

## Reglamento



**SABADO, 13 DE AGOSTO DE 2022**



## 1. LA PRUEBA

### 1.1. Presentación de la(s) prueba(s) / Organización

El Trail da Raia es una carrera por montaña en línea transfronteriza, que se realiza por caminos antaño utilizados por los contrabandistas en los términos de Aldeia do Bispo (Sabugal - Portugal) y Navasfrias (Salamanca - España).

Este evento está coorganizado por Raiar - Asociación de Aldeia do Bispo, por la asociación Mocidade de Aldeia do Bispo en colaboración con el Club BTT de Navasfrias y con el apoyo de l'Ayuntamiento de Aldeia do Bispo, el Ayuntamiento de Navasfrias y l'Ayuntamiento de Sabugal.

Las reiteradas incursiones de la actividad del contrabando, además de los lazos económicos, crearon lazos culturales y personales de amistad entre los habitantes de "los pueblos hermanos" que ahora recordamos.

Los senderos, reinventados para la circunstancia, siguen con un suelo lleno de baches con obstáculos naturales.

Las diferentes pruebas tienen sus zonas de salida y llegada en de Aldeia do Bispo (Sabugal), en la plaza de Enxido junto a la iglesia principal.

La competición pretende, a nivel individual, facilitar el contacto directo con la naturaleza, permitiendo la expresión o mejora de la condición física y psíquica y, a nivel colectivo, pretende contribuir al desarrollo de las relaciones sociales y generacionales a través del deporte, mejorando así la calidad de vida de las personas que residen en la zona transfronteriza.

Los recorridos se definieron con una finalidad lúdica y de ocio, pero también con vistas a la obtención de resultados en competición, contemplando las diversas motivaciones que mueven a los participantes.

### 1.2. Programa / Horário (todos los tiempos están indicados en hora portuguesa).

La carrera tendrá lugar el sábado 13 de agosto de 2022, con salida prevista para las 8:00 horas (hora portuguesa).

Los atletas deberán presentarse en el lugar del encuentro (largo do Enxido) según el tiempo indicado por la organización en el acto de levantamiento del dorsal.

Medidas sanitarias: en todos los actos relacionados con la implementación de la Trail da Raia, las recomendaciones del PROTOCOLO DE SEGURIDAD EN EVENTOS TRAIL editado por la ATRP y detallados en el «Plan de Seguridad Trail da Raia 2022».

### 1.3. Distancias

Distancia	D +	Desnivel max.	Salida (Pt)
Trail Largo : 35 km	1.200 m	29,3 %	8 : 00
Trail Largo : 25 km	700 m	19,3 %	8 : 00
Trail Corto : 15 km	450 m	20,0 %	8 : 30
Mini-Trail y Senderista : 9 km	230 m	17,1 %	8 : 30
Trail Kids (1,5 km)	20 m	6 %	10 : 00

El Trail da Raia está formado por senderos rápidos, alternando tramos técnicos y caminos rurales, algunos de los cuales presentan un importante desnivel.

### 1.4. Señalización

El recorrido estará señalizado con paneles propios, banderas y cintas colgadas de elementos naturales a la altura de los ojos y otro tipo de señalizaciones e informaciones dadas por elementos de la organización.

Los competidores están obligados a recorrer todo el recorrido marcado, lo más cerca posible de las marcas, y no deben tomar esquinas en los puntos donde esto sea posible.

El incumplimiento de esta regla puede dar lugar a la descalificación, si, a juicio de la organización de la prueba, se hace con la intención de reducir la distancia recorrida o reducir las dificultades técnicas naturales del recorrido, ganando ventaja.

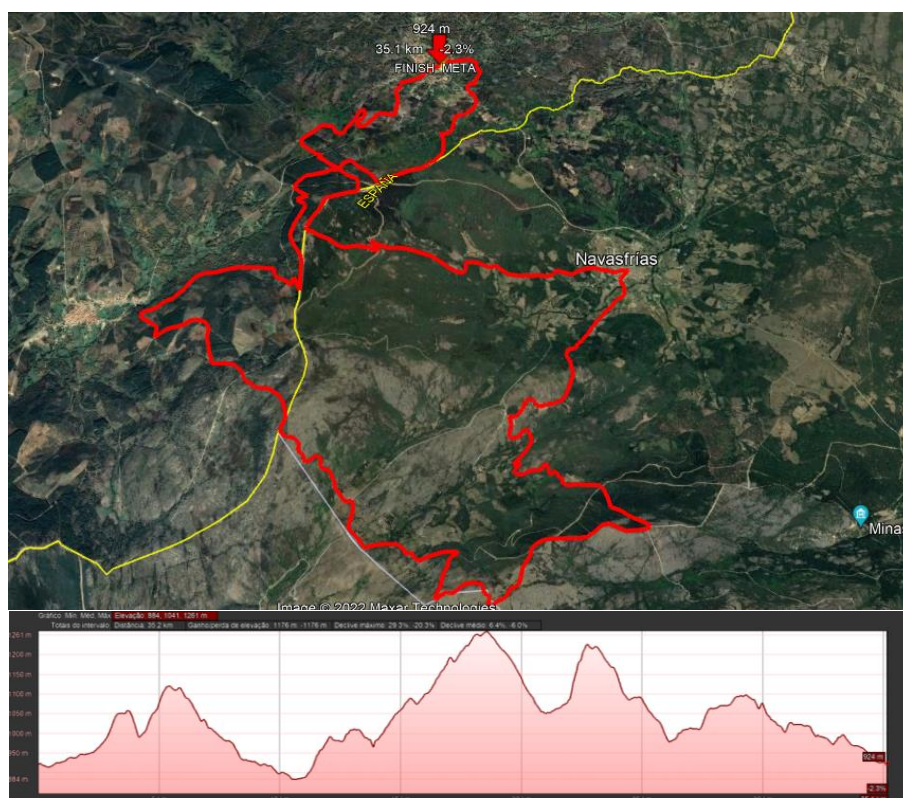
Además de los puntos indicados más adelante, habrá controles durante el recorrido en un lugar desconocido para los participantes.

En el caso de que un competidor recorra cualquier parte del recorrido sin señalización, deberá volver por el camino que siguió y buscar el camino señalizado.

### 1.5. Mapas / Perfil altimétrico / Descripción de recorridos

#### Trail Largo 35K

