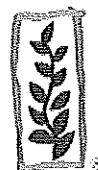


REGULAMENTO

MONSANTO



LX TRAIL 2017



02 JULHO 2017 - MONSANTO





1. Condições de participação

1.1. Idade participação diferentes provas

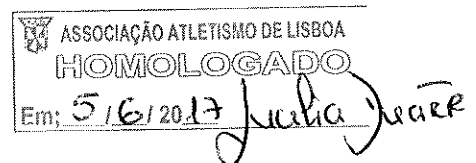
1.1.1. Qualquer pessoa maior de 18 anos (à data do evento) poderá inscrever-se no Trail e no mini Trail

1.2. Inscrição regularizada

1.2.1. As inscrições serão aceites online através do site oficial do evento <http://werun.pt>, sendo o pagamento efetuado através de referência de pagamento ou Paypal.

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 respectivo recibo.

Presencialmente na Loja OUTPRO em Alfragide, sediada na dos Cavaleiros 72,2790-045 Alfragide - Lisboa



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 excepção 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 dorsal

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;

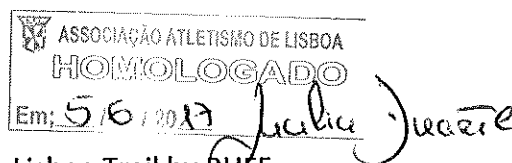
*Não danificar o meio ambiente. Não provocar danos em áreas privadas ou cultivadas;

*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 do Cascais Trail Experience

1.7. Circuito Lisboa Trail by BUFF



1.7.1. O Lx trail (K10+) e (K20+) fará parte do Circuito Lisboa Trail by BUFF.



2. Prova

2.1. Apresentação da prova(s) / Organização

A da Werun com a co-organização da Junta de Freguesia de Ajuda com a co-organização, irão realizar a 02 de Julho de 2017 pelas 9:30 horas o Lx Trail 2017 em Monsanto – Lisboa. O Lx Trail 2017 é uma prova de Trail Running, corrida pedestre em Natureza, com três provas, Trail K20+, Trail K10+ e com uma caminhada de 10km, com o mínimo de percurso pavimentado/alcatroado, percorrida em percurso devidamente balizado e marcado, por trilhos, estradões, caminhos florestais, cortafogos, single tracks, em respeito pela ética desportiva, lealdade, solidariedade e pelo meio ambiente.

Com partida e chegada no Instituto Superior de Agronomia na localidade da Ajuda, Distrito de Lisboa, visa a promoção e divulgação turística e ambiental da região e da promoção do desporto em meio natural.

2.2. Programa / Horário

08h30 - Concentração dos Participantes

09h25 - "Controlo Zero" K20+

09h30 - Partida K20+ e Partida K10+

09h35 - Partida Caminhada

10h20- Previsão de chegada dos primeiros atletas K10+ e Caminhada

11h30 - Previsão de chegada dos primeiros atletas K20+

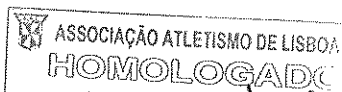
12h00 - Entrega prevista dos troféus

2.3. Distância (categorização por distância) / altimetria (desníveis positivo e negativo acumulados) / categorização de dificuldade ATRP

