

REGULAMENTO SPORTHEART 2018 – TRAIL EDITION

1. O EVENTO

O SPORTHEART 2018 – TRAIL EDITION (SHTE) é uma prova de corrida todo terreno, promovida pela SPORTARC em coorganização com o Município de Arouca.

Esta é uma prova em que os participantes terão oportunidade de correr/caminhar por trilhos previamente balizados pela organização. O início será no centro histórico de Arouca, no parque municipal, seguindo para os montes envolventes, onde terão oportunidade de disfrutar de paisagens únicas com características invulgares. No mesmo dia realiza-se o Festival da Castanha promovida pelo município de Arouca. Esta prova irá fazer realçar entre os seus trilhos, sobretudo na freguesia de Moldes a fruta da época, onde ainda predominam soutos intactos.

Esta será uma verdadeira viagem que nos leva também de visita a um património secular, onde a história e o presente se conjugam e nos permite disfrutar de momentos fantásticos.

As informações relativas a este evento poderão ser encontradas no site com o endereço <http://www.sportarc.pt>

1.1 Inscrições:

- **SHTE – Sportheart 2018 - Trail Edition (20Km)** – 27 de Outubro (sábado) - 250 participantes
- **Caminhada (10Km)** - 27 de Outubro (sábado) – 150 participantes

1.2 Provas

SHTE (SPORTHEART 2018 – TRAIL EDITION)

O SHSE terá início e fim no Parque Municipal de Arouca com uma distância de aproximadamente 20 km e com um desnível positivo de cerca de 1000 metros. O SHTE terá um tempo limite para a sua realização de 5 horas.

Caminhada

A Caminhada terá início e fim no Parque Municipal de Arouca com uma distância de aproximadamente 10 km e com tempo limite de 3 horas.

2. PROGRAMA/HORARIOS

Sexta feira – 26/10/2018 (Meu Super Cavadinha)

18:00 – Abertura do Secretariado (Entrega de Dorsais)

21:00 – Encerramento do Secretariado

Sábado – 27/10/2018 (Parque municipal de Arouca)

13:00 – Abertura do Secretariado (Entrega de Dorsais)

15:30 – Encerramento do Secretariado

15:45 – Briefing

16:00 - Partida SHTE (20km)

16:15 – Inicio Caminhada

18:00 – Previsão de chegada do primeiro atleta do SHTE (20Km)

18.30 – Previsão de chegada do grupo de Caminhada

19:00 – Entrega prémios do SHTE

21:00 – Encerramento de provas

21:30 – Encerramento do Evento

Nota: Os horários apresentados são estimados pela organização face ao decorrer da prova podendo ser alterados durante o decorrer da mesma se assim se justificar.

3. REQUISITOS E OBRIGAÇÕES DOS PARTICIPANTES

Para participar no SHTE os atletas deverão reunir os seguintes requisitos:

- Ter no mínimo 18 anos para o SHSE;
- Ter no mínimo 14 anos para a caminhada;
- Conhecer e aceitar as condições do presente regulamento;
- Efetuar corretamente a inscrição;
- Os atletas inscritos no SHTE aceitam participar voluntariamente e sob sua própria responsabilidade na competição. Por conseguinte concordam em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes de qualquer responsabilidade com os mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes.
- Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito nas vilas 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.
- Os atletas devem estar conscientes da distância e das particularidades das provas e estarem suficientemente treinados para isso.
- Terem adquirido, antes da prova, uma real capacidade de autossuficiência em montanha, que permita a gestão dos problemas induzidos por este tipo de provas, nomeadamente em condições de alterações climatéricas (noite, vento, frio, nevoeiro, chuva ou neve).
- Os atletas terão de saber enfrentar problemas físicos e mentais resultantes da fadiga extrema, problemas digestivos, articulares e dores musculares, etc.
- Ter a consciência de que não é papel da organização ajudar um atleta a ultrapassar estes problemas e que tal depende principalmente da sua capacidade em adaptar-se às situações problemáticas decorrentes deste tipo de competição.
- Estas provas são de participação individual, não é permitido fazer-se acompanhar de animais.

