

CROSS  
**JOÃO BRANDÃO**



*João Brandão*

**REGULAMENTO**

**@CORRIDAJOAORANDAO**

## ÍNDICE

<b>1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO</b> .....	3
1.1. Idade participação.....	3
1.2. Inscrição regularizada.....	3
1.3. Condições de participação .....	3
<b>2. PROVA</b> .....	3
2.1. Apresentação da prova / Organização .....	3
2.2. Mapa / Perfil altimétrico .....	4
2.3. Metodologia de controlo de tempos .....	5
2.4. Material recomendado .....	5
2.5. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário.....	5
2.6. Desqualificações .....	5
2.7. Responsabilidades perante o atleta.....	5
2.8. Assistência médica.....	6
2.9. Seguro desportivo.....	6
<b>3. INSCRIÇÕES</b> .....	6
3.1. Processo inscrição (local, pagina web, método de pagamento).....	6
3.2. Material incluído com a inscrição .....	6
3.3. Valor de inscrição .....	7
3.4. Condições devolução do valor inscrição .....	7
<b>4. PRÉMIOS E ESCALÕES</b> .....	7
<b>5. INFORMAÇÕES</b> .....	7
5.1. Como chegar .....	7
5.2. Solo duro .....	8
5.3. Banhos .....	8
<b>6. MARCAÇÃO</b> .....	8
<b>7. RESPONSABILIDADE AMBIENTAL</b> .....	8
<b>8. DIREITOS DE IMAGEM</b> .....	8
<b>9. PROTEÇÃO DE DADOS</b> .....	9
<b>10. CASOS OMISSOS</b> .....	9
<b>11. TERMO DE RESPONSABILIDADE</b> .....	9
<b>12. DIVERSOS</b> .....	10

## 1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

### 1.1. Idade participação

**CROSS JOÃO BRANDÃO - SEGMENTO (13,5KM'S 300D+):** Maiores de 18 anos, feitos até ao dia anterior à data de início do SEGMENTO ou 16 anos com autorização parental.

### 1.2. Inscrição regularizada

A inscrição no Cross João Brandão pressupõe a total aceitação de todas as normas constantes do presente regulamento. O atleta deverá ter a sua inscrição previamente regularizada nos prazos estabelecidos.

\*\* Menores de 18 anos, terão de descarregar o termo de responsabilidade presente na plataforma de inscrições da *STOP AND GO* e posteriormente enviar via e-mail, devidamente preenchido para [evolucaovertical.eventos@gmail.com](mailto:evolucaovertical.eventos@gmail.com).

### 1.3. Condições de participação

Para participar no Cross João Brandão é indispensável:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível das mesmas e ainda de se encontrar adequadamente preparado física e mentalmente.
- De haver adquirido, antes do evento, uma capacidade de autonomia que permita a gestão dos problemas que derivam neste tipo de prova.
- Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas (vento, frio, nevoeiro e chuva).
- Saber gerir problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões, etc.
- Levar o material recomendado, durante a realização do percurso.
- Colocar os seus lixos nos locais próprios.

## 2. PROVA

### 2.1. Apresentação da prova / Organização

O Cross João Brandão é organizado pelo Município de Tábua. Conta ainda com a colaboração da ADXTUR, ADI, Visitábua e Evolução Vertical Lda.

O Cross João Brandão é um evento de corrida na natureza em homenagem de João Brandão que dá a conhecer, por caminhos recônditos, as aldeias de Coito, Casal da Senhora, São Geraldo, Touriz, Vila de Midões e as margens do Rio Cavalos.