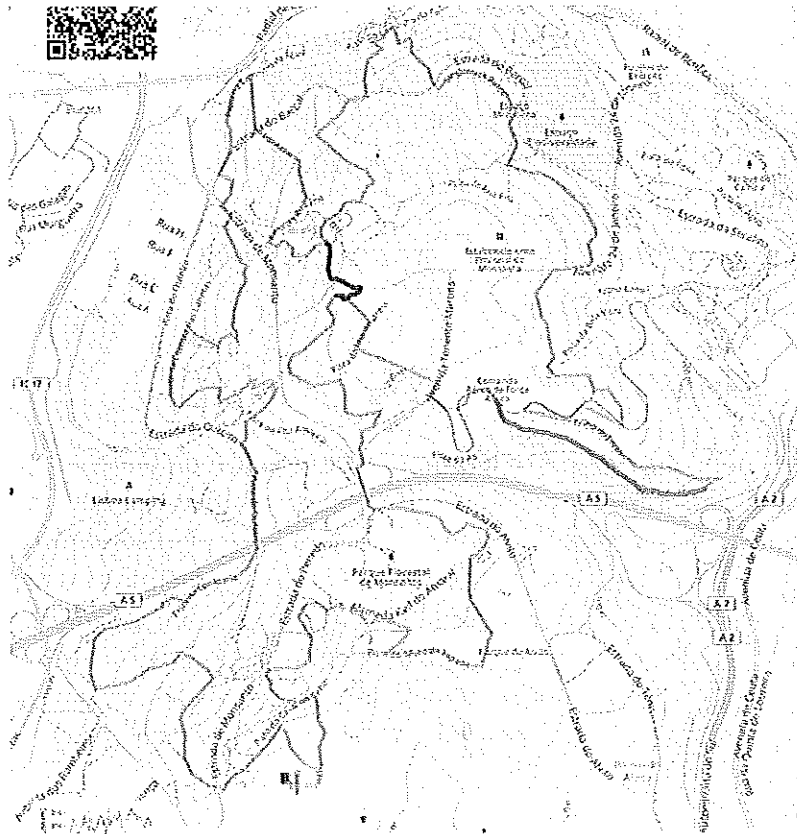
2.3.1. Trail – Distância K20+

2.3.2. Mini Trail – Distância K10+

2.4. Mapa

 ASSOCIAÇÃO ATLETISMO DE LISBOA
HOMOLOGADO
Em: 5/6/2017 *Julia Duarte*





2.5. Tempo limite

2.5.1. O tempo limite para a realização da prova é de 04 horas, sendo esse controlo efectuado na linha de chegada.

2.6. Metodologia de controlo de tempos

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

2.7. Postos de controlo

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

2.7.2. O prémio de montanha do LX Trail estará localizado na zona do segmento a designar

2.8. Locais dos abastecimentos



ASSOCIAÇÃO ATLETISMO DE LISBOA
HOMOLOGADO

Em: 5/6/2017 *Leclia Decete*

2.8.1. 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.

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

2.8.3. Junto à linha de chegada a Organização montará uma estrutura de apoio que incluirá o fornecimento bebidas e frutas frescas.

2.9. Material obrigatório/ verificações de material

2.9.1. . 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 porta-dorsal.

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

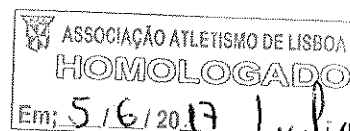
2.10.1. - Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito em cidades e estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento bem como levar à sua desclassificação.

2.11. Penalizações/ desclassificações

2.11.1. 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 directamente para o contacto da organização referido para esse efeito.

2.11.2. 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.

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



Julia Juatc



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

2.11.5. 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;

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

2.12. 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.

2.13. Seguro desportivo

2.13.1.- 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, das dos seus colaboradores e participantes.

- Em caso de acidente, o participante deverá, em primeiro lugar, contatar a organização, a qual providenciará o seu encaminhamento para a instituição médica mais adequada ao seu estado de saúde, juntamente com o impresso de participação de sinistro com o respetivo número da apólice, carimbado e assinado pelo clube (tomador do seguro). 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.

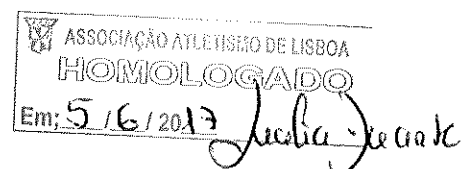
- Todo e qualquer documento de despesa relacionado com um sinistro já participado, será previamente liquidado pelo respetivo sinistrado e os seus originais enviados à seguradora para posterior reembolso.

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

3. Inscrições



**WE
RUN**



3.1. Processo inscrição

3.1.1. As inscrições só serão validadas depois de efectuado o respectivo 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 01 Janeiro de 2017 e terminam às 23h59 de 28 de Junho de 2017

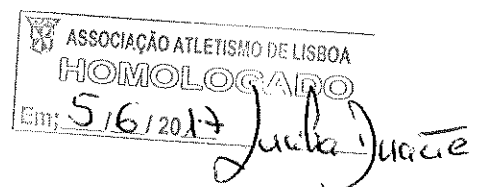
3.2.2. Os valores de inscrição das provas serão variáveis conforme períodos abaixo descritos:

3.2.2.1.

Datas	01 Janeiro 2016 a 02 Maio 2017	03 Maio 2017 a 22 de Junho 2017	23 Junho 2017 a 28 de Junho 2017	Dia do Evento 02 Julho
Trail Longo	14€	16€	18€	20€
Trail Curto	10€	12€	14€	16€
Caminhada	8€	10€	12€	15€

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 LX Trail está incluído:

- *Participação numa das provas: LX Trail (k20+) Trail (k10+) e Caminhada;
- *Dorsal com chip incluído; Dorsal sem chip na Caminhada;
- *Seguro desportivo;
- *Apoio logístico e técnico. Primeiros socorros. Abastecimentos sólidos e líquidos nas zonas de assistência/abastecimento e no final da prova;
- *Massagem Desportiva no final da prova;
- *Outros brindes que a organização possa angariar.

