



# Regulamento LouzanTrail 2018



"As melhores e mais belas coisas na vida não podem ser vistas nem tocadas, devem ser sentidas com o coração."

Hellen Keller



# Nota introdutória

Caro atleta,

O LOUZANTRAIL é uma prova competitiva de corrida de montanha, organizado pela Secção de Trail Running do Montanha Clube.

Em 2018 terá mais uma edição onde tu poderás descobrir ou redescobrir paisagens deslumbrantes que certamente irão perpetuar de forma indelével a tua memória por muitos anos.

E a pensar em ti que o Montanha Clube – Secção de Trail – se empenha e inova a cada edição, para te presentear com locais mágicos, com uma dureza assinalável, mas com paisagens de cortar a respiração.

Assim, gostaríamos de te dar as boas vindas a Serra da Lousã e desejar que desfrutes da nossa serra.

Este evento tem o apoio institucional e logístico do Município da Lousã e União das Juntas de Freguesia de Lousã e Vilarinho.



## Conteúdo

1.	Condições de Participação .....	4
1.1	Idade participação diferentes provas .....	4
1.2	Inscrições regularizadas .....	4
1.3	Ajuda externa.....	4
1.4	Colocação de dorsal .....	4
1.5	Regras de Conduta desportiva .....	5
1.6	Comunicação/contacto com a organização .....	5
2.	Prova.....	5
2.1	Apresentação das provas / Organização.....	5
2.2	Programa / Horário .....	6
2.3	Distância / altimetria / categorização de dificuldades ATRP.....	7
2.4	Mapa / Perfil altimétrico / descrição dos percursos.....	7
2.5	Tempos limites / Barreira horária .....	8
2.6	Metodologia de controlo de tempos .....	8
2.7	Postos de controlo .....	8
2.8	Locais de abastecimento .....	9
2.9	Material obrigatório / Verificação de material.....	9
2.10	Informação sobre passagem de locais e com tráfego rodoviário .....	10
2.11	Penalizações / Desclassificações.....	11
2.12	Responsabilidades perante o atleta.....	11
2.13	Seguro Desportivo .....	11
2.14	Suspensão e/ou anulação das provas .....	12
3.	Inscrições .....	12
3.1	Processo inscrição (local, página web, método de pagamento) .....	12
3.2	Valores e períodos de inscrição .....	13
3.3	Alteração de inscrições.....	13
3.4	Condições para devolução do valor de inscrição.....	14
3.5	Material incluído com a inscrição .....	14
3.6	Serviços disponibilizados (transporte, massagem, duche, etc.).....	14
4.	Data, local e hora para entrega de prémios .....	15
4.1	Definição das categorias etárias / Sexo, individuais e equipas .....	15
4.2	Prémios Monetários.....	16
5.	Informação .....	16
5.1	DIREITOS DE IMAGEM E PUBLICIDADE .....	16
5.2	ECO RESPONSABILIDADE.....	17
5.3	PROTECÇÃO DE DADOS .....	17
5.4	Casos Omissos .....	17
5.5	Reclamações .....	17



## **1. Condições de Participação**

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

A participação em todas as provas do LOUZANTRAIL 2018 só é autorizada a pessoas maiores de 18 anos de idade, feitos até ao dia anterior à data da prova.

### **1.2 Inscrições regularizadas**

A pré-inscrição/inscrição nas provas do LOUZANTRAIL 2018 pressupõe a total aceitação das regras aqui estabelecidas.

Condições físicas:

- Para participar no evento o atleta deve estar consciente das dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente.
- De haver adquirido, antes do evento, uma capacidade real de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de prova, nomeadamente:
- Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas (altas temperaturas, baixa humidade);
- Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de uma fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, as pequenas lesões, etc.

### **1.3 Ajuda externa**

Não será permitida qualquer ajuda externa fora dos locais definidos pela organização, pelo que o atleta deve estar consciente da sua condição física e gerir os seus problemas que surjam para uma actividade em montanha, de forma segura.

A organização definirá áreas específicas para assistências aos atletas por parte do acompanhante ou elemento responsável pela equipa. Estas áreas ficam situadas junto aos abastecimentos, e estarão identificadas com sinaléticas e com delimitações definidas.