**CROSS JOÃO BRANDÃO - SEGMENTO (13,5km 300D+) - 25 Abril a 25 Junho 2021**

Neste segmento os atletas terão de realizar a sua inscrição na plataforma da [www.stopandgo.com](http://www.stopandgo.com), e percorrer o *PR1 TBU – Na Pegada de João Brandão*, através das marcações específicas dos percursos pedestres ou com auxílio de track GPS disponibilizado pela organização na plataforma de inscrições, em formato GPX e KML. Após a realização do percurso terão de descarregar a sua atividade na App STRAVA (modo publico). De 25 Abril a 25 Junho todos os inscritos poderão fazer o percurso diversas vezes, bastando apenas realizar uma inscrição. No dia 26 de Junho serão anunciados os vencedores Geral M/F e de todos os escalões existentes.

Para participar no **Cross João Brandão**, todos os participantes terão de,

- Fazer inscrição;
- Possuir conta STRAVA;
- Aderir ao clube: “Cross João Brandão - Segmento”, na App STRAVA. **\*só serão contabilizados para classificação os atletas que aderirem ao clube.**
- Descarregar a(s) atividade(s) na conta STRAVA em modo publico;

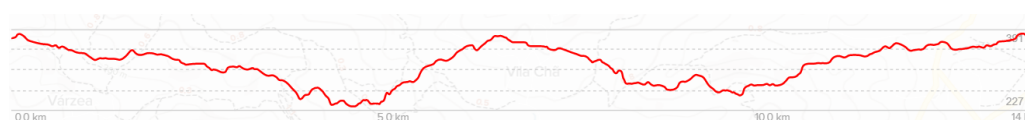
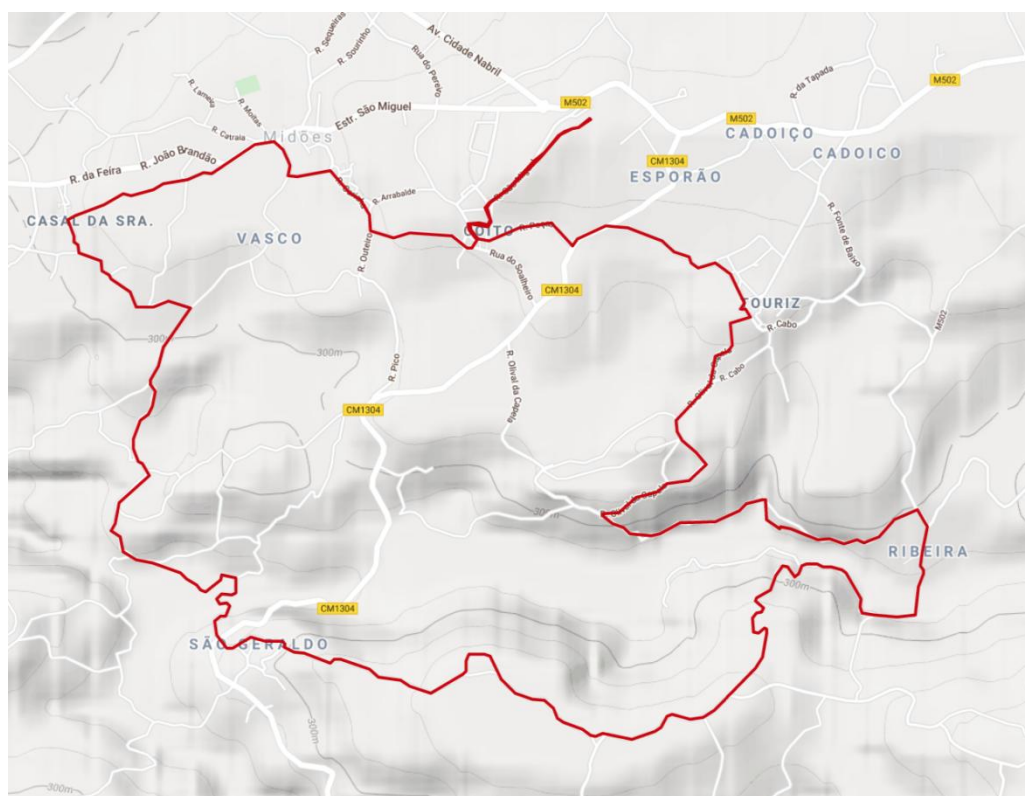
Este segmento vai dar a oportunidade a todos os interessados de usufruírem de um percurso circular com 13,5km's 300D+. Ao longo do percurso existem monumentos graníticos, solares, pelourinhos, paisagens deslumbrantes e vários monumentos classificados. A cronometragem deste evento será em modo virtual (STRAVA).