3.5. Secretariado da prova/ horários e locais

3.5.1. Local Secretariado:

A recolha do Kit será feita nos dias anteriores ao evento na Loja OutPro Alfragide, **sexta e Sábado entre as 14h e as 19h através** da confirmação de inscrição recebida na caixa de e-mail após o pagamento, em caso de recolha do kit do atleta em nome de outro participante pode ocorrer desde que seja apresentado o comprovativo de inscrição.

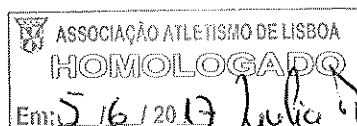
3.5.2. Após o encerramento do secretariado no dia da prova, iniciar-se-á o “controlo zero” onde todos os atletas terão de efetuar o registo para participar na prova. O horário do “controlo zero” será de 15 minutos antes do início de cada uma das provas.

3.5.3. Em caso de se preverem temperaturas muito elevadas, a organização poderá alterar a hora de funcionamento do secretariado, antecipando todo o programa em 1h. Esta alteração terá de ser comunicada com o mínimo de 48h de antecedência do início da prova.

3.5.4. No secretariado da prova estará afixada a documentação relativa à prova que poderá incluir as normas desta prova, alterações e ou adições ao estipulado nas presentes normas.

3.5.5. Os atletas têm de se acreditar no secretariado da prova no horário previsto para o efeito. Um atleta que não cumpra este horário não será considerado para a prova, e não poderá participar, não tendo direito a qualquer reembolso.

4. Categorias e Prémios



4.1. Definição data, local e hora entrega prémios

4.1.1. No dia da prova, junto Instituto Superior de Agronomia pelas 12h30.

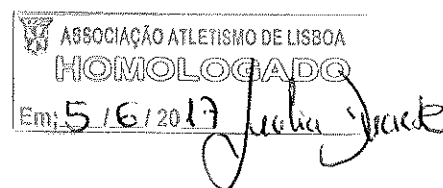
4.1.2. - Classificações e Prémios:

As diferentes provas serão ganhas pelos concorrentes que somarem o menor tempo no final das mesmas, somadas que forem as devidas penalizações, se as houver.

- Para as duas provas, somente os participantes que controlarem todos os postos de controlo e cortarem a linha de meta dentro do tempo estipulado, serão classificados.
- O apuramento da classificação por equipas será efetuado com base nas três melhores classificações dos respetivos atletas.
- Não haverá prémios monetários.
- É obrigatória a presença dos premiados na cerimónia de entrega de prémios.
- A organização não enviará troféus, prémios de chegada, nem quaisquer outros elementos por correio postal ou outro meio de distribuição.
- Para cada prova haverá uma classificação individual feminina e masculina à geral, por escalão e coletiva, da seguinte forma:

Trail (k20+) e Trail (k10+)	Masculinos	Femininos
Geral	Troféus aos 3 primeiros	Troféus às 3 primeiras
Todos os escalões	Medalhas aos 3 primeiros	Medalhas às 3 primeiras
Coletiva	Troféu à 1ª equipa	Troféu à 1ª equipa

4.2. Definição das categorias etárias/ sexo individuais e equipas



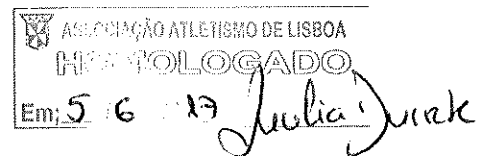


4.2.1. - As categorias etárias serão definidas automaticamente em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato da inscrição, e tendo como referência a idade que o atleta terá a no dia do evento.

- Para obter classificação coletiva, as equipas terão de ser formadas por 3 elementos do mesmo sexo.

Categorias:

- Sub-23 M/F – entre 18 e 22 anos
- Seniores M/F – entre 23 e 39 anos
- Vet. M40/F40 – entre 40 e 44 anos
- Vet. M45/F45 – entre 45 e 49 anos
- Vet. M50/F50 – entre 50 e 54 anos
- Vet. M55/F55 – entre 55 e 59 anos
- Vet. M60/F60 – a partir dos 60 anos



4.2.2. A caminhada será sem carácter competitivo e não terá direito a prémios.

5.3. Notas, direitos de imagem e alterações

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

5.3.2. 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.

5.3.3. Por decisão da Direcção da prova, devido a condições climatéricas ou de outra natureza, o traçado da prova poderá ser alterado ou a prova suspensa e marcada nova data.





6. - Proteção de Dados

6.1. - Os dados dos participantes indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos de processamento no evento nomeadamente, seguradora, lista de inscritos, notícias e classificação. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para geral@werun.pt

7. 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.

8.- Outros

O Júri decidirá sobre todos os assuntos relacionados com o evento e que não foram objeto de regulamentação ou sobre más interpretações do presente regulamento.

ASSOCIAÇÃO ATLETISMO DE LISBOA
HOMOLOGADO
Em: 5/6/2017 *Julia Duarte*