4. Valor das inscrições

	Até 21/10	
Caminhada	6€*	
SportHeart 2018 -	11€ *	

*1 euro reverte a favor da Associação de doentes oncológicos de Arouca

4.1 O valor da inscrição inclui:

Participantes SHTE:

- T-shirt Técnica oficial do evento;
- Lembranças;
- Dorsal;
- Abastecimentos sólidos e líquidos aos 9km e final;
- Prémio Finisher;
- Duche;
- Seguro de Acidentes Pessoais;

Participantes Caminhada:

- T-shirt oficial do evento;
- Dorsal;
- Seguro de Acidentes Pessoais;
- Abastecimento sólidos e líquidos aos 4 km e final

4.2. Desistência ou alteração da inscrição

Na eventualidade de desistência após a inscrição e até 15 dias antes da prova, será devolvido 50% do valor da inscrição. Após esta data não haverá direito a qualquer reembolso em caso de desistência.

Notas Importantes:

- Dada a natureza dos percursos, em montanha e em alguns casos com declives acentuados, é desaconselhada a participação de pessoas com mobilidade reduzida e de crianças;
- As inscrições (<http://www.sportarc.pt>) estão limitadas a 400 participantes no total das provas, podendo a organização alterar esse limite em função da disponibilidade de stocks e capacidades de logística;
- O pagamento deve ser realizado de acordo com as referências Multibanco geradas no ato de inscrição.
- A inscrição na prova corresponde a uma declaração de aptidão física e psicológica por parte do atleta.

5. DORSAIS

5.1. Levantamento de dorsais

- Para poderem proceder ao levantamento dos dorsais é obrigatória a apresentação, em papel ou em suporte digital, do Comprovativo de Inscrição ou em alternativa de um documento de identificação ou cópia do mesmo;

- Uma só pessoa pode levantar vários dorsais desde que se faça acompanhar dos Comprovativos de Inscrição ou das cópias dos documentos de identificação dos participantes em questão;

5.2. Conservação e aplicação de dorsais

- O atleta deve velar pela integridade do seu dorsal e pelo seu correto manuseamento e fixação.

Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de alfinetes para colocação do dorsal.

Durante a prova o atleta deve colocar o dorsal bem visível na parte da frente do corpo.

6. MATERIAL

Durante a competição todos os atletas têm de se fazer acompanhar de todo o material obrigatório e recomendável se assim o achar necessário. Em qualquer momento podem ser questionados acerca da sua posse, sob pena de sofrer as penalizações.

O equipamento obrigatório é apresentado no controlo zero e transportado pelo atleta durante toda a prova.

Material:

	SHSE (20Km)	Caminhada
Reservatório/ Mochila de Água ou equivalente com 1 litro de capacidade (mínimo)	Recomendável	Facultativo
Casaco corta-vento ou impermeável	Recomendado	Facultativo
Manta térmica	Recomendado	Facultativo
Dorsal (Alfinetes para dorsal ou porta-dorsais)	Obrigatório	Facultativo
Telemóvel operacional (com bateria suficiente)	Recomendado	Recomendado
Luz Frontal	Recomendado	Recomendado

6. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

A organização terá um sistema de segurança ao longo de todo o percurso assegurado por elementos afetos à organização e devidamente identificados como tal e/ou por elementos das forças policiais, contudo, dado que será impossível realizar corte de tráfego rodoviário nalgumas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas estradas de uso público e as indicações dos elementos da organização ao longo do percurso, devendo ainda respeitar o meio envolvente ao percurso, tendo consciência de que o percurso pode atravessar propriedade privada sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

6. SEMI-AUTONOMIA

Semi-autonomia é definida como a capacidade de ser autónomo entre dois postos de abastecimento, não somente na comida mas também no vestuário e segurança, sendo capaz de se adaptar particularmente a situações adversas (condições meteorológicas, problemas físicos, etc.). Os participantes devem possuir capacidade de semi-autonomia.

8. ESCALÕES E CLASSIFICAÇÕES

Os escalões da prova SHTE serão as seguintes:

Escalões Masculinos (sénior 18-39 anos; M40 40-49 anos; M-50 50-59 anos; M60 ≥ 60 anos)

Escalão Feminino (sénior 18-39 anos; F40 40-49 anos; F-50 50-59 anos; F60 ≥ 60 anos)

Geral M e F

Os escalões são definidos em função dos dados disponibilizados pelos atletas no acto da inscrição, e tendo como referência a data da prova.

9. ABASTECIMENTOS E POSTOS DE CONTROLO

Os postos de controlo são pontos obrigatórios de passagem e estão localizados em locais delineados pela organização. Em cada um destes controlos estará um responsável da organização.

Durante a prova poderão existir “controlos-surpresa” de forma a assegurar o cumprimento integral do percurso.

Somente os atletas com o dorsal visível terão acesso aos postos de controlo e abastecimentos.

