



CLUBE DESPORTIVO E RECREATIVO ÁGUIAS UNIDAS



1 - ORGANIZAÇÃO;

O Clube Desportivo e Recreativo Águias Unidas, com sede nos Foros de Amora, cidade de Amora, Concelho do Seixal, Distrito de Setúbal e com o apoio da Junta Freguesia de Amora e da Câmara Municipal do Seixal e outras entidades do Concelho, no próximo dia 3 de abril de 2022, pelas 10h00, levam a efeito um grande evento desportivo, denominado **VI TRAIL Quinta do Pinhão**. O evento terá a distância de 18 km (Trail) e Caminhada (6 km) ambas na Quinta do Pinhão. O evento será efetuado no Concelho do Seixal, com localização em Belverde, Amora, Seixal.

2 – PERCURSOS;

* TRAIL 18 Km

- A prova tem a distância aproximada de 18 km, tendo início às 10:00 horas, com partida e chegada na Urbanização da Quinta do Pinhão no Alto da Verdizela – Belverde. O percurso será totalmente em trilhos novos com altimetria acumulado de 400 metros. Começa dentro da Urbanização da Quinta do Pinhão, seguindo para o interior da Quinta do Pinhão e regressando ao local da meta.

*CAMINHADA

- A Caminhada tem a distância aproximada de 6 km, tendo início às 10:10 horas, com partida e chegada na Urbanização da Quinta do Pinhão no Alto da Verdizela – Belverde, sem cruzamentos de percurso com o Trail e será totalmente dentro da Quinta do Pinhão. Esta caminhada será realizada sem intuítos competitivos.

* – Termo de responsabilidade para os participantes menores no fim do regulamento.

NOTA. Ambos os percursos são em novos trilhos, percursos estes com subidas e descidas. Ambos os percursos são realizados integralmente no interior da Quinta do Pinhão.



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO
E JUVENTUDE, I. P.





CLUBE DESPORTIVO E RECREATIVO ÁGUAS UNIDAS



3 – PARTICIPAÇÃO:

Nas provas de **Trail** só poderão participar Atletas com mais de 18 anos desde que gozem de boa saúde, boa preparação física e psíquica apta para esforços longos, não sendo da responsabilidade da Organização quaisquer consequências negativas provocadas pela participação nas provas.

A **Caminhada** destina-se a todos os indivíduos masculinos e femininos, cuja condição física o permita. Não se aconselha, no entanto, a participação a crianças menores de 13 anos. A responsabilidade da participação na caminhada de crianças e jovens até aos 18 anos é da inteira responsabilidade dos pais, declinando a organização qualquer responsabilidade em termos de seguro em acidentes ocorridos.

[Se a organização entender afastar um atleta devido ao seu estado de saúde este deverá acatar as indicações recebidas de modo a garantir o seu bem-estar.](#)

4 – TRAIL 18 Km - ESCALÕES;

As competições destinam-se a Atletas federados ou não, em representação de Clubes, Escolas, Associações ou individuais, obedecendo aos seguintes escalões:

Masculinos e Femininos:

Elites: 18 a 39 anos;

Veteranos/as 1: 40 a 49 anos;

Veteranos /as 2: 50 a 59 anos;

Veteranos /as 3: 60 a 65 anos;

Veteranos/as 4: 66 ou mais.

NOTA: As idades são referentes ao dia da prova.



CLUBE DESPORTIVO E RECREATIVO ÁGUAS UNIDAS



5 – SEGURO;

De acordo como decreto-lei nº146/93 de 26 de abril, a Organização é possuidora de um seguro desportivo em que todos os Atletas estão abrangidos. Em caso de acidente os atletas deverão no próprio dia comunicar à Companhia, com o nome do Atleta, entidade organizadora, número da Apólice, data e hora da ocorrência (até cinco dias após a ocorrência). Estes dados devem ser solicitados a Organização.

A Organização tem seguro de responsabilidade civil.

6 INSCRIÇÕES;

As inscrições devem ser feitas através de um formulário existente do site <https://acorrer.pt>

VALOR DAS INSCRIÇÕES

Até dia 15 de março de 2022:

TRAIL 18 km 10,00 €

Do dia 16 de março até 31 de março de 2022:

TRAIL 18km 12,00€

CAMINHADA (grátis)

Outras Informações:

- O atleta deve trazer telemóvel e bidon de água. (Sendo aconselhável, boné ou gorro).
- Não serão devolvidas taxas de inscrição.



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO
E JUVENTUDE, I. P.





CLUBE DESPORTIVO E RECREATIVO ÁGUAS UNIDAS



7 MATERIAL INCLUÍDO NA INSCRIÇÃO (TRAIL 18 Km);

Dorsal; Chip; Seguro de acidentes pessoal; Gola; Abastecimentos líquidos e sólidos.

Após a chegada, entrega de saco com pão com chouriço, fruta e água.

Outros prémios que a Organização possa conseguir.

8 ABASTECIMENTOS;

A Organização está preparada para dar aos Atletas uma boa hidratação, com os abastecimentos: - Líquidos aos 6km, e líquidos e sólidos aos 12km e no fim da prova.

ATENÇÃO: os reabastecimentos serão feitos com enchimento do bidon no local de cada reabastecimento.

* Cuide do meio ambiente.

9 – DUCHE;

O Clube disponibiliza nas suas instalações (a 4 minutos do local da prova) para quem estiver interessado em tomar banho.



