

# Regulamento



São Miguel - Açores

# **INDÍCE**

## **1. Condições de participação**

### **1.1. Idade participação diferentes provas**

### **1.2. Inscrição regularizada**

### **1.3. Condições físicas e mentais**

### **1.4. Definição da possibilidade de ajuda externa**

### **1.5. Colocação do peitoral**

### **1.6. Regras conduta desportiva**

## **2. Prova**

### **2.1. Apresentação da prova /organização**

### **2.2. Programa**

### **2.3. Mapa / perfil altimétrico / descrição do percurso**

### **2.4. Tempo limite**

### **2.5. Metodologia de Controlo de tempo**

### **2.6. Postos de Controlo**

### **2.7. Locais de abastecimento**

### **2.8. Material obrigatório**

### **2.9. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário**

### **2.10. Desqualificações**

### **2.11. Responsabilidades perante o atleta / participante**

### **2.12. Seguro desportivo**

---

### **3. Inscrições**

#### **3.1. Processo inscrição (local, página web)**

#### **3.2. Valores e períodos de inscrição**

#### **3.3. Condições devolução do valor de inscrição**

#### **3.4. Secretariado da prova/ horários e locais**

### **4. Categorias e Prémios**

#### **4.1. Data, local e hora entrega prémios**

#### **4.2. Categorias etárias/ sexo individuais e equipas**

#### **4.3 Reclamação de classificações**

### **5. Informações**

#### **5.1. Como chegar**

#### **5.2. Onde ficar**

### **6. Marcações e controles**

### **7. Responsabilidade ambiental**

### **8. Publicidade e direitos de imagem**

### **9. Apoio de emergência**

### **10. Casos omissos**

### **11. Diversos**

### **MUITO IMPORTANTE**

- **Ao inscrever-se está a concordar na íntegra com o presente regulamento, cujas informações divulgadas sou conhecedor e que a minha participação é da minha inteira**

**e exclusiva responsabilidade, não podendo exigir à organização qualquer responsabilidade criminal ou civil, por quaisquer danos físicos, morais ou materiais que ocorram durante a atividade, nas quais esteja envolvido direta ou indiretamente, que excedam a cobertura do seguro da atividade.**

- É preciso ter a condição física adequada às características da prova, que junta em simultâneo distância, desnível, temperatura e humidade, etc.
- É imprescindível beber em todos os abastecimentos e alimentar-se convenientemente.
- A inscrição é pessoal e intransmissível e é aceite por ordem de chegada.
- A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro.
- Em caso de um atleta não poder participar e/ou as condições climatéricas não permitirem a realização do evento ou seu cancelamento, a organização não será obrigada a devolver o valor das inscrições, assim como o reembolso aos patrocinadores.
- Não se aceitam alterações dos dados fornecidos pelos participantes após o dia 13 de novembro de 2023.
- Atendendo à necessidade imperiosa de preservar o ambiente e reduzir a pegada ecológica, queremos que, em plena comunhão com a natureza, possam usufruir ao máximo, respeitando-o e protegendo-o. Por este mesmo facto, informamos que os abastecimentos líquidos não serão fornecidos garrafas nem copos plásticos. Cada atleta é responsável por levar consigo o (s) recipiente (s) que julguem mais adequado (s) para a sua hidratação (preferencialmente servindo também para bebidas quentes);
- A Organização reserva-se o direito de aceitar inscrições de última hora.
- Para inscrições realizadas no último mês antes da prova, a organização não garante tamanho de t-shirt, podendo estes ter que aguardar pelas mesmas 6 a 8 semanas.
- O presente regulamento está sujeito a alterações.

## **1. Condições de participação**

O **ÉCOLOGIC Trail Run Azores – Ribeira Grande 2023** (adiante designado por ECOLOGIC), 7ª edição, é um evento desportivo de corrida em trilhos (*Trail Running*) que decorre no concelho

da Ribeira Grande, ilha de São Miguel, Açores, Portugal. Organizado pelo Clube Desportivo os Metralhas (CDM), com a colaboração da Câmara Municipal da Ribeira Grande.

