



Associação Desportiva
OMundodaCorrida.com

Endereço:

Rua Padre Cruz a Vale de Cavala, nº 3
2820 – 403 Charneca da Caparica

Contactos:

210 831 827
919 935 994 / 915 978 208

Web:

<http://www.ultrasesimbra.com>

E-mail:

associacao.omundodacorrida@gmail.com

V Ultra Trail de Sesimbra
Regulamento Geral da Prova

1º - A ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA OMUNDODACORRIDA.COM, organiza com o apoio da Câmara Municipal de Sesimbra no dia 3 de Maio de 2015, pelas 8:00 horas, uma competição denominada "**V ULTRA TRAIL DE SESIMBRA**", a efectuar em Sesimbra no Parque natural da Arrábida. Pelas 9 horas dá-se início à partida do Trail Curto e às 9:15 partirá a Caminhada Pedestre.

2º - A Caminhada não tem fins competitivos

3º - Percursos

Todas as provas partem na Praça da Califórnia, seguindo depois pela Av. dos Náufragos, Lota e Forte do Cavalo, onde entrará nos trilhos da Serra. O percurso será efectuado num misto de piso desde o estradão, terra batida, areia e falésias.

Distâncias

V Ultra Trail de Sesimbra – 60 km

IV Trail de Sesimbra – 21 km

IV Caminhada de Sesimbra – 15 km

NORMA

No Trail Longo e Curto só poderão participar indivíduos com mais de 18 anos, desde que gozem de boa saúde e se encontrem com uma preparação física e psíquica apta a esforços longos, não se responsabilizando a Organização por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela sua participação, aconselhando os participantes a atestarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas.

A caminhada destina-se a todos os indivíduos masculinos e femininos, cuja condição física o permita. Não se aconselha no entanto a participação a crianças menores de 10 anos.

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 ocorridos.

A participação de atletas deficientes será permitida pela organização somente na prova curta de 21 km. A participação de atletas deficientes no ultra trail, não permitida pela entidade organizadora será da inteira responsabilidade do atleta, não havendo em caso de acidentes qualquer tipo de responsabilidade.

Todos os atletas deficientes deverão apresentar o comprovativo do grau de deficiência e um termo de responsabilidade.

4º - Escalões

MASCULINOS:

- Sub 23 - 18/22 anos
- Seniores - 23/39 anos
- M 40 (40 a 44 anos)
- M 45 (45 a 49 anos)
- M 50 (50 a 54 anos)
- M 55 (55 a 59 anos)
- M 60 (60 ou mais)
- **Escalão único para Deficientes**

FEMININOS:

- Sub 23 - 18/22 anos
- Seniores - 23/39 anos
- F 40 (40 a 44 anos)
- F 45 (45 a 49 anos)
- F 50 (50 a 54 anos)
- F 55 (55 a 59 anos)
- F 60 (60 ou mais)
- **Escalão único para Deficientes**

NOTAS: *As idades indicadas referem-se ao dia da prova.*

5º - Seguro

A Organização, de acordo com o Decreto. Lei n.º 146/93 de 26 de Abril, é possuidora de um seguro desportivo em que estão abrangidos todos os participantes, atletas ou caminheiros. Os atletas filiados nas Associações de Atletismo Distritais estão abrangidos por essas entidades.

A entidade seguradora é a VICTORIA SEGUROS. **Apólice N° 10959018**

Em caso de acidente, que resulte tratamento hospitalar, o sinistrado deverá pedir um relatório médico para apresentar à companhia seguradora. Os custos serão suportados pelo sinistrado e reembolsados posteriormente pela companhia de seguros. A organização declina qualquer tipo de pagamento.

O atleta sinistrado deverá nos dias seguintes efectuar a participação à seguradora à qual deve juntar os documentos existentes no site da Victória Seguros
<http://www.victoria-seguros.pt/index/CMS4ED9874981A177ED80257332003F78CA?OpenDocument>

Em todas as participações efectuadas à seguradora, os atletas sinistrados deverão apresentar o nome da entidade organizadora do evento, o número da apólice, data e hora da ocorrência. O sinistrado deve de imediato dar conhecimento à entidade organizadora através do mail: associação.omundodacorrída@gmail.com.