CLUBE DESPORTIVO E RECREATIVO ÁGUAS UNIDAS



10- TRAIL 18 km - CLASSIFICAÇÕES;

Serão realizadas pelo nº de dorsal e informaticamente após a linha de chegada, **com controlo intermédio**. Lembramos aos Atletas para manterem sempre o dorsal bem visível. Após a prova serão afixadas as classificações em local próprio junto ao secretariado da prova distribuídos logo que possível os prémios.

Serão atribuídos prémios em todos os Escalões masculinos e femininos e Equipas com a seguinte grelha:

- Prémios aos 3 primeiros classificados gerais individuais masculinos e femininos;

- Troféus aos 3 primeiros de cada escalão masculino e feminino;

- Troféu para as 3 primeiras Equipas do Trail (esta classificação será feita pela soma dos 5 melhores tempos chegados a meta pelos atletas da mesma equipa independente do escalão ou sexo).

Prémios - Aromas da Horta, produtos biológicos oferece cabazes para os três primeiros da geral Masculino e Feminino, no Trail dos 18Km.

Prémios - Acupumed – Massagens Desportivas - Voucher para os 3 primeiros da geral dos 18Km, Masculino e Feminino.

* Entrega de prémios após o apuramento de resultados.

11 CAMINHADA

Não haverá classificações para a Caminhada

NOTA: Haverá um prémio extra para a equipa com mais elementos inscritos na prova (mínimo de 30 Atletas inscritos) - “1 leitão”.

O Secretariado vai funcionar no local da prova a partir das 07h e 30 min.
A PUBLICAÇÃO DAS LISTAS DE CLASSIFICAÇÃO SERÃO PÚBLICAS



CLUBE DESPORTIVO E RECREATIVO ÁGUAS UNIDAS



12 – SANÇÕES;

Os Atletas comprometem-se a respeitar todas as regras do Trail. Qualquer atitude que possa falsear a verdade desportiva o atleta será desclassificado.

13 – HORÁRIOS;

Trail 18 Km - partida:

10h00;

Caminhada - partida:

10h10;

Tempo limite prova:

3h00

14 - ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO;

A organização poderá alterar o regulamento, caso seja justificado, e de forma a tornar toda a informação mais completa. Todos os casos omissos serão analisados e resolvidos pela Comissão Técnica de Atletismo.

Todos os participantes que efetuarem a sua inscrição no “VI TRAIL RUNNING Quinta do Pinhão, aceitam o presente Regulamento.

15 CANCELAMENTOS;

O cancelamento da prova pode ocorrer por fatores externos à organização, tais como catástrofes naturais, greves, manifestações, impedimento dos percursos ou da via pública, impossibilidade de telecomunicações, restrições governamentais ou nova legislação. Nestes casos, a organização reserva-se o direito de, emitir um parecer acerca das ações a serem tomadas resultantes do cancelamento.



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO
E JUVENTUDE, I. P.





CLUBE DESPORTIVO E RECREATIVO ÁGUIAS UNIDAS



16 – INFORMAÇÕES

COMO CHEGAR: A sede do Clube Desportivo e Recreativo Águias Unidas situa-se nos Foros de Amora, caminho Cruz de Pau para a praia da Fonte da Telha. Rua António Sérgio, Foros de Amora, 45-588 Amora Latitude: 38°36'34.73" N Longitude: 9°7'57.51" W

Para a prova:

A2 - Saída no Fogueteiro-Seixal, e seguir o caminho da praia da Fonte da Telha. Na segunda rotunda a seguir ao Lidl de Belverde virar à esquerda e depois na rotunda das pedras mármore entrar na Urbanização.

A33 – Saída para a Amora, Praia da Fonte da Telha, seguir para a respetiva praia. Na segunda rotunda a seguir ao Lidl de Belverde virar à esquerda e depois na rotunda das pedras mármore entrar na Urbanização.

EN 10 – Chegar à Cruz de Pau e na rotunda principal sair para as praias. Na segunda rotunda a seguir ao Lidl de Belverde virar à esquerda e depois na rotunda das pedras mármore entrar na Urbanização.

<https://www.google.com/maps/place/Quinta+do+Pinh%C3%A3o/@38.585371,-9.1450796,16.5z/data=!4m5!3m4!1s0xd194bdb9f39f4c7:0xdb1313afc60e40a0!8m2!3d38.5852571!4d-9.1475824>

O Presidente da Direção

Manuel Sezões

Organização

CDR Águias

Unidas





CLUBE DESPORTIVO E RECREATIVO ÁGUAS UNIDAS



VI TRAIL QTA DO PINHÃO

3 abril de 2022

Termo de responsabilidade

Reconheço que participar em eventos desportivos desta natureza pode ser potencialmente perigoso e estou ciente de que poderão ocorrer acidentes.

Declaro que o meu educando é possuidor de condição física necessária à participação e conclusão do **VI TRAIL QTA DO PINHÃO** a realizar no dia **3 de abril 2022** e com total conhecimento do seu regulamento e obrigações daí decorrentes, responsabilizando-me pela sua participação e não imputando responsabilidades a pessoas, empresas ou entidades, envolvidas direta ou indiretamente na organização ou promoção do evento, por quaisquer danos pessoais ou materiais que venha a sofrer no decorrer à sua participação.

Dou também a minha autorização para que as entidades organizadoras ou promotoras do evento utilizem o seu nome e a sua imagem em fotos, vídeos ou outros meios de transmissão de imagens.

O próprio (menor de idade):

Nome: _____ Data: _____

Assinatura: _____

O(a) progenitor(a) / tutor(a) legal:

Nome: _____ Data: _____

Assinatura: _____



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO
E JUVENTUDE, I. P.