Nestas áreas o/a atleta pode receber alimentação, trocar de equipamento. O atleta é obrigado a manter o equipamento obrigatório, podendo deixar/trocar outro equipamento não obrigatório. Só é permitida permanência nessas áreas a previamente registadas e identificadas. Cada atleta terá de fazer um registo prévio para identificar o elemento da equipa de apoio. Os elementos das equipas de apoio não podem aceder às áreas de abastecimentos dos atletas, nem solicitar qualquer tipo de abastecimento de líquidos.

### **1.4 Colocação de dorsal**

O número do atleta é pessoal e intransmissível e deveser colocado na frente do corpo, a altura do peito e sempre visível.

Em caso de desistência, desclassificação ou barramento horário o atleta é obrigado a entregar o dorsal à organização, sem prejuízo do mesmo ser devolvido no final da prova (meta ou secretariado).



## 1.5 Regras de Conduta desportiva

O atleta durante toda a prova deverá adoptar um comportamento digno, abstendo-se nomeadamente de fazer recurso a linguagem ofensiva, agressões verbais ou físicas.

Caso se verifiquem as infracções anteriormente descritas, estas serão alvo de penalização, a saber:

- Advertência;
- Desqualificação;
- Expulsão e consequente proibição de inscrição em eventos posteriores (por um período de dois anos);
- Caso a linguagem ofensiva seja efectuada em redes sociais, blogs ou páginas do LOUZANTRAIL ou conexas será punido com a proibição de inscrição no evento e eventos posteriores organizados pela secção de Trail Running do Montanha Clube (pelo período mínimo de dois anos).

## 1.6 Comunicação/contacto com a organização

Considera-se os meios oficiais de comunicação e informação do LOUZANTRAIL:

<http://www.louzantrail.com>

[incricoes@louzantrail.com](mailto:incricoes@louzantrail.com)

[info@louzantrail.com](mailto:info@louzantrail.com)

<https://www.facebook.com/louzantrail>

## 2. Prova

### 2.1 Apresentação das provas / Organização

Montanha Clube, Secção de Trail Running, é a entidade organizadora do evento LOUZANTRAIL 2018, que decorrerá nos dias 16 e 17 de junho de 2018 na Vila da Lousã, independentemente das condições climáticas do dia, desde que a organização entenda que não ofereçam riscos aos participantes.

A organização acompanha em permanência a evolução das condições climáticas podendo suspender/anular a prova a qualquer momento.

A edição LOUZANTRAIL 2018 será constituída por 3 provas e 1 caminhada:

### **ULTRA LOUZANTRAIL – Distância, horários e tempo limite**

Terá início as 6h00m do dia 17 de junho, na Praceta Sá Carneiro, dirigindo-se para a Serra da Lousã, num percurso com cerca 50 Km e aproximadamente 4170 Metros de desnível positivo, terminando no centro da Lousã.

O tempo limite para conclusão do ULTRA LOUZANTRAIL é de 13 horas, passadas as quais todos os atletas em prova serão retirados do percurso. Será publicada uma tabela com as barreiras horarias nos vários pontos de passagem.



### **LOUZANTRAIL LONGO – Distância e horários**

Terá início às 08h00m do dia 17 de junho, na Praceta Sá Carneiro, dirigindo-se para a Serra da Lousã, num percurso com cerca de 27 Km e aproximadamente 2040 Metros de desnível positivo, terminando no centro da Lousã.

O tempo limite para conclusão do LOUZANTRAIL LONGO é de 8 horas, passadas as quais todos os atletas em prova serão retirados do percurso.

### **LOUZANTRAIL CURTO – Distância e horários**

Terá início às 09h00m do dia 17 de junho, na Praceta Sá Carneiro, dirigindo-se para a Serra da Lousã, num percurso com cerca de 17 Km e aproximadamente 1290 metros de desnível positivo, terminando no centro da Lousã.

O tempo limite para conclusão do LOUZANTRAIL CURTO é de 7 horas, passadas as quais todos os atletas em prova serão retirados do percurso.

### **DESCIDA NOCTURNA (Caminhada) – Distância e horários**

Realiza-se no dia 16 de junho, terá início no Trevim descendo a Serra da Lousã em direcção ao centro da Vila.