Para **informações relacionadas com os seguros e Rede de Delegações**, poderá utilizar os seguintes contactos:

Telefone:	213 134 100 (dias úteis, entre as 08h45 e as 16h45)
Fax:	213 134 700
E-mail para informações:	victoria@victoria-seguros.pt

6º - Inscrições

As inscrições só serão aceites se forem efectuadas através do **nosso site**, num formulário existente para o efeito.

Para informações:

Telefones: 210 831 827; 919935994; 915978208

Poderá efetuar a transferência bancária através do seguinte NIB

NIB 0010 0000 41205590002 30

ou depósito direto na Conta do BPI nº 6-4120559.000.001, pedindo para colocar o seu nome e enviando depois o comprovativo para:

- associacao.omundodacorrída@gmail.com

Taxas de Inscrição

	Ultra Trail	Trail	Caminhada	Deficientes [Trail e Caminhada]
Até 31 de Janeiro 2015	20 €	15 €	10 €	7.5 € / 5 €
De 1 a 28 de Fevereiro de 2015	22.5 €	17.5 €	12 €	9 € / 6 €
De 1 Março a 26 de Abril de 2015	25 €	20 €	14 €	10 € / 7 €
De 27 de Abril a 1 de Maio de 2015 [Última Hora, sem dorsal personalizado]	30 €	25 €	15 €	12.5 € / 7.5 €

Outras Condições

- As inscrições são limitadas a 500 participantes na Ultra Trail e a 1000 no Trail e 250 na Caminhada e terminam no dia 26 de Abril de 2015.
- Os funcionários da Câmara Municipal de Sesimbra terão um desconto de 50% em todas as provas. Tendo no entanto de fazer prova desse facto no acto de inscrição.
- As inscrições sem meio de pagamento ou efectuadas depois das datas referidas não serão aceites.
- **As inscrições só serão válidas e consideradas após o envio do comprovativo de pagamento.**
- Não haverá inscrições no dia da prova;

Nota importante:

Não serão devolvidas taxas de inscrição, o valor reverte para outros eventos organizados por esta Associação, poderá no entanto haver trocas com outros atletas. **Esta situação só é permitida até 3 semanas antes da prova. Após esta data não é possível reverter o valor para outra prova embora seja possível a troca por outro atleta até à semana anterior à prova.**

7º - Secretariado e Dorsais

A funcionar na Praça da Califórnia das **15 às 22 horas de Sábado**, dia 2 de Maio de 2015 e Domingo, dia 3 de Maio **das 6.30 às 7:45** para os atletas participantes no Ultra Trail e das **7:45 às 8:45** para os participantes no Trail e Caminhadas.

Todos os atletas devem de proceder ao levantamento dos dorsais, no Secretariado nas horas indicadas.

Os dorsais dos atletas serão entregues mediante a apresentação do documento comprovativo do número de dorsal.

8º - Segurança

- Os atletas ficam obrigados a manterem-se atrás da linha de partida, na zona do aquecimento.
- Só é permitido o abastecimento de água ou outros produtos aos atletas nos locais indicados pela Organização.
- **No dorsal do atleta**, serão indicados dois números de telefone a serem usados em caso necessário.
- **Não será permitido** o estacionamento de **viaturas na zona da prova e entrega de prémios**, numa extensão aproximada de 250 metros.
- **As viaturas dos atletas serão estacionadas** no parque de estacionamento existente nas proximidades da partida.

9º - Sanções

O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo do percurso.

- Durante o percurso poderá ser distribuído a todos os concorrentes, um ou mais símbolos de controlo, e todos os concorrentes que à chegada não apresentem estes símbolos, serão automaticamente desclassificados.
- Será desclassificado todo o concorrente que não cumpra o presente regulamento, não complete o percurso segundo o indicado, deteriore ou suje o meio ambiente, não leve o dorsal bem visível e não respeite as indicações da organização.
- Todo o atleta que utilize meios ilícitos para obter vantagem em relação a outros, será automaticamente desclassificado.
- A prova de 60 km terá o tempo limite de 13 horas.
- **Atletas chegados à meta sem dorsal não serão classificados e será impedida pela organização a sua entrada na zona de meta.**

10º - Classificações

A classificação do Ultra Trail será feita individualmente em cada escalão e na geral.