O Cross João Brandão visa promover a prática do exercício físico ao ar livre e em contacto com a natureza, a superação pessoal, a competitividade saudável, promover a região e revitalizar as pequenas economias locais. Tudo isto em segurança e para o bem de todos, evitando correr num aglomerado de pessoas, podendo o segmento ser feito a qualquer hora e em qualquer dia, dentro do prazo estabelecido pela organização.

<https://aldeiasdoxisto.pt/evento/5737>

## 2.2. Mapa / Perfil altimétrico

### PR1 TBU – NA PEUGADA DE JOÃO BRANDÃO (13,5KM 300D+)



### 2.3. Metodologia de controlo de tempos

Para o Cross João Brandão será criado um segmento virtual na App STRAVA e o controlo de tempos será feito através dessa mesma App, controlando a organização qualquer ilegalidade que possa ser feita.

### 2.4. Material recomendado

EQUIPAMENTO	Cross João Brandão (13,5km 300D+)
Telemóvel operacional	Recomendado
Corta-vento	Recomendado
Apito	Recomendado
Reservatório Água *soft-flask ou camelback	Recomendado
Manta de Sobrevivência	Recomendado

### 2.5. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

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. O atleta é responsável pelo cumprimento das regras do código de estrada.

### 2.6. Desqualificações

Ficará desclassificado todo aquele que:

- Não cumpra o presente regulamento;
- Não complete a totalidade do percurso;
- Deteriore ou suje o meio por onde passe;
- Ignore as indicações da organização;
- Tenha alguma conduta antidesportiva.

A organização impedirá em futuras edições as inscrições de participantes que sejam abrangidos por alguma das últimas duas alíneas.

### 2.7. Responsabilidades perante o atleta

O participante assume, por livre e espontânea vontade os riscos e suas consequências decorrentes da participação no evento, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de qualquer natureza. A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente, de negligência, ou de roubo de objetos ou valores, de cada participante. Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de responsabilidade resultante dos atos acima descrito.

A inscrição nas provas implicará a total aceitação do presente regulamento.

## 2.8. Assistência médica

No caso de o atleta considerar que necessita de assistência médica, deve proceder da seguinte forma:

- Telefonar para o 112 (neste caso responsabiliza-se pelas despesas que os atos médicos e de transporte acarretem) e informar que se encontra no percurso do Cross João Brandão, indicando o km do percurso em que se encontra (os bombeiros locais têm informação sobre o percurso);

## 2.9. Seguro desportivo

Após realizada a inscrição todos os participantes terão direito a um seguro de acidentes pessoais. O seguro está conforme legislação em vigor da Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto (Dec. Lei 10/2009), com capitais mínimos obrigatórios:

- a. Morte – 28 530 €
  - b. Invalidez Permanente – 28 530 €
  - c. Despesas de Tratamento e Repatriamento – 4 590 €
  - d. Despesas de Funeral – 2 290 €
- Sujeito ao pagamento da franquia – 90 €

O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas e terá um custo de 90€. Em caso de sinistro, o sinistrado é obrigado a fazer prova que o mesmo decorreu nos tracks/percursos pré-estabelecidos do presente desafio. Para isso, além de remeter o link Strava com a actividade (em estado publico), descarrega o percurso que estava a ser gravado no seu dispositivo GPS e envia. Assim fará prova da data/dia e local. A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimentos em tempo oportuno para efetivar a participação ao seguro, (até três dias após a realização do Cross João Brandão).

