

**SÃO
NICOLAU**

TRAIL 2024



O **São Nicolau Trail 2024** realiza-se nos dias **21 e 22 de setembro** na Ilha de São Nicolau.

Nota prévia

Ao inscrever-se no São Nicolau Trail 2024 (SNT) o participante declara ter conhecimento e concordar na íntegra, com todas as condições deste Regulamento. A organização não tem qualquer responsabilidade sobre o transportes, alojamentos e alimentação de atletas nacionais ou internacionais. Não se fazem entregas de kits nos dias das provas. Só são permitidas alterações de inscrições até 7 dias antes da prova (15 de setembro)

1. Condições de Participação

- 1.1. **Idade** - participação nas provas/atividades de Trail Curto e Trail Longo do SNT far-se-á, obrigatoriamente, de acordo com as idades legais em vigor. Participantes com idades entre os 16 e 17 anos (juvenis), só podem competir nas provas cuja distância não exceda os 15 km. Os participantes com 18 e 19 anos (juniores), só podem participar em provas cuja distância não exceda os 25 km. Na caminhada, sem carácter competitivo, é permitida a participação de crianças e menores, desde que acompanhados pelo encarregado de educação ou com a sua autorização por escrito.
- 1.2. **Inscrição Regularizada** - Para participar no evento o participante deverá ter a sua inscrição devidamente regularizada nos prazos estabelecidos e aceitar todas as normas constantes do presente Regulamento.
- 1.3. **Levantamento do Dorsal/kit** - Será solicitada a identificação e o comprovativo de inscrição e/ou pagamento e um termo de responsabilidade para entrega do dorsal.
- 1.4. **Condições físicas** – Os participantes devem, à data da sua participação no evento, ter a condição física adequada às características e exigência da(s) atividade(s) de extrema dureza, em que se conjugam diversos fatores, nomeadamente, elevada quilometragem, terrenos extremamente técnicos e montanhosos e grandes desníveis. Durante os percursos, os participantes poderão estar expostos a situações meteorológicas adversas, tais como: calor, frio, vento forte, nevoeiro denso e precipitação intensa. É sugerido que o participante tenha condições mentais e físicas para fazer uma autogestão do esforço, adequado às situações com as quais se poderá confrontar, tendo presente que pode não ser possível obter ajuda/resgate imediato, em caso de lesão ou incidente. É ainda sugerido aos participantes que saibam como atuar em caso de pequenas lesões, indisposições gástricas, entre outras situações normais decorrentes de atividades em montanha.
- 1.5. **Dorsal** - O número do participante é pessoal e intransmissível e deve ser sempre usado à frente, não sendo autorizado tapar ou dobrar qualquer elemento gráfico do mesmo. O chip encontra-se colocado no dorsal. 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 (na meta ou secretariado).

PATROCINADORES:



APOIO:



ORGANIZAÇÃO:



1.6. **Conduta desportiva** - Todos os participantes aceitam e assumem que durante o evento devem ter uma conduta de fair-play, congruente com a ética pelo desafio, entreajuda e respeito pelos outros, sejam organizadores e/ou colaboradores, seja pela preservação do ambiente natural em que decorrem as atividades, procurando reduzir ao máximo a pegada ambiental. O ato de inscrição pressupõe a aceitação integral do presente Regulamento, (adaptado das normas da IAAF adaptadas ao Trail Running), das decisões do Júri da prova, que são soberanas e sobre as quais não cabe recurso.

2. O Evento

O São Nicolau Trail 2024 é um evento desportivo/turístico de lazer e aventura, pontuável para o circuito Cabo Verde Trail Series, organizado pela In Totum e pelo IDJ I.P em parceria com as Câmaras Municipais do Ttarrafal e Ribeira Brava de São Nicolau, com apoio da FCA do ITCV, o parocínio da CVMovel, da Caixa Económica, da Enapor, da Emicela CV e da NAVEX, entre outras entidades.

3. Programa

O SNT decorrerá entre os dias 21 e 22 de setembro de 2024 na Ilha de São Nicolau, de acordo com o seguinte programa:

A apresentar oportunamente.

4. Percursos / Altimetrias / Abastecimentos

Todas as distâncias são aproximadas e podem existir divergências face aos dados apresentados nos dispositivos dos participantes.

4.1. Trail I Longo > Pontuável para o CVT-Series

O trail longo terá início e final no Tarrafal passando por locais emblemáticos com pico pequeno ou o campo de lava. Com uma distância de 30,5km terá um desnível positivo acumulado positivo de 1990m. Existirão pelo menos 4 postos de abastecimento de sólidos e líquidos. Pode consultar o percursos no seguinte link: <https://ridewithgps.com/routes/38624128>

4.2. Trail I Curto >> Pontuável para o CVT-Series

O trail curto terá início e final no Tarrafal. Com uma distância de 16,2km terá um desnível positivo acumulado positivo de 897 m. Existirão pelo menos 2 postos de abastecimento de sólidos e líquidos. Pode consultar o percursos no seguinte link: <https://ridewithgps.com/routes/38624126>.