A Descida Nocturna é organizada pela secção de Caminheiros do Montanha Clube.

A organização reserva o direito de alterar as distâncias e o desnível se assim o entender sendo a alteração, no caso do desnível, nunca superior a 10%.

## **2.2 Programa / Horário**

16 DE JUNHO DE 2017 – Sábado

**Local:** Praceta Sá Carneiro

**14:30**– Visita cultural a uma aldeia serrana com degustação de produtos regionais;

**16:30** – Abertura do secretariado aos atletas;

**19:00** – Descida Nocturna;

**21:15** - Encerramento secretariado;

**21:30** – Briefing da prova.



17 DE JUNHO DE 2017 – Domingo (Provas competitivas)

**05:00** – Abertura Secretariado

**05:10** – Controlo ULTRALOUZANTRAIL

**05:50** – BRIEFING

**06:00** – PARTIDA ULTRA LOUZANTRAIL

**07:10** - Controlo LOUZANTRAIL LONGO

**07:50** – BRIEFING

**08:00** – PARTIDA LOUZANTRAIL LONGO

**08:10** - Controlo LOUZANTRAIL CURTO

**09:50** – BRIEFING

**09:00** – PARTIDA LOUZANTRAIL CURTO

**15:00** – Início da cerimónia de entrega prémios (ou assim que tiverem chegado os 3 primeiros classificados de cada prova)

**19:00** – Fecho de Meta

**20:00** – Fim do evento

### 2.3 Distância / altimetria / categorização de dificuldades ATRP

Prova	Distância	Desnível positivo	Tempo máximo	Grau de dificuldade
<b>Ultra LOUZANTRAIL</b>	50 Km	4170	13h00	4
<b>LOUZANTRAIL Longo</b>	27 Km	2040	8h00	4
<b>LOUZANTRAIL Curto</b>	17Km	1290	7h00	3

### 2.4 Mapa / Perfil altimétrico / descrição dos percursos

Os percursos do LOUZANTRAIL são compostos por passagem pela zona histórica da Lousã, antigos caminhos utilizados pelas populações das aldeias, levadas (antigo sistema de irrigação), estradas florestais, ribeiras, etc.

De salientar que as provas não são fechadas e nesse sentido os participantes devem ter em conta o facto de haver viaturas, animais, pessoas, bicicletas a circular em partes do percurso da prova.

Os atletas devem ter atenção aquando do atravessamento das estradas publicas e estradões florestais.



Existirão percursos alternativos, para fazer face a alguma situação alheia à organização.

A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo ou abastecimento, sem aviso prévio.

## 2.5 Tempos limites / Barreira horária

Para evitar passar em zonas mais sensíveis do ponto de vista de segurança, são estabelecidos os seguintes tempos de passagem:

### Ultra LOUZANTRAIL

<i>Local</i>	<i>Dist. Acum.</i>	<i>Tempo de Prova</i>	<i>Horas</i>
<i>Talasnal</i>	+/- 18,6 km	06:00	12:00
<i>Cerdeira</i>	+/- 36,0 km	09:00	15:00
<i>Meta</i>	+/- 50,0 km	13:00	19:00

### LOUZANTRAIL Longo

<i>Local</i>	<i>Dist. Acum.</i>	<i>Tempo de Prova</i>	<i>Horas</i>
<i>Talasnal</i>	+/- 15,2 km	05:00	13:00
<i>Meta</i>	+/- 27,8 km	08:00	16:00

### LOUZANTRAIL Curto

<i>Local</i>	<i>Dist. Acum.</i>	<i>Tempo de Prova</i>	<i>Horas</i>
<i>Meta</i>	+/- 17,8 km	07:00	16:00

Para continuar em prova, os atletas têm de sair do posto de controlo antes do seu encerramento. Caso contrario, será feito o barramento, situação esta que implica a entrega do Dorsal/Chip à organização. Se o atleta decidir prosseguir no percurso é da sua própria responsabilidade e completa autonomia.

## 2.6 Metodologia de controlo de tempos

Será utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos por intermédio de um chip colocado no dorsal. Nos pontos de controlo existira um tapete ou outro dispositivo que registara a passagem dos atletas.

## 2.7 Postos de controlo

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo o atleta respeitá-lo ao longo da prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos.