A classificação do Trail será feita individualmente em cada escalão e na geral.

Não haverá classificações para a caminhada

Para a classificação por equipas contam os **três** primeiros/as atletas, classificados/as na geral.

A prova de Ultra Trail (60 km) faz parte do **Circuito Nacional de ULTRA TRAIL 2015**, pontuando para o efeito.

A prova de Ultra Trail (60 km) faz parte do **Challenge European Ultra Trail**, juntamente com mais 5 Países. [Espanha, França, Itália, Noruega e Áustria]

11º - Prémios

Ultra Trail

- Troféus aos 3 primeiros da geral Masculinos e Femininos.
- Voucher de Fim de Semana para duas pessoas em regime de meia pensão a ser utilizado na edição seguinte para o 1º e 1ª da Classificação Geral.
- Troféus aos 3 primeiros de cada Escalão Masculinos e Femininos.
- Troféus às 3 primeiras Equipas Masculino.
- Troféu à primeira Equipa Feminina

Trail

- Troféus aos 3 primeiros da geral Masculinos e Femininos.
- Voucher de Fim de Semana para duas pessoas em regime de meia pensão a ser utilizado na edição seguinte para o 1º e 1ª da Classificação Geral.
- Troféus ao 1º Classificado de cada escalão
- Troféus aos 3 primeiros atletas na categoria de deficientes Masculinos e Femininos.

Outros prémios:

1) Tshirt técnica, troféu relativo à prova, e outros que a organização venha a angariar para todos os participantes na corrida.

2) Aos participantes na Caminhada será oferecida uma Tshirt.

12º - Abastecimentos

A organização responsabiliza-se pela boa hidratação de todos os atletas e caminheiros participantes, será distribuída **água, fruta e alimentos sólidos**.

Por motivos ambientais a prova decorrerá em Semi – auto-suficiência com enchimento de recipientes, não serão distribuídas garrafas de água aos atletas, os atletas deverão nas zonas de abastecimento encher o seu reservatório, ou em alternativa beber no local.

Abastecimentos:

Ultra Trail: km 3.5; 9; 16; 23; 30; 39; 46.5; 55 e Meta

Trail: km 3.5; 9.5; 18 e Meta

Caminhada: km 3.5; 11.5 e Meta

13º - Voluntariado

A Associação Desportiva OMundodaCorrida.com, abrirá inscrições a todos quantos queiram colaborar na organização deste evento em regime de voluntariado.

Será oferecido aos voluntários um saco com uma tshirt, o troféu da prova e uma bebida.

14º - Apoios

A prova conta com o apoio da Associação de Trail Running Portugal, Unicer (Água Vitalis, Cerveja Super Bock), Ciclonatur, André Semblano, Hotel do Mar, EspiralPhoto.com e Fórum O Mundo da Corrida.com.

15º - Massagem

Está assegurada a massagem a todos os atletas que o pretendam no final da prova

16º - Penalizações

Infração	Penalização
Trocar de dorsal durante a corrida	Desclassificação
Atirar desperdícios para o chão durante a corrida	Desclassificação
Ausência nos controlos obrigatórios indicados pela organização	Desclassificação
Não levar material obrigatório solicitado pela organização	15 minutos a Desclassificação
Não prestar auxílio a outros participantes em caso de emergência	Desclassificação
Não levar dorsal ou o mesmo ser colocado em zona não visível	15 minutos a Desclassificação
Ter conduta anti desportiva	1 hora a Desclassificação

17º - Aceitação do regulamento

Todos os participantes, pelo facto de efectuarem a sua inscrição no Ultra Trail de Sesimbra, Trail de Sesimbra e Caminhada de Sesimbra, aceitam o presente Regulamento.

O PRESIDENTE

