Evento para geral@werun.pt , o secretariado será no local junto a Partida.

- A organização assegura pelo período de 5 dias, a contar da data de realização da prova, a guarda de todos os kits pagos e não recolhidos, sendo o mesmo solicitado para o email geral@werun.pt

As despesas de envio do kit estarão a cargo do atleta.

5. Categorias e Prémios

5.1. Definição data, local e hora entrega prémios

5.1.1. No dia da prova, junto à chegada, pelas 13h00horas. (caso haja necessidade de alteração do local, todos os atletas serão avisados atempadamente)

Prémios

Prémios **COMPRESSPORT** para Geral Trail Longo M/F e Geral Trail Curto M/F

5.2. Definição das categorias etárias/ sexo individuais e equipas

5.2.1. Escalões etários de participação

ESCALÕES MASCULINOS:

M Júnior – 18 a 19 anos
M Sub 23 – 20 a 22 anos
M Seniores – 23 a 39 anos
M40 – 40 a 44 anos
M45 – 45 a 49 anos
M50 – 50 a 54 anos
M55 – 55 a 59 anos
M60 – mais de 60 anos

ESCALÕES FEMININOS:

F Júnior – 18 a 19 anos
F Sub 23 – 20 a 22 anos
F Seniores – 23 a 39 anos
F40 – 40 a 44 anos
F45 – 45 a 49 anos
F50 – 50 a 54 anos
F55 – 55 a 59 anos
F60 – mais de 60 anos

*Barefoot (Apenas prova K20+)

*Canicross

6. Informações

6.1. Como chegar

- **Para saber o melhor transporte para o local da prova verifique em:**

<https://www.transporlis.pt/Default.aspx?tabid=36>

6.3. Notas, direitos de imagem e alterações

6.3.1. A organização declina a responsabilidade em caso de acidente, roubo dos objetos ou valores de cada participante nas suas viaturas;

6.3.2. 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/vídeo 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.

6.3.3. Por decisão da Direção da prova, devido a condições climáticas ou de outra natureza, o traçado da prova poderá ser alterado ou a prova suspensa e marcada nova data, ou cancelada.

6.3.4. Os casos omissos ou duvidosos deste regulamento serão resolvidos pela direção da prova.

7. Seguro

Todos os participantes nas provas We Run estão seguros por uma apólice da Seguradora Fidelidade, líder em Portugal.

https://werun.pt/site/assets/files/3718/fidelidade_-_ap_2020.pdf

FIDELIDADE
SEGUROS DESDE 1808

8. Outros

8.1. A Organização reserva o direito de alteração do regulamento, para introdução de dados que estejam em falta ou a definir brevemente, que serão avisados da alteração, na página de facebook da prova e evento de facebook da prova.

9. Política de Confidencialidade

[Condições de Utilização e Política de Confidencialidade](#)