### **1.1. Idade participação diferentes provas**

As idades mínimas para participação nas várias provas do *ÉCOLOGIC* são:

**ÉCOLOGIC 38K** – maiores de 20 anos completados até ao dia 31 de outubro 2024.

**ÉCOLOGIC 21k** – maiores de 18 anos completados até ao dia 31 de outubro 2024.

### **1.2. Inscrição regularizada**

Para a participação na prova o atleta deverá ter a sua inscrição previamente regularizada nos prazos estabelecidos e aceitar todas as normas constantes do presente regulamento.

### **1.3. Condições físicas e mentais**

Cada atleta deve ter plena consciência da necessidade de possuir a condição física adequada às características destas provas com algum grau de exigência, que alia a elevada dureza do terreno a um considerável desnível e longa quilometragem a cumprir em condições meteorológicas (exposição ao sol, chuva, frio, vento, nevoeiro) imprevisíveis, que podem ser adversas e eventualmente variáveis ao longo da duração da prova.

Cada atleta deverá aferir as suas capacidades reais de autonomia que lhe permitam reagir adequadamente na gestão de problemas intrínsecos a este tipo de provas, como sejam a fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares e eventuais lesões.

É recomendável que todos os participantes realizem um exame médico desportivo que ateste a sua aptidão para a realização deste tipo de atividade física.

Em qualquer momento, a organização reserva-se no direito de, se assim o entender, afastar um atleta caso este apresente algum sinal de patologia que coloque em causa a sua saúde e bem-estar.

O atleta ao finalizar a sua inscrição, atesta que tem condições físicas e mentais para realizar a prova.

### **1.4. Possibilidade de ajuda externa**

O apoio aos atletas por elementos externos à organização é apenas permitido nos postos de abastecimento, devendo o atleta, de acordo com o ponto 1.3., ter noção das suas necessidades durante a prova, assim como a sua capacidade de resolução dos problemas perante situações inesperadas.

### **1.5. Colocação do peitoral**

O peitoral é pessoal e intransmissível. Deve ser colocado de forma bem visível, durante toda a prova, sobre a roupa, na zona do peito ou do abdómen e não pode ser, por qualquer razão, fixado nas costas ou mochila.

### **1.6. Conduta desportiva**

O ECOLOGIC é um evento competitivo, mas que apresenta também uma forte componente ambientalista, ética, pedagógica e cultural pelo que não serão tolerados comportamentos inadequados, para com o meio ambiente, bem como, recurso a linguagem ofensiva e agressão verbal/física.

## **2. Prova**

### **2.1 Apresentação das provas/Direção**

*O Ecologic Trail Run Azores – Ribeira Grande* é um evento da responsabilidade organizativa do Clube Desportivo os Metralhas, com o apoio e colaboração da Câmara Municipal da Ribeira Grande.

O diretor da prova é o presidente do Clube Desportivo os Metralhas, Sr. Bruno Joel Pires Fernandes.

### **ÉCOLOGIC 38k | 21k**

Esta prova de uma beleza ímpar, os atletas irão percorrer trilhos magníficos onde serão transportados para tempos em que os Micaelenses usavam as chamadas “canadas” para chegar aos moinhos de água e aos seus campos de cultivo, percorrendo “grotas” e fazendo a ligação entre as freguesias. Passando por trilhos de pé posto e chegando a encostas que nos levam a locais únicos na ilha de São Miguel, tais como, as plantações de chá na Gorreana (as únicas na Europa), a isolada praia da Viola, vários miradouros, onde os atletas são postos à prova com os acentuados declives que são bem familiares aos residentes locais, passando por inúmeras cascatas, tais como: a cascata da Gruta, cascata Porto formoso, cascata do Salto do Cabrito, entre outros pontos de interesse histórico, cultural e de grande beleza natural.

## ECOLOGICaminhada - **NÃO COMPETITIVA**

Esta é uma distância destinada às pessoas que gostem de praticar desporto e queiram caminhar por percursos na natureza. Estres irão percorrer alguns dos trilhos mais bonitos nas imediações da cidade da Ribeira Grande, partindo das Caldeiras da Ribeira grande, passando pela cascata do Salto do Cabrito, chegando à cidade da Ribeira Grande. Não haverá entrega de troféus.