Ao longo do percurso existirão pontos de controlo devidamente assinalados. Os atletas terão de parar a fim de ser registado o controlo do seu dorsal, assim como respeitar a ordem de chegada ao posto de controlo. Nestes mesmos postos de controlo poderá ser colocado nos atletas um outro sistema de controlo eletrónico.

## 2.8 Locais de abastecimento

### Ultra LOUZANTRAIL

<i>Local</i>	<i>Dist. Acum.</i>	<i>Tipo</i>
<b><i>Terreiro das Bruxas</i></b>	+/- 7,7 km	Sólidos e Líquidos
<b><i>Talasnal</i></b>	+/- 18,6 km	Sólidos e Líquidos
<b><i>Candal</i></b>	+/- 30,8 km	Sólidos e Líquidos
<b><i>Cerdeira</i></b>	+/- 36,0 km	Sólidos e Líquidos
<b><i>Central</i></b>	+/- 45,0 km	Sólidos e Líquidos
<b><i>Meta</i></b>	+/- 50,0 km	Sólidos e Líquidos

### LOUZANTRAIL Longo

<i>Local</i>	<i>Dist. Acum.</i>	<i>Tipo</i>
<b><i>Terreiro das Bruxas</i></b>	+/- 7,7 km	Sólidos e Líquidos
<b><i>Grutas</i></b>	+/- 11,8 km	Líquidos
<b><i>Talasnal</i></b>	+/- 15,2 km	Sólidos e Líquidos
<b><i>Meta</i></b>	+/- 27,8 km	Sólidos e Líquidos

### LOUZANTRAIL Curto

<i>Local</i>	<i>Dist. Acum.</i>	<i>Tipo</i>
<b><i>Terreiro das Bruxas</i></b>	+/- 7,7 km	Sólidos e Líquidos
<b><i>Grutas</i></b>	+/- 11,8 km	Líquidos
<b><i>Meta</i></b>	+/- 17,8 km	Sólidos e Líquidos

As provas do evento são em regime semiautónomo, tendo o atleta de se fazer acompanhar por aquilo que ache necessário para poder concluir as provas. Os locais previstos para os abastecimentos podem sofrer alterações de localização ou suprimidos sem aviso prévio. Caso as condições meteorológicas o justifiquem se colocas placas informativas de locais com pontos de água naturais.

## 2.9 Material obrigatório / Verificação de material

Para participar na competição, cada participante deverá levar calçado e vestuário adequado à prática de provas em montanha. No mínimo, uns calções e t-shirt ou similar. Qualquer tipo de vestuário ofensivo não



será permitido. O uso de calçado minimalista ou alternativo será da exclusiva responsabilidade do atleta e a organização deverá ser alertada para o facto.

Equipamento	ULTRA	Louzantrail	Mini
Dorsal	X	X	X
Reservatório de Água (1lt)	X	X	X
Mochila ou Cinto de hidratação	X	X	X
Manta de sobrevivência	X	X	X
Telemóvel totalmente operacional	X	X	X
Copo ou caneca	R	R	R
Apito	X	X	X

\* a organização não fornece copos nos abastecimentos

R – Material Recomendado

X – Material Obrigatório

Caso as condições climáticas o justifiquem, o material obrigatório poderá ser reformulado. Nesse caso tal será dado conhecimento aos atletas através dos meios de comunicação oficiais, pelo menos com 48 horas antes do início da prova.

A organização reserva o direito de verificar nos postos de controlo o material obrigatório, caso o atleta não possua algum dos itens será desclassificado.

## **2.10 Informação sobre passagem de locais e 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.



## 2.11 Penalizações / Desclassificações

INFRAÇÃO	SANÇÃO
Falta de assistência a outro atleta em dificuldades	Desclassificação da prova
Abandonar a prova sem avisar a organização	Desclassificação da prova
Troca de dorsal entre atletas	Desclassificação da prova
Agressão ou insulto a elementos da organização ou atletas	Desclassificação da prova e proibição de inscrição na edição seguinte
Insultos à organização em redes sociais, blogs ou páginas do LOUZANTRAIL ou conexas	Desclassificação da prova e inibição de participação de pelo menos dois anos
Retirar sinalização do percurso	Desclassificação da prova e proibição de inscrição na edição seguinte
Desobedecer às medidas de segurança indicadas por elementos da organização/voluntários	Desclassificação da prova
Exceder o tempo limite nos postos de controlo/meta	Desclassificação da prova
Falhar um dos postos de controlo	Desclassificação da prova
Atirar lixo para o chão	Desclassificação da prova
Perda de Dorsal/Chip	Desclassificação da prova
Receber ajuda externa	Desclassificação da prova
Dorsal não visível	Desclassificação da prova
Falta de item material obrigatório	30 minutos

