

# **REGULAMENTO**

## **1.º Trail CHBM - Baía do Tejo “Trilhos da Saúde”**

### **ORGANIZAÇÃO**

O Centro Hospitalar Barreiro Montijo (CHBM), por ocasião do seu 10º aniversário, realiza o 1.º Trail CHBM - Baía do Tejo “Trilhos da Saúde”, no dia 26 de outubro de 2019, na Mata Nacional da Machada, em parceria com a Baía do Tejo e a Câmara Municipal do Barreiro.

Enquanto entidade promotora da saúde e do bem-estar da população, esta prova tem como objetivo incentivar estilos de vida saudáveis através da prática de atividade física.

Esta prova é organizada em conjunto com parceiros da comunidade e tem um cariz solidário, pelo que não há retorno financeiro para nenhuma entidade envolvida. Todos os participantes são convidados a colaborar com o projeto "Maternidade Solidária" do Serviço de Obstetrícia do CHBM.

### **ÂMBITO**

Este evento conta com 2 provas, um trail de carácter competitivo com uma distância de 10 quilómetros e uma caminhada de carácter participativo com uma distância de 5 quilómetros.

O trail destina-se a atletas federados ou não, em representação individual ou coletiva, maiores de 18 anos, de ambos os sexos. A caminhada destina-se a participantes de todas as idades.

### **OBJETIVO**

Ajudar o projeto "Maternidade Solidária" do Serviço de Obstetrícia do CHBM, através da doação de fraldas, toalhetas, roupa, brinquedos ou outros equipamentos (carrinhos de bebé, cadeiras auto, espreguiçadeiras, cadeiras de refeição, camas de viagem, etc.), novos ou em bom estado de conservação, para os bebés do nosso Hospital. Os donativos devem ser entregues no ato do levantamento do kit.

### **DATA, HORA E LOCAL**

A prova realiza-se no dia 26 de outubro na Mata Nacional da Machada, tendo início e fim junto do edifício do Centro de Educação Ambiental. O trail de 10 quilómetros tem início às 16h00 e a caminhada de 5 quilómetros às 16h05.

### **PERCURSO E ALTIMETRIA**

Percursos e altimetria a apresentar brevemente.

### **DURAÇÃO**

A prova tem a duração máxima de 2h30 após o início de partida.

### **ABASTECIMENTOS**

O trail tem abastecimento aos 5 quilómetros e na meta. A caminhada tem abastecimento na meta.

É proibido todo e qualquer abastecimento a atletas fora das zonas estabelecidas para o efeito.

Durante a prova será efetuado um controlo da passagem de atletas.

## **ESCALÕES**

Absolutos Masculinos e Absolutos Femininos.

## **CLASSIFICAÇÕES**

Para todos os atletas dos 10 quilómetros.

## **INSCRIÇÕES**

As inscrições são gratuitas e realizadas através do site <https://trilhosdasaude.sports4all.pt/>

São limitadas a 200 participantes e encerram automaticamente assim que se atingir o limite de atletas. A inscrição nesta prova é pessoal e intransmissível e em caso de desistência a Organização deve ser avisada atempadamente.

## **KIT ATLETA**

O kit é composto por: saco, t-shirt unissexo, dorsal, chip (este último apenas para o trail).

## **DORSAL E CHIP**

A utilização do dorsal é obrigatória para todos os participantes e deve ser colocado na parte da frente da t-shirt, visível e sem adereços por cima. A utilização do chip é obrigatória apenas para os atletas que realizarem o trail. O uso incorreto do dorsal ou do chip implica não aparecer na classificação oficial da prova.

## **SECRETARIADO**

O secretariado localiza-se junto do edifício do Centro de Educação Ambiental, na Mata Nacional da Machada.

O levantamento do kit é feito no dia da prova, entre as 14h00 e as 15h30. Todos os participantes têm que apresentar o comprovativo de inscrição, recebido na caixa de email, bem como um documento de identificação com fotografia (cartão de cidadão ou carta de condução).

## **PRÉMIOS**

Atribuição de medalhas a todos os participantes que cheguem à meta. Oferta de troféus aos três primeiros classificados de cada categoria (masculino e feminino) ou outros que a Organização venha a angariar para os participantes na corrida.

## **SEGURO**

A Organização assegura aos participantes um seguro de acidentes pessoais, conforme o previsto no Decreto-Lei 10/2009 (Seguro Desportivo Obrigatório). Este seguro apenas será ativo aos participantes que contraíam uma lesão no decorrer da prova e que solicitem à Organização a ativação do mesmo.

Todos os participantes devem reunir as condições de saúde, físicas e psicológicas necessárias à prática desportiva, isentando a organização de qualquer tipo de responsabilidade.

## **DESCCLASSIFICAÇÕES**

As seguintes situações podem levar à desclassificação do atleta:

- Manifeste mau estado físico;
- Não se apresente no local da partida, bem como durante todo o percurso, com o dorsal bem colocado e visível e o chip da prova utilizado adequadamente;
- Esteja a correr com o dorsal e/ou chip de outro atleta;
- Não realize o percurso completo;
- Manifeste comportamento antidesportivo (por exemplo: empurrões e obstruções que prejudiquem de forma intencional os outros atletas).

### **APOIO MÉDICO**

O apoio médico será prestado a todos os atletas que apresentem alguma lesão ou que a Organização indique como potencial caso de lesão durante o horário do evento. O apoio médico tem o direito de tirar da prova atletas que não apresentem condições para realizar com aptidão o percurso completo.

### **RESPEITO PELA NATUREZA**

O atleta é responsável pelo transporte dos invólucros e outro lixo não natural, depositá-lo no abastecimento mais próximo ou transportá-lo até à meta.

Não é permitido destruir ou alterar proposadamente qualquer elemento natural (plantações, muros, sinalética, marcações, etc.) ao longo do percurso.

### **DIREITOS DE IMAGEM**

O participante com a sua inscrição autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, à Organização dos direitos de utilização da sua imagem durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio e promoção.

### **PROTEÇÃO DE DADOS**

Os dados pessoais serão processados automaticamente pela Organização do evento, que é a entidade responsável pelos mesmos, nos termos aprovados pelo Regulamento Geral de Proteção de Dados. O tratamento dos dados pessoais destina-se exclusivamente à prestação dos serviços necessários à participação no evento que se inscreve.

### **CASOS OMISSOS**

Os casos omissos afetos a situações do foro desportivo ou técnico serão alvo de avaliação e decisão por parte da Organização da prova.