### 2.2. Programa **(pode sofrer alterações)**

#### **Sexta-feira - 17 de novembro de 2023**

15h00 - abertura do secretariado – Câmara Municipal da Ribeira Grande

19h00 - encerramento do secretariado - Câmara Municipal da Ribeira Grande

19h15 – Briefing ECOLOGIC 38K – TAÇA PORTUGAL TRAIL – ATRP (TEATRO RIBEIRAGRANDENSE)

#### **Sábado – 18 de novembro de 2023**

**08h15 - Last Check In – Ribeira Funda (PARTIDA)**

**09h00 - PARTIDA ECOLOGIC 38K– Ribeira Funda** (transporte cedido pela organização\*)

**10h00 – Last Check In – Praia dos Moinhos - Porto Formoso (PARTIDA)**

**10h30 – PARTIDA ECOLOGIC 21K – Praia dos Moinhos - Porto Formoso** (transporte cedido pela organização\*)

**10h30 – Last Check In – Caldeiras da Rib. Grande (Zona cozidos)(PARTIDA)**

**11h00 – PARTIDA ECOLOGICaminhada – Caldeiras Ribeira Grande** (transporte cedido pela organização\*)

**18h30 – CERIMÓNIA ENTREGA PRÉMIOS**

Ribeira Grande (ARQUIPÉLAGO – CENTRO DE ARTES CONTEMPORÂNEAS)

#### **\*Tranfers autocarro para PARTIDAS – (Em frente à Câmara Municipal da RG)**

**08h00 – Partida ECOLOGIC 38K - Ribeira Grande – Ribeira Funda**

**09h30 – Partida ECOLOGIC 21K - Ribeira Grande – Porto Formoso**

**10h15 – Partida ECOLOGICaminhada – Caldeiras da Ribeira Grande (Zona cozido)**

### 2.3. Mapa e perfil altimétrico

Mais informações em: <https://www.ecologictrailrunazores.pt/>

### 2.4. Tempo limite / Barreiras horárias

- O atleta que abandonar a prova deverá avisar a organização, comunicando o seu n.º de peitoral.

- Tempo limite para concluir **07h00 (meta encerra às 16h00 – dia 18/11)**

## 2.5. Metodologia de controlo de tempos

O controlo dos atletas das provas **ECOLOGIC** é efetuado eletronicamente. Haverá controlos intermédios de tempo que serão posteriormente divulgados.

A organização afixará os resultados finais à medida que os atletas cheguem à meta. Garantindo que todos tenham conhecimento da sua classificação pouco tempo após a chegada.

## 2.6. Postos de controlo

Os controlos intermédios estarão em local a definir pela organização e publicados oficialmente no site da prova, indicando a sua localização, distância e outras informações úteis para os atletas.

Informa-se que os abastecimentos líquidos não serão fornecidos através de garrafas nem copos plásticos. Devido ao forte cariz Ecológico, **cada atleta é obrigado a levar consigo o(s) recipiente(s) que julgue mais adequados para a sua hidratação** (preferencialmente que sirva também para bebidas quentes).

## 2.7. Material

| Material obrigatório                           | ECOLOGIC 38k | ECOLOGIC 21k |
|--|--------------|--------------|
| Peitoral visível                               | X            | X            |
| Mochila ou equipamento similar                 | X            | X            |
| Depósito de água ou equivalente de 1L (mínimo) | X            | X            |
| Manta térmica (min. 100×200 cm)                | X            | x            |
| Casaco corta-vento/impermeável                 | X            | x            |
| Telemóvel operacional – com bateria e saldo    | X            | X            |
| Alimentação de reserva                         | X            | x            |
| Apito  | X            | X            |
| Copo (a organização não disponibiliza)         | X            | X            |
| Lanterna                                       | Aconselhável |              |

Independentemente das condições climáticas os participantes devem considerar este material como o seu **kit de sobrevivência**, portanto aconselha-se que acompanhe sempre os atletas.

O atleta que não possua o material obrigatório será penalizado em 15 minutos por cada item em falta.



