

GUIA DO ATLETA

ROTA DAS ADEGAS[®]
Trail run

4 NOVEMBRO 2018 **Conheça Torres Vedras num Copo de Vinho**

TRAIL > 25 K+
MINI TRAIL > 15 K+
CAMINHADA > 10 km

ATL | Baby Sitting | Massagens
Música | Gastronomia | Provas de Vinho

Organização:

Apólos Institucionais:

Caro(a) Atleta,

A Associação de Marchas e Passeios CTV dá as boas vindas aos atletas. É com enorme prazer que vos recebemos e tudo faremos para que tenham a melhor experiência

A Rota das Adegas Trail Run é o maior evento anual lúdico-desportivo para toda a família.

É o local onde todos se encontram para conhecer Torres Vedras e provar o melhor vinho da região de Lisboa.

É um dia de festa com muita música para brindar, vinhos e gastronomia para degustar, a correr ou a andar não pode faltar!

Acompanha todas as novidades em: <https://rotadasadegastrailrun.blogspot.pt/>

Será composto por Trail 25K+, Mini Trail15K+ e Caminhada de 10km

Programa / Horário

SÁBADO DIA 3 NOVEMBRO

- **15h00 – 17h00 PAVILHÃO DA EXPOTORRES / Torres Vedras**

Abertura do secretariado, entrega de dorsais

Como chegar: <https://goo.gl/maps/xeCNSQ7dMnq>

DOMINGO DIA 4 DE NOVEMBRO

- **08h00 – 8h45 PAVILHÃO DA EXPOTORRES, Torres Vedras**

Secretariado (levantamento de dorsais)

Animação musical e preparação dos Atletas e caminheiros, pela equipa do Ginásio Alquimia Health Club

- **09h00 – Saída das provas (Trail / Mini Trail e Caminhada)**

Acompanhamento técnico dos Atletas de Trail e Mini Trail (briefing)

Acompanhamento de caminheiros (briefing)

- **13h00 – Entrega de Prémios / Almoço**

CONSUMO DE ÁLCOOL PROIBIDO A MENORES DE 18 ANOS

Não se esqueça dos seus alfinetes!

O levantamento do seu dorsal é individual, consulte o seu número no site da prova ou no comprovativo que recebeu via e-mail e forneça o mesmo na entrega.

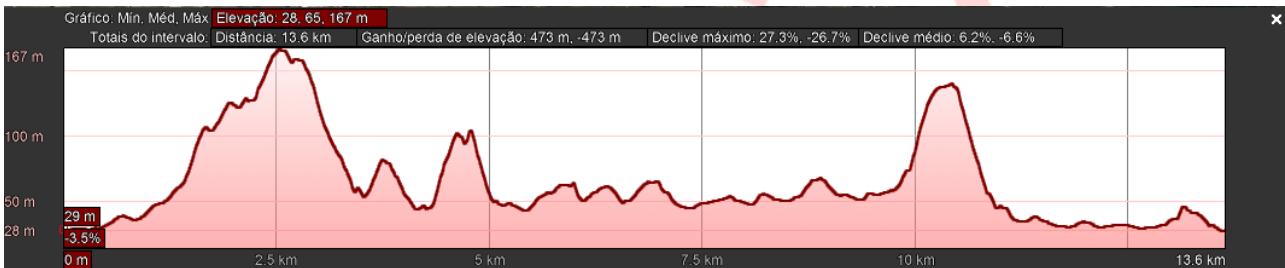
Caso queira levantar o dorsal de algum outro atleta solicite-lhe o comprovativo de inscrição e o respetivo número.

PERFIL ALTIMÉTRICO

TRAIL LONGO



MINI TRAIL



CAMINHADA



Abastecimentos

- 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 respectivo contentor do lixo.
- A não colocação dos resíduos no local próprio pelo atleta irá corresponder a uma penalização, ou eventual desqualificação.



Localização dos Abastecimentos das provas:

- K25 - Quinta da Portucheira e Quinta das Lapas
- K15 - Quinta da Portucheira
- Caminhada – IVV (Instituto da Vinha e do Vinho)

Localização

O evento tem saída da Cidade de Torres Vedras, passagem pelo IVV (Instituto da Vinha e do Vinho), Quinta da Portucheira.

Em todos os circuitos (Trail, Mini Trail e Caminhada), os participantes terão acompanhamento técnico e logístico.

Outros

- **Serviços disponibilizados**

No final da prova será disponibilizado duchas e balneários.

- **Localizações:**

Para duchas e balneários - Pavilhão de São Gonçalo, junto ao Lidl de Torres Vedras

Prémios

CIRCUITOS DE ADEGAS E VINHO

- Oferta de um fim-de-semana (Voucher) ao melhor classificado na prova de Trail no conjunto das três provas Rota das Adegas TR em Torres Vedras, Quinta do Gradil no Cadaval e Casa Ermelinda Freitas em Palmela.
- Lembrança (parceiros aderentes)
- Outras ofertas promoções
- Todos os participantes terão T-Shirt Oficial do Evento e Dorsal

TROFÉUS

ROTA DAS ADEGAS TRAIL RUN®

- Troféu aos 3 primeiros classificados de cada escalão, 5 escalões (parceiros aderentes)

FINISHER

- Oferta de 1 Garrafa de Vinho aos Finishers com rótulo do evento (parceiros aderentes)

SACO

- Dorsal + T-shirt + lembrança

Organização



Torres Vedras
Câmara Municipal



**CENTRO
DE TURISMO
DO OESTE**



VINHOS DE
LISBOA
COMISSÃO VITIVINÍCOLA DA REGIÃO DE LISBOA

**WINEME
TOURS**
Experiences



**WEST
SENSATIONS**
Portugal



PROZISO