## 3. INSCRIÇÕES

### 3.1. Processo inscrição (local, pagina web, método de pagamento)

Pode inscrever-se através do formulário específico que estará disponível no site <https://stopandgo.com.pt>.

Não serão aceites outros métodos de pré-inscrição por email ou telemóvel. Ao fazer a inscrição os atletas aceitam os termos gerais do regulamento.

O pedido de faturas da inscrição deve ser feito via e-mail, para [evolucaovertical.eventos@gmail.com](mailto:evolucaovertical.eventos@gmail.com).

### 3.2. Material incluído com a inscrição

No valor da inscrição está incluído:

- \_ Track GPS para navegação no percurso;
- \_ Prémio de finisher;
- \_ 10% desconto no comercio local (parceiros aderentes);
- \_ Seguro desportivo válido para todas as participações entre as datas definidas;
- \_ Estacionamento;

O levantamento do prémio de finisher poderá ser feito na **BIBLIOTECA MUNICIPAL JOÃO BRANDÃO** ou **PIZZARIA PAPO SECO**, mediante apresentação de comprovativo de inscrição e dispositivo GPS com os kms percorridos/percurso. Apenas poderá ser levantado **um prémio de finisher por inscrição**. Sujeito a horário de funcionamento da **BIBLIOTECA MUNICIPAL JOÃO BRANDÃO** e **PIZZARIA PAPO SECO**.

### 3.3. Valor de inscrição

De dia 25 Abril a 25 de Junho 2021

- Cross João Brandão (13,5km's 300D+) – 3€

### 3.4. Condições devolução do valor inscrição

No caso de o atleta solicitar o cancelamento da inscrição por motivo de lesão, doença ou falecimento de familiar, deverá contactar para o email, [evolucaovertical.eventos@gmail.com](mailto:evolucaovertical.eventos@gmail.com). Ao pedido de reembolso terá de ser anexado o atestado/comprovativo médico. Não se efetua transição de inscrições para anos seguintes.

Os reembolsos serão efetuados nos seguintes períodos:

- Até 25 de Junho de 2021: 50% da taxa será devolvida;
- A partir de 26 de Junho de 2021: não haverá reembolsos.

O atleta que prestar falsas declarações terá a sua inscrição automaticamente anulada sem direito a reembolso.

## 4. PRÉMIOS E ESCALÕES

### CROSS JOÃO BRANDÃO (13,5KM'S 300D+)

Serão atribuídos prémios aos 3 primeiros classificados da geral M/F, 3 primeiros classificados de cada escalão M/F.

As categorias etárias serão definidas automaticamente pela plataforma STRAVA, em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato do seu registo na plataforma STRAVA. A organização não se responsabiliza por erros de dados na criação da conta STRAVA de cada atleta.

- **M Jovem e F Jovem** – 16 a 19 anos;
- **M Seniores e F Seniores** – 20 a 34 anos;
- **M35+ e F35+** – 35 a 44 anos;
- **M45+ e F45+** – 45 a 54 anos;
- **M55 e F55+** – 55 a 99 anos;

## 5. INFORMAÇÕES

### 5.1. Como chegar

Outeiro de São Miguel (Latitude: 40.386277/ Longitude: -7.938048)

<https://aldeiasdoxisto.pt/percurso/3157>

## 5.2. Solo duro

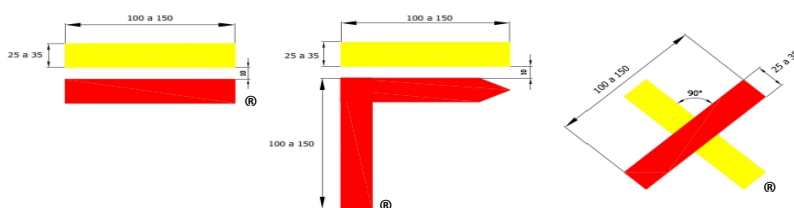
A organização não disponibiliza dormida em solo duro.

## 5.3. Banhos

A organização não disponibiliza banhos pós-prova.

## 6. MARCAÇÃO

O percurso estará marcado com as marcações específicas dos percursos pedestres - pequenas rotas, sendo obrigatório percorrer todo o percurso estabelecido pela organização, só assim será ativado o segmento na App STRAVA.



Será também disponibilizado o track oficial do percurso, os atletas poderão descarregar o track e navegar no trajeto delineado pela organização através de GPS.

## 7. RESPONSABILIDADE AMBIENTAL

O atleta é o responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos nos locais apropriados que possam existir ao longo do percurso, ou transportá-lo até ao final do percurso.

Não abandonar lixo na natureza, utilizar os contentores para os depositar, respeitar a flora e a fauna, seguir estritamente o percurso delineado sem utilizar atalhos.

A limpeza do percurso por parte da organização irá ser constante ao longo de todo o período do evento.

## 8. DIREITOS DE IMAGEM

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 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.

Considera-se o meio oficial de comunicação e informação do Cross João Brandão,

Email: [evolucaovertical.eventos@gmail.com](mailto:evolucaovertical.eventos@gmail.com)

Facebook: <https://www.facebook.com/corridajoaobrandao>



## 9. PROTEÇÃO DE DADOS

Todo o participante, ao formalizar a sua inscrição, autoriza a publicação dos seus dados pessoais necessários ao desenrolar da prova, seja nas listas oficiais, em meios de comunicação ou internet, assim como, o seu uso para envio de informação relativa ao evento, incluindo posteriores edições. Igualmente autoriza que as imagens recolhidas (fotografia ou vídeo) possam ser utilizadas de forma intemporal em qualquer ação publicitária, com o único fim de promoção e divulgação do evento. Cada participante é responsável pela veracidade dos dados fornecidos na sua inscrição.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para [evolucaovertical.eventos@gmail.com](mailto:evolucaovertical.eventos@gmail.com).

## 10. CASOS OMISSOS

Estas regras podem ser editadas, alteradas ou melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora, caso haja alterações, serão informadas atempadamente. O facto de realizar a sua inscrição implica a aceitação do presente regulamento. A organização reserva o direito de modificar o presente regulamento até á data do evento.

Os casos omissos neste regulamento, serão resolvidos pela organização, de cuja decisão não haverá recurso.

## 11. TERMO DE RESPONSABILIDADE

O preenchimento e envio da ficha de inscrição implicam que o atleta que se inscreve, tome conhecimento e aceite sem quaisquer reservas o presente regulamento e termo de responsabilidade.

Ao inscrever-me no Segmento – Cross João Brandão, declaro por minha honra que:

1. Li e aceito na íntegra o regulamento da prova e o plano de contingência;
2. Tenho capacidade física e psicológica para participar neste tipo de evento;
3. Adotarei um comportamento socialmente responsável, cumprindo de forma exemplar as medidas gerais recomendadas pela Direção-Geral da Saúde, durante o evento desportivo em questão, designadamente, a etiqueta respiratória, a higienização frequente das mãos, e, sempre que aplicável, o distanciamento físico e a utilização de máscara;
4. Comprometo-me a utilizar máscara em todas as situações previstas no plano de contingência.
5. Não apresento sintomatologia suspeita de infeção por COVID-19, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória;
6. Não tive contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-Cov-2 ou Covid-19 nos últimos 14 dias.
7. Não comparecerei no evento se apresentar sintomatologia suspeita de infeção por COVID-19, nomeadamente febre, tosse e dificuldade respiratória ou se tiver conhecimento de ter estado em contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-Cov-2 ou Covid-19 nos últimos 14 dias.

## 12. DIVERSOS

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

Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar as regras de viação nos cruzamentos da estrada.

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova se as condições meteorológicas ou outras assim o obrigarem.