## 2.8. Informações sobre a passagem em locais de tráfego rodoviário

A organização terá um sistema de segurança ao longo de todo o percurso, contudo, dado que não serão efetuados cortes de tráfego rodoviário nalgumas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas estradas de uso público, devendo ainda respeitar os meios envolventes ao percurso, tendo consciência de que o mesmo pode atravessar propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

## 2.9. Desclassificações / Penalizações:

Será penalizado todo aquele que não se fizer acompanhar pelo material obrigatório.

- A penalização é de **15 minutos** por cada **item em falta**.

Será desclassificado todo aquele que:

- Não cumpra o presente regulamento;
- Não complete a totalidade do percurso;
- **Deteriore ou suje o meio por onde passa;**
- Não leve o seu dorsal bem visível;
- Ignore as indicações da organização;
- Tenha uma conduta antidesportiva;

A organização poderá impedir, em futuras edições, a participação de atletas que sejam abrangidos por alguma das duas últimas alíneas.

## 2.10. Responsabilidades perante os atletas/participantes

- A inscrição na prova implicará total aceitação do presente regulamento.
- Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais, ou de qualquer outra natureza, a si mesmos e/ou a terceiros.
- A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente, de negligência, ou de roubo de objetos e/ou valores, relativamente aos participantes.
- Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de responsabilidade resultante dos atos acima descritos.

## 2.11. Seguro desportivo

A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei para a realização das provas. O prémio do seguro está incluído no valor da inscrição.

| COBERTURAS, CAPITALS SEGUROS, FRANQUIAS E BENEFICIÁRIOS |                                  |                  |
|---|----------------------------------|------------------|
| Nome  | CLUBE DESP CULTURAL OS METRALHAS |                  |
| <b>Coberturas</b>                                       | <b>Capitais Seguros</b>          | <b>Franquias</b> |
| Morte   | €30.364,00                       | -                |
| Invalidez Permanente                                    | €30.364,00                       | 10%              |
| Despesas de Tratamento e Repatriamento                  | €4.860,00                        | €60,00           |
| Despesas de Funeral                                     | €2.430,00                        | -                |

**VICTORIA**  
Uma empresa do Grupo Segurador **SMA**

### 3. Inscrições

#### 3.1 Processo de inscrição Local (página web)

As inscrições deverão ser regularizadas *online* através do site:

<https://www.ecologictrailrunazores.pt>

#### 3.2. Valores e períodos de Inscrição

As inscrições *online* **encerram a 12 de novembro 2023.**

##### ECOLOGIC 38k

35 € - 01/05 a 10/10

45 € - 11/10 a 12/11

O valor de inscrição inclui: participação na prova, abastecimentos, dorsal, seguro de acidentes pessoais, t-shirt técnica alusiva à prova, refeição ligeira volante, medalha de finalista.

##### ECOLOGIC 21k

25 € - 01/05 a 10/10

35€ - 11/10 a 12/11

O valor de inscrição inclui: participação na prova, abastecimentos, dorsal, seguro de acidentes pessoais, t-shirt técnica alusiva à prova, refeição ligeira volante, medalha de finalista.

##### ECOLOGIC Caminhada

13 € - 01/05 a 12/10

17€ - 11/10 a 12/11

O valor de inscrição inclui: participação na prova, abastecimento, dorsal, seguro de acidentes pessoais, t-shirt técnica alusiva à prova, refeição ligeira volante, medalha de finalista.

### 3.3. Condições de devolução do valor da inscrição

A organização não se vê no dever de devolver o dinheiro da inscrição dos atletas já confirmados e que não possam comparecer no dia do evento. Caso o atleta solicite alteração de inscrição para uma prova com uma distância inferior, o eventual valor da diferença de montante da inscrição não será restituído.