## 2.12 Responsabilidades perante o atleta

O participante assume, por livre e espontânea vontade os riscos e suas consequências decorrentes da participação na prova, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de qualquer natureza.

Os atletas inscritos no LOUZANTRAIL aceitam participar voluntariamente e sob sua própria responsabilidade na competição. Por conseguinte concordam em não reclamar ou exigir a 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.

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

## 2.13 Seguro Desportivo

A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei (acidentes pessoais e de Responsabilidade civil) conforme o Decreto-Lei no 10/2009 de 12 de janeiro, para este tipo de prova, estando o seu premio incluído no valor da inscrição. O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas.



Qualquer acidente ou incidente, que ocorra durante o decorrer do percurso é da responsabilidade dos participantes, em tudo que exceder o risco coberto pelo seguro.

A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

## **2.14 Suspensão e/ou anulação das provas**

Caso as condições climáticas e/ou ambientais se verifiquem extremas (ex.: incendio florestal, tempestades, ciclones, etc.) a partida pode ser atrasada no máximo de duas horas, período após o qual a prova é cancelada.

As mesmas também podem ser suspensas e/ou anuladas por decisão das entidades oficiais tais como, Proteção Civil, GNR, MAI, etc.

Poderá também suspender, reduzir ou neutralizar as provas, os fatores mencionados anteriormente.

**Em qualquer das situações descritas não haverá em caso algum direito a reembolso.**

## **3. Inscrições**

### **3.1 Processo inscrição (local, página web, método de pagamento)**

O registo quer de pré-inscrição ou inscrição, consoante a prova e modalidade de processo de inscrição, deveser efetuado através do formulário específico que estará disponível no site <http://louzanttrail.com/registrations.html> ou <https://www.prozis.com/pt/pt/evento/louzanttrail-2018> .

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 levantamento do dorsal depende da exibição do comprovativo de pagamento da inscrição correspondente e de um documento de identificação.

O levantamento de dorsais da equipa do próprio depende da exibição dos comprovativos de pagamento das inscrições, apresentação dos números dos documentos de identificação e a assinatura de um documento da responsabilização pelo levantamento dos mesmos.

No caso de se verificar divergência nos dados de inscrição com os dados do cartão de cidadão a organização reserva o direito de não permitir a participação do atleta no evento. Tratando-se neste casos a prestação de informações falsas por parte do atleta a organização não devolverá o valor paga na inscrição.

Pedido de faturas da inscrição é feita no ato da inscrição no respetivo formulário, não serão emitidas faturas posteriormente.

As inscrições são feitas em plataforma própria, sendo a recolha, tratamento e protecção dos dados dos atletas da inteira responsabilidade da Onsalesit SA.

As inscrições para a Descida Noturna têm um sistema de inscrições diferente das provas de competição, estas devem ser feitas para o mail [centrodiety@hotmail.com](mailto:centrodiety@hotmail.com) sendo o valor de 12€. O Pagamento terá de ser efetuado para o IBAN:PT50 0045 3458 4024 9398 18757.



### 3.2 Valores e períodos de inscrição

Prova	N.º de vagas	Valor de Inscrição 1ª Fase	Valor de Inscrição 2ª Fase	Valor de Inscrição 3ª Fase
<b>ULTRA LOUZANTRAIL</b>	300	31,00€	36,00€	41,00€
<b>LOUZANTRAIL</b>	550	23,00€	28,00€	33,00€
<b>LOUZANTRAIL Curto</b>	500	18,00€	23,00€	28,00€

#### Calendário de Valores de Inscrição:

1a Fase: de 01 de fevereiro a 15 de abril;

2a Fase: de 16 de abril a 15 de maio;

3a Fase: de 16 de maio a 31 de maio;

#### Calendário de Períodos de Inscrição:

**21 e 22 de fevereiro** – Exclusivo para associados ATRP e ADAC

**23 de fevereiro** – Abertura Oficial

**31 de março** – Limite para a utilização de Voucher

**31 maio** – Fecho de Inscrições

**03 junho** – Fim de Alterações de Inscrições

Os atletas com inscrições válidas e efetivamente pagas na edição de 2017 têm um desconto de 20% face ao valor em vigor no momento da inscrição e na mesma categoria de prova. Os Voucher não reservam o direito de participação e são válidos até ao dia 31 de março.