Os abastecimentos serão constituídos por sólidos e líquidos para serem consumidos no local. Somente água é destinada a encher depósitos ou outros recipientes. Cada atleta, ao deixar cada posto de abastecimento, é responsável por ter a quantidade de bebida e comida necessária para alcançar o próximo abastecimento.

Relembremos: cada participante deverá trazer o seu próprio recipiente/reservatório de água para respetivo abastecimento.

10. BALIZAGEM

A organização balizará o percurso com fitas sinalizadoras, placas e marcas no pavimento ou outros suportes apropriados.

É imperativo seguir os caminhos balizados sem tomar atalhos. Caso deixem de ver sinalização durante aproximadamente 200 metros, os atletas deverão voltar para trás até encontrar novamente as respetivas fitas. O bom senso deverá imperar.

11. BARREIRAS HORÁRIAS

O SHTE (20km) tem como tempo limite para a sua conclusão 5 horas.

As barreiras horárias são calculadas para permitir aos participantes alcançar a linha de meta no tempo limite imposto, contabilizando já as possíveis paragens (descanso, abastecimentos, etc.). Para serem autorizados a continuar em prova, os atletas devem chegar e sair do posto de controlo/abastecimento antes do seu encerramento, caso contrario serão impedidos de prosseguir e, conseqüentemente, desclassificados.

Qualquer participante excluído da prova e que deseje continuar, só poderá fazê-lo entregando o seu dorsal, prosseguindo à sua própria responsabilidade e completa autonomia.

Por razões meteorológicas e/ou de segurança, a organização reserva-se o direito de alterar as barreiras horárias e/ou de suspender, reduzir, neutralizar ou parar a prova. Não haverá direito a reembolso.

12. CONTROLO DE TEMPOS

O SHTe (20km) terá controlo de tempos através de chip. O Controlo é realizado à passagem na linha da meta.

13. PRÉMIOS

No **SHTe (20km)** serão premiados os 3 primeiros classificados por escalão. Além destes, serão também atribuídos troféus ao primeiro atleta da geral masculina e feminina.

Haverá ainda troféu para a melhor equipa, para a equipa mais numerosa e para o melhor atleta do concelho nas categorias masculino e feminino.

Os atletas que finalizem a prova SHTe receberão um prémio de finisher.

14. PENALIZAÇÕES E DESCLASSIFICAÇÕES

- Não cumprir o percurso estipulado - **1 Horas**
- Desobedecer às medidas de segurança indicadas por elementos da organização ou colaboradores - **Desclassificado**
- Conduta antidesportiva - **Desclassificado**
- Conduta poluidora - **Desclassificado**
- Dorsal não visível – **1/2 Hora**
- Não ajudar um atleta/colega quando a sua integridade física estiver em causa - **Desclassificado**
- Retirar sinalização do percurso - **Desclassificado**
- Troca de Dorsal – **Desclassificado**

15. ABANDONO, APOIO E EMERGÊNCIA

Os abandonos devem ser feitos somente nos postos de controlo/abastecimentos, exceto nos casos em que o atleta se encontre imobilizado e não consegue alcançar um posto de controlo, devendo nestes casos ativar a operação de socorro entrando em contacto com a organização. O número de contacto da organização e da equipa de socorro estará impresso no dorsal e deverá ser igualmente gravado no telemóvel do atleta.

A organização não se responsabiliza pela condição física dos atletas, por qualquer acidente ou outro dano sofrido antes, durante ou após a realização da prova, para além daqueles que se encontrem cobertos pelo seguro da prova.

16. ALTERAÇÃO DO PERCURSO, CANCELAMENTO DA PROVA

A organização reserva-se o direito de alterar, reduzir ou suspender a qualquer momento o percurso, as barreiras horárias e a posição dos postos de controlo/abastecimentos, sem aviso prévio, assim como neutralizar ou parar a prova no caso de condições climatéricas fortemente adversas e/ou por questões de segurança. Por estes ou outros motivos a partida pode ser adiada no máximo duas horas, após as quais, a prova é cancelada. Em qualquer dos casos não haverá direito a reembolso.

17. DIREITOS DE IMAGEM E PUBLICIDADE

A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do SHTE e de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do evento. Qualquer projeto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da organização.

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que 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 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.

18. RESPONSABILIDADE AMBIENTAL

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

19. PROTECÇÃO DE DADOS

Os dados dos atletas indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos exclusivos de processamento no evento, sendo publicados nomeadamente na lista de inscritos, notícias diversas e classificação. Cada participante é responsável pela veracidade dos dados fornecidos na sua inscrição, e está consciente que estes farão parte de um ficheiro, do qual a organização será responsável.