### 3.4. Secretariado da prova/ horários e locais

#### Dia 17 de Novembro

**15h00** - abertura do secretariado – Câmara Municipal da Ribeira Grande

**19h00** - encerramento do secretariado - Câmara Municipal da Ribeira Grande

#### Dia 18 de novembro

**08h15** - Last Check In – Ribeira Funda (PARTIDA)

**10h00** – Last Check In – Praia dos Moinhos - Porto Formoso (PARTIDA)

**10h30** – Last Check In – Caldeiras da Rib. Grande (Zona cozidos)(PARTIDA)

## 4. Categorias e Prémios

### Escalões

| 21 kms     |           | 38 kms     |           |
|------------|-----------|------------|-----------|
| Masculinos | Femininos | Masculinos | Femininos |
| M Sub 23   | F Sub 23  | M Sub 23   | F Sub 23  |
| M SEN      | F SEN     | M SEN      | F SEN     |
| M35        | F35       | M35        | F35       |
| M40        | F40       | M40        | F40       |
| M50        | F50       | M45        | F45       |
| M60        | F60       | M50        | F50       |
|            |           | M55        | F55       |
|            |           | M60        | F60       |

### Classificação coletiva

Apenas são elegíveis para a classificação coletiva, as equipas que sejam associadas da ATRP, devidamente registadas com nome do responsável e nº de contribuinte. No caso das equipas que não pertençam a Clubes ou Associações Desportivas com personalidade jurídica própria, o número de contribuinte a indicar no ato de registo deverá ser o do responsável nomeado.

A classificação coletiva determina-se, com base nos critérios definidos pela ATRP, em dois passos: Primeiro, e com base na classificação geral absoluta (sem distinção de escalão ou género), somam-se os lugares dos 3 primeiros classificados de cada equipa. Em caso de empate declara-se vencedora a equipa que em primeiro lugar feche a classificação coletiva. Seguidamente ordenam-se as equipas por ordem crescente de pontos obtidos na operação anterior, após o que se aplica a tabela de pontuação para as Equipas.

Os resultados provisórios da classificação geral absoluta ATRP de cada prova, serão publicados pelo Organizador do evento no seu site ou página e também no site da ATRP, logo após terminada a prova, e será dado um prazo de 2 semanas após a sua publicação, para que os participantes dirijam à Organização, por escrito, os seus pedidos de correção, o qual analisará e dará seguimento aos mesmos. Passado este período, a ATRP publicará e homologará os resultados definitivos da prova: Geral absoluta, escalões e equipas.

#### **4.1. Data, Local e hora entrega de prémios**

**DATA: 18 novembro – Ribeira Grande**

**LOCAL: RIBEIRA GRANDE | ARQUIPÉLAGO – CENTRO DE ARTES CONTEMPORÂNEAS**

**HORA: 18h30**

Durante a cerimónia de entrega de prémios será servido um beberete aos presentes.

## **5. Informações**

### **5.1. Como chegar**

<http://www.ribeiragrande.pt/comochegar/>

### **5.2. Onde ficar**

<http://www.ribeiragrande.pt/geo/categorias/onde-dormir/>

## **6. Marcações e controlo**

O percurso está marcado com bandeiras/fitas de cor viva do Clube Desportivo os Metralhas e, quando a organização entenda, com placas direcionais, sendo obrigatória a passagem pelos controlos estabelecidos.

## **7. Responsabilidade ambiental**

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos (mesmo que biodegradáveis), provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

## **8. Direitos de Imagem**

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza à organização 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 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.

## **9. Apoio de emergência**

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem.

## **10. Casos omissos**

Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela comissão organizadora, de cujas decisões não haverá recurso.

## **11. Diversos**

- **Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar as regras de viação nos cruzamentos da estrada.**
- os transferes da Ribeira Grande (local da chegada) para o local das partidas (de acordo com o programa), caso necessário, o serviço será gratuito.
- Para informações mais detalhadas e atualizadas poderá sempre consultar o sítio oficial da prova ou a nossa página do facebook. Para esclarecimentos contactar a organização através do email [ecologictrailrunazores@gmail.com](mailto:ecologictrailrunazores@gmail.com).
- A organização irá disponibilizar, no sítio oficial, um “caderno de prova” com informações mais detalhadas numa data próxima do evento.
- A organização reserva-se ao direito de realizar as modificações que considere necessárias, dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova, se as condições meteorológicas assim o obrigarem, ou por motivos de força maior.

Ponta Delgada, 26 abril de 2023