Os atletas a disputar o Circuito de Trail Curto da ADAC têm um desconto de 1,5€ no Louzantrail curto.

Ambos os descontos são validados através de código a inserir na plataforma de inscrições, o mesmo é pessoal e intransmissível.

Os descontos não são acumuláveis entre si.

O atleta que prestar falsas declaração para usufruir de algum dos descontos terá a sua inscrição automaticamente anulada sem direito a reembolso.

### 3.3 Alteração de inscrições



A organização permite a alterações de inscrições até dia 3 de junho mediante o pagamento de uma taxa de 5€, devendo o atleta titular da inscrição enviar um email para [incricoes@louzantrail.com](mailto:incricoes@louzantrail.com) com os dados para efetuar a troca e o comprovativo do pagamento da Taxa de Alteração.

Troca de inscrições que usufruíram de desconto acresce da diferença do valor efetivamente pago para o valor em vigor na altura da solicitação da troca.

### **3.4 Condições para devolução do valor de inscrição**

Na eventualidade de desistência após a inscrição a organização não reembolsa o valor da inscrição, exceto nos seguintes casos:

- Motivo de lesão ou doença com a apresentação de atestado médico devolve-se 75% do valor de inscrição até ao dia 30 de abril de 2018.
- Motivo de lesão ou doença com a apresentação de atestado médico devolve-se 50% do valor de inscrição até ao dia 31 de maio de 2018. A partir desta data, não será reembolsado qualquer valor.

Após o do dia 3 de junho não se aceitam alterações de inscrições, exceto no seguinte caso:

- Motivo de lesão ou doença, com a apresentação de atestado médico, a organização permite a alteração de dados até dia 7 de junho de 2018 inclusive.

O atleta deve remeter um e-mail com os seus dados de inscrição, atestado médico e o IBAN para [incricoes@louzantrail.com](mailto:incricoes@louzantrail.com) para a organização poder proceder ao respetivo reembolso caso existe direito ao mesmo.

### **3.5 Material incluído com a inscrição**

O valor da inscrição inclui:

- Lembranças que a organização possa adquirir;
- Dorsal;
- Abastecimentos sólidos e líquidos;
- Premio Finisher, para os participantes no ULTRA LOUZANTRAIL, LOUZANTRAIL LONGO e LOUZANTRAIL CURTO;
- Duche;
- Contribuição de 1€ para os Bombeiros;
- Seguro de Acidentes Pessoais;
- Transporte para a chegada, no caso de o atleta abandonar a prova ou ser impedido pela organização de continuar;
- Equipa de Busca e Salvamento em zonas remotas e de acesso difícil;
- Assistência em Posto Medico Avançado (Medico e equipa de enfermagem);
- Veículos de Apoio;
- Impostos

### **3.6 Serviços disponibilizados (transporte, massagem, duche, etc.)**



A organização tem ao dispor dos atletas transporte ate a chegada em caso de lesão ou desistência, estando condicionados a lotação dos veículos de transporte.

É disponibilizado duche, massagens de relaxamento e em caso de necessidade um check-up pela equipa médica disponível no Posto Medico Avançado que se encontrara na zona de chegada.

## 4. Data, local e hora para entrega de prémios

17 de junho – 15h00 – Praceta Sá Carneiro

### 4.1 Definição das categorias etárias / Sexo, individuais e equipas

No ULTRA LOUZANTRAIL, LOUZANTRAIL LONGO e LOUZANTRAIL CURTO serão premiados os 3 primeiros classificados da classificação por equipas(m/f), geral(m/f) e por escalão.