5. Tempos limite:

| Trail Curto e Caminhada | Trail Longo |
|-------------------------|--------------------|
| 3h de tempo limite | 5h de tempo limite |

6. Controlos:

O controlo de tempos e passagens dos participantes será efetuado pelos juizes de prova, através de meios electrónicos (chip) colocado no dorsal e através de monitorização visual em pontos de controlo definidos para o efeito. A monitorização e validação dos controlos e classificações é feita pela Federação Cabo Verdiana de Atletismo de acordo

com as regras definidas neste regulamento. Os atletas que não cumpram as orientações dos juízes serão desclassificados.

7. Material RECOMENDADO

7.1. Trail Longo, Trail Curto e Caminhada:

- Mochila de água ou porta bidões com capacidade mínima de 1000 ml;
- Recipiente para consumo de líquidos;
- Telemóvel com bateria carregada;
- Manta térmica;
- É recomendável o uso de chapéu.

8. Penalizações / Desqualificações

| Desclassificação | Penalizações |
|---------------------------------------|---|
| Não cumpra a totalidade do percurso | Não leve o seu dorsal bem visível (penalizado até 10min.) |
| Deteriore ou polua o meio ambiente | Não efetue o percurso sinalizado (penalizado em 1h) |
| Ignore as indicações da Organização | Perda do dorsal (penalizado em 30min) |
| Tenha alguma conduta antidesportiva | |
| Combinar resultados ou classificações | |
| Não cumprimento dos tempos limite | |

9. Inscrições

Processo de inscrição é pessoal e intransmissível e será aceite por ordem de chegada. As inscrições serão aceites unicamente na [plataforma stopandgo](#). Ao fazer a inscrição, aceitam o presente Regulamento e em caso de dúvida, ou surgimento de uma situação não contemplada no mesmo, devem consultar a Organização.

10. Valores e Prazos \$

As inscrições esgotam automaticamente sempre que alcançada a lotação máxima prevista para a prova. As inscrições encerrarão às 23h59 do dia 28 de maio de 2022. Os valores das inscrições são:

- Caminhada: 15€ / 1.500\$
- Trail Curto: 25€ / 2.500\$
- Trail Longo: 35€ / 3.500\$

Os cidadãos cabo-verdianos com residência em Cabo Verde terão inscrição gratuita através de um voucher gratuito que pode ser solicitado à organização, à Federação Cabo Verdiana de Atletismo de Cabo Verde ou aos Municípios onde se realiza a atividade.

11. Devolução do valor de inscrição

Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada previamente por motivos imputáveis à Organização. As inscrições são pessoais e intransmissíveis. Até ao dia 10 de setembro a Organização permite a mudança dos dados da inscrição para outro concorrente se solicitado por concorrente com inscrição confirmada. No caso de haver ainda vagas permitirá também a mudança de prova.

12. Itens incluídos na inscrição

- Participação nas atividades;

PATROCINADORES:



APOIO:



ORGANIZAÇÃO:



- t-shirt do evento;
- Abastecimentos sólidos e líquidos;
- Dorsal;
- Prémio finisher
- Assistência médica
- Participação no Circuito de Trail de Cabo Verde

13. Classificações

Nas distâncias/atividades competitivas de Trail Curto e Trail Longo haverá atribuição de classificação de todos os participantes que completem os percursos de forma validada pela organização.

Com a classificação Geral do Trail Curto, Trail Longo haverá atribuição de troféus até ao terceiro/a posto e apoios financeiros até ao quinto/a posto da geral (género masculino e feminino).

Não haverá prémios nem classificação para a Caminhada.

A organização reserva-se de direito de anular e/ou suspender a publicação das classificações caso considere não estarem reunidas as condições necessárias para validação das mesmas.

14. Categorias e Prémios – Classificações Gerais

| | | TRAIL D' SANTIAGO | | | |
|--------------|---------|-------------------|---------------|-----------|---------------|
| | | MASCULINOS | | FEMININOS | |
| TRAIL | 1 LUGAR | 200,00 € | 22 053,00 ECV | 200,00 € | 22 053,00 ECV |
| | 2 LUGAR | 150,00 € | 16 539,75 ECV | 150,00 € | 16 539,75 ECV |
| | 3 LUGAR | 125,00 € | 13 783,13 ECV | 125,00 € | 13 783,13 ECV |
| TRAIL SPRINT | 1 LUGAR | 125,00 € | 13 783,13 ECV | 125,00 € | 13 783,13 ECV |
| | 2 LUGAR | 100,00 € | 11 026,50 ECV | 100,00 € | 11 026,50 ECV |
| | 3 LUGAR | 75,00 € | 8 269,88 ECV | 75,00 € | 8 269,88 ECV |
| TRAIL JOVEM | 1 LUGAR | TROFÉUS | | | |
| | 2 LUGAR | | | | |
| | 3 LUGAR | | | | |
| M35 | 2 LUGAR | CERTIFICADOS | | | |
| | 3 LUGAR | | | | |
| | 1 LUGAR | | | | |
| M45 | 2 LUGAR | CERTIFICADOS | | | |
| | 3 LUGAR | | | | |
| | 3 LUGAR | | | | |
| M55 | 2 LUGAR | CERTIFICADOS | | | |
| | 3 LUGAR | | | | |
| | 3 LUGAR | | | | |

NOTA: TROFÉUS PARA OS 3 PRIMEIROS LUGARES DE CADA PROVA/ESCALÃO

Para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões, será considerada a idade que o atleta tem a 31 de dezembro, do ano em que realiza a prova. Ex: Um atleta que faz 35 anos até ao dia 31 de dezembro, do ano em que se realiza a prova, será classificado no escalão M35 durante todo o circuito. A existência de classificação por escalões não obriga a entrega de prémios.

No caso da existência de prémios, os montantes serão entregues pelo Instituto do Desporto e Juventude, através de transferência bancária, num prazo de até 90 dias. Em caso de atletas após entrega do relatório da Organização Nacional Antidopagem de Cabo Verde (ONAD-CV).

15. Dados pessoais

A In Totum Lda, o Instituto do Desporto e Juventude e os parceiros do evento, reservam-se no direito de utilizar a base de dados com elementos preenchidos pelos participantes nas suas ações de promoção. É concedida ao participante/encarregado de educação a hipótese de não autorizar a cedência dos dados pessoais recolhidos no ato de inscrição, devendo enviar um e-mail para geral@intotum.pt informando que não cede os seus dados às entidades acima mencionadas.

16. Informações Adicionais

Para informações relativas a viagens, alojamentos, transportes e outras, por favor, entre em contacto com Qualitur, através do e-mail sandra.pereira@atlantur.com.

17. Seguro desportivo

De acordo com a legislação em vigor, não é obrigatória a existência de seguros de acidentes pessoais para a participação. No entanto, a Organização incentiva os participantes a adquirirem/subscreverem os seguros que considerem mais adequados ao seu caso.

18. Desistências

Em caso de abandono o participante deve optar por fazê-lo preferencialmente num dos postos de abastecimento, comunicando obrigatoriamente o abandono aos elementos da organização. Na impossibilidade de o fazer deverá contactar a organização. O dorsal deverá ser apresentado a um elemento da Organização para o inutilizar.

19. Responsabilidade ambiental

O participante é 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.

20. Direitos de imagem

A Organização da prova, respetivos patrocinadores e as entidades que colaboram na Organização deste evento desportivo reservam-se ao direito de utilizarem livremente em todos os países e sob todas as formas, imagens relativas à participação dos atletas, assim como os resultados por eles obtidos. A prova poderá ser gravada em vídeo e/ou fotografada pela Organização do evento e jornalistas para posterior aproveitamento publicitário. Os participantes que tiverem alguma restrição quanto ao uso da sua imagem deverão notificar a Organização com antecipação e por escrito. Caso contrário, estarão automaticamente a autorizar o uso em qualquer tempo, sem direito a receber compensação financeira por parte da Organização.

21. Apoio de emergência

A Organização providenciará, através das entidades competentes para o efeito em território cabo-verdiano, Proteção Civil, Ministério da Saúde e Corporações de Bombeiros, serviços de assistência e socorro médico. Alertamos para o facto de algumas zonas/pontos dos percursos serem de difícil acesso e o socorro poder ser demorado.

22. Reclamações e casos omissos

PATROCINADORES:



APOIO:



ORGANIZAÇÃO:



As reclamações e casos omissos serão alvo de avaliação e decisão por parte do diretor de evento. No caso das situações de foro desportivo as mesmas podem ser encaminhadas para o coordenador técnico.

23. Marcação

Todo os percursos, serão sinalizados com bandeirolas, fitas, setas, orientações e marcações horizontais.

24. Disposições Finais

- a. A Organização reserva o direito de alteração do Regulamento em benefício do bom funcionamento do evento, sendo os participantes avisados das eventuais alterações, através de publicações no site/página www.caboverdetrailseries.com, em [Facebook](#) ou no dia de realização do evento.
- b. Por motivos de segurança a Organização reserva-se no direito de modificar os traçados e/ou as distâncias, ou mesmo a cancelar o evento. Durante o evento, os postos de abastecimento serão os postos de informação privilegiados para comunicar aos concorrentes as decisões técnicas respeitantes ao evento.
- c. A Organização não tem qualquer responsabilidade relativa a serviços e/ou produtos comercializados por outras entidades, nomeadamente, alojamentos, voos, transportes e outros itens que não estejam identificados neste documento.

Todos os casos omissos serão resolvidos pela Organização. Das suas decisões não caberá recurso.

Em caso de dúvida ou necessidade de esclarecimento adicional, por favor, conta a organização através do geral@intotum.pt

PATROCINADORES:



CABO VERDE
AIRLINES

APOIO:



GOVERNO DE
CABOVERDE
A TRABALHAR PARA TODOS



ORGANIZAÇÃO:

