



2021

SÃO NICOLAU

TRAIL

RUN

REGULAMENTO

Índice

1. Condições de Participação.....	4
1.1. Idade.....	4
1.2. Inscrição Regularizada -.....	4
1.3. Levantamento do Dorsal/kit -.....	4
1.4. Condições físicas –.....	4
1.5. Dorsal -.....	4
1.6. Conduta desportiva.....	4
2. O Evento.....	5
2.1. Programa.....	5
2.2. Trail I Longo (Serie 150 CNTR).....	5
2.3. Trail I Curto (Serie 150 CNTR).....	5
2.4. Caminhada	5
2.5. Kids Run.....	5
2.6. Seminário “Desporto & Turismo”.....	Erro! Marcador não definido.
2.7. Trail Camp	Erro! Marcador não definido.
3. Percursos / Altimetrias / Abastecimentos.....	5
3.1. Trail I Longo > Pontuável para o CNTR	5
3.1. Trail I Curto >> Pontuável para o CNTR	5
4. Tempos limite.....	6
4.1. Controlo de tempos.....	6
5. Material RECOMENDADO	6
5.1. Material Trail Longo, Trail Curto e Caminhada:.....	6
6. Penalizações / Desqualificações	6
7. Inscrições.....	6
7.1. Valores e Prazos.....	6
7.2. Devolução do valor de inscrição	7
7.3. Itens incluídos na inscrição	7
8. Classificações.....	7
9. Categorias e Prémios – Classificações Gerais	7
10. Dados pessoais	7
11. Informações Adicionais	8
12. Seguro desportivo	8
13. Desistências.....	8

14.	<i>Responsabilidade ambiental</i>	8
15.	<i>Direitos de imagem</i>	8
16.	<i>Apoio de emergência</i>	8
17.	<i>Reclamações e casos omissos</i>	8
18.	<i>Parceiros e Patrocinadores</i>	8
19.	<i>Marcação</i>	9
20.	<i>Disposições Finais</i>	9

O São Nicolau Trail 2021, realiza-se nos dias 26 e 26 de junho, na Ribeira Brava em São Nicolau.

Patrocinadores:



Parceiros:



Parceiros estratégicos:



Media Partner:



Organização:



Nota prévia (muito importante)

Ao inscrever-se no São Nicolau Trail (SNT) o participante declara ter conhecimento e concordar na íntegra, com todas as condições deste Regulamento.

1. Condições de Participação

- 1.1. **Idade** - participação nas provas/atividades de Trail Curto, 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 masculinos e femininos), só podem competir nas provas cuja distância não exceda os 15 km, os atletas com 18 e 19 (juniores masculinos e femininos), só podem participas em provas cuja distância não exceda os 25 km. Nas caminhadas é permitida a participação de crianças e menores, desde que acompanhados por, pelo menos um, dos encarregados de educação ou.
- 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** - poderá ser solicitada a identificação e o comprovativo de inscrição e/ou pagamento.
- 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.
- 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.

Nota: 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 SNT é um evento desportivo/turístico de lazer e aventura em formato de circuito de trekking/Trail, pontuável para o CNTR, organizado pela In Totum, pelo IDJ, com o apoio da FCA, dos Municípios do Tarrafal e Ribeira Brava, assim como, por outras entidades Internacionais, Nacionais e Locais (CV MOVEL, CAIXA ECONÓMICA e EMICELA CV).

2.1. Programa

Decorrerá entre os dias 26 e 27 de Junho de 2021, nos Municípios do Tarrafal e Ribeira Brava, em São Nicolau, de acordo com o seguinte cronograma:

DATA	ATIVIDADES	ÂMBITO	P/ATIVIDADE	<14	TOTAL
26-27 JUN	TRAIL L LONGO	DSP/TUR	50	220	510
	TRAIL L CURTO	DSP/TUR	50		
	CAMINHADA	DSP/TUR	100		
	KIDS RUN	DSP/DES	100		

2.2. Trail I Longo (Serie 150 CNTR)

Serie 150, pontuável para o CNTR, limitado a 50 participantes e consiste em realizar, dentro dos tempos definidos, todo o percurso de acordo com as normas em vigor.

2.3. Trail I Curto (Serie 150 CNTR)

Serie 150, pontuável para o CNTR, limitado a 50 participantes e consiste em realizar, dentro dos tempos definidos, as três etapas/percursos de Trail I Curto incluídos no circuito,

2.4. Caminhada

Limitada a 100 participantes e consiste em realizar as três etapas/percursos de Caminhada (com distâncias aproximadamente de 9 Km por Caminhada),

2.5. Kids Run

Limitado a 100 participantes e consiste na realização de percursos completos de 200, 300, 400, 500 e 800 metros de acordo com os escalões etários.

Nota: Kids Run´s (crianças dos 4 aos 12 anos)

3. Percursos / Altimetrias / Abastecimentos

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

3.1. Trail I Longo > Pontuável para o CNTR

25km | 1760 m D+ | 1760m D- (<https://tracedetrail.fr/fr/trace/trace/140015>)

3.1. Trail I Curto >> Pontuável para o CNTR

15km | 1110 m D+ | 1110m D- (<https://tracedetrail.fr/fr/trace/trace/140016>)

Postos de Apoio / Controlo/Abastecimento (PACA)

- posto de abastecimento liquido depois de Hortelã
- posto de abastecimento em Canto Fajã
- posto de abastecimento Água de Patas

4. Tempos limite

Trail Curto e Caminhadas	Trail Longo
4h de tempo limite	6h de tempo limite

4.1. Controlo de tempos

O controlo de tempos dos participantes será efetuado por chip colocado no dorsal e através de monitorização visual nos pontos de controlo (PACA).

5. Material **RECOMENDADO**

5.1. Material Trail Longo, Trail Curto e Caminhada:

- Mochila de água ou porta bidões com capacidade mínima de 1 000 ml;
- Recipiente para consumo de líquidos (não existirão copos nos postos de abastecimento);
- Telemóvel com bateria carregada;
- Manta térmica
- É recomendável o uso de chapéu.

6. Penalizações / Desqualificações

Desclassificação	Penalizações
Não cumpra a totalidade do percurso	Não leve o seu dorsal bem visível (penalizado até 10min.)
Deteriore ou suje 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	
Não cumprimento dos tempos limite	

7. Inscrições

Processo de inscrição é pessoal e intransmissível e será aceite por ordem de chegada. As inscrições serão exclusivamente aceites na [plataforma](#). Todos os participantes cabo verdianos podem inscrever-se gratuitamente. Ao fazer a inscrição, aceitam o presente Regulamento e em caso de dúvida, ou surgimento de uma situação não contemplada no mesmo, devem informar a Organização.

7.1. Valores e Prazos

As inscrições esgotam automaticamente sempre que alcançada a lotação máxima prevista para o percurso/etapa. As inscrições encerrarão às 10h00 do dia 30 de novembro de 2021.

	Até 7/5		8/5 a 28/5		Após 28/5	
TRAIL LONGO	20,00 €	2 596,00 ECV	30,00 €	3 300,00 ECV	40,00 €	4 400,00 ECV
TRAIL CURTO	15,00 €	1 947,00 ECV	22,50 €	2 475,00 ECV	30,00 €	3 300,00 ECV
CAMINHADA	10,00 €	1 298,00 ECV	15,00 €	1 650,00 ECV	20,00 €	2 200,00 ECV

7.2. 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 30 de novembro 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.

7.3. Itens incluídos na inscrição

- Participação na atividade
- Seguro de acidentes pessoais
- t-shirt do evento
- Abastecimentos sólidos e líquidos
- Tags de identificação
- Dorsal
- Prémio finisher
- Transporte
- Porto/Aeroporto > alojamento Alojamento > Porto/aeroporto

8. 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.

Com a classificação Geral do Trail Longo e Trail Curto, haverá atribuição de troféus até ao terceiro/a posto e prémios financeiros até ao quinto posto da geral (escalões masculino e feminino). Não haverá prémios, nem classificação para a Caminhada.

9. Categorias e Prémios – Classificações Gerais

		GERAL - SNT	
		M	F
TRAIL LONGO	1 LUGAR	175,00 €	175,00 €
	2 LUGAR	125,00 €	125,00 €
	3 LUGAR	100,00 €	100,00 €
	4 LUGAR	75,00 €	75,00 €
	5 LUGAR	50,00 €	50,00 €
TRAIL CURTO	1 LUGAR	100,00 €	100,00 €
	2 LUGAR	75,00 €	75,00 €
	3 LUGAR	50,00 €	50,00 €
	4 LUGAR	40,00 €	40,00 €
	5 LUGAR	25,00 €	25,00 €

Os valores serão pagos pela Federação Cabo Verdiana de Atletismo ou por quem esta designar, ou numerário ou por transferência bancária, num prazo de até 30 dias após o término do evento.

10. 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.

11. Informações Adicionais

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

12. 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 adquirem/subscreverem os seguros que considerem mais adequados ao seu caso.

13. Desistências

Em caso de abandono o participante deve optar por fazê-lo preferencialmente num dos PACA, 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.

14. Responsabilidade ambiental

O participante é o único 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.

15. 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.

16. 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.

17. Reclamações e casos omissos

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.

18. Parceiros e Patrocinadores

O São Nicolau Trail I 2020 é produzido pela In Totum em parceria com o IDJ CV, a FCA, as Câmaras Municipais de Ribeira Brava e Tarrafal, a CVMovel, a Caixa Económica, a Emicela, entre outras entidades.

19. Marcação

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

20. 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 PACA 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.
- d. Todos os casos omissos serão resolvidos pela Organização. Das suas decisões não caberá recurso.