A classificação das equipas será obtida pela soma das posições da classificação geral dos 3 primeiros atletas da equipa ordenada pela ordem crescente.

O critério de desempate das equipas será a soma dos 3 melhores tempos será o método para o desempate.

Os atletas que finalizem a prova ULTRA LOUZANTRAIL, LOUZANTRAIL LONGO e LOUZANTRAIL CURTO receberão um premio de finisher.

Os prémios serão entregues no dia do evento, quem não os levantar nesse dia, a organização não enviará por correspondência.

A equipa que tiver mais atletas inscritos recebera um trofeu com a designação de a maior equipa do LOUZANTRAIL 2018.

Os escalões das provas **ULTRALOUZANTRAIL e LOUZANTRAIL CURTO e LONGO** estarão designadamente na seguinte forma:

<b>Ultra e Louzantrail Longo</b>		
Nasc 1995 a 2000	M Sub23	F Sub23
Nasc 1974 a 1978	M40	F40
Nasc 1969 a 1973	M45	F45
Nasc 1964 a 1968	M50	F50
Nasc 1959 a 1963	M55	F55
Nasc Antes 1958	M60	F60



<b>Louzantrail Curto</b>		
Nasc 1995 a 2000	M Sub23	F Sub23
Nasc 1969 a 1978	M40	F40
Nasc 1959 a 1968	M50	F50
Nasc Antes 1958	M60	F60

Os escalões dos atletas são determinados pelo seu ano de nascimento e pelo ano civil da época desportiva. Deste modo, a idade a ter em conta para o apuramento do escalão, será a que o atleta tiver em 31 de dezembro de 2018

ULTRA LOUZANTRAIL será considerado prova Serie 100 do Campeonato Nacional Ultra Trail ATRP e pontuará com 4 pontos ITRA e é prova qualificativa para o UTMB.

O LOUZANTRAIL LONGO será considerado prova Serie 150 do Campeonato Nacional de Trail ATRP e pontuará com 2 pontos ITRA e é prova qualificativa para o UTMB.

O LOUZANTRAIL CURTO faz parte do Circuito Distrital de Trail Running de Coimbra, competição organizada pela Associação Distrital de Atletismo de Coimbra – ADAC, sendo para tal considerados todos os atletas filiados na FPA – Federação Portuguesa de Atletismo através da ADAC e inscritos no respetivo Circuito. Pontuará com 1 pontos ITRA e é prova qualificativa para o UTMB.

#### **4.2 Prémios Monetários**

A Organização do Louzantrail irá atribuir prémios monetários por equipas.

Esta classificação é independente do definido no ponto 4.1.

Valores e forma de classificação a definir.

Os valores dos prémios são ilíquidos e serão pagamos mediante apresentação de fatura.

### **5. Informação**

A organização disponibiliza dormida em solo duro, em local a designar oportunamente.

#### **5.1 DIREITOS DE IMAGEM E PUBLICIDADE**

A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do LOUZANTRAIL e de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do evento.

Qualquer projeto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da organização.

A organização irá recolher imagens dos atletas através de fotógrafos e empresas credenciadas, não se responsabilizando por qualquer outro tipo de recolha e divulgação feita por terceiros.



## **5.2 ECO RESPONSABILIDADE**

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

A organização utilizará sempre que seja possível material reutilizável ou reciclável e procederá à recolha seletiva.

A limpeza do percurso iniciar-se-á imediatamente após a passagem do último corredor.

A comunicação sobre papel estará reduzida ao mínimo, privilegiando o suporte eletrónico.

## **5.3 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.

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

## **5.4 Casos Omissos**

O preenchimento e envio da Ficha de Inscrição para as provas do LOUZANTRAIL implicam que o atleta que se inscreve, tome conhecimento e aceite sem quaisquer reservas o presente Regulamento.

Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos pelo Júri de Prova, de cujas decisões não haverá recurso.

## **5.5 Reclamações**

Para efectuar uma reclamação, por qualquer acção verificada durante o decorrer do LOUZANTRAIL, deverá ser feita por escrito e entregue à organização no próprio dia do evento. A reclamação será analisada e proferida uma decisão em 3 dias úteis da qual não será passível de reclamação

\*Regulamento sujeito a alterações que serão, caso as haja, informadas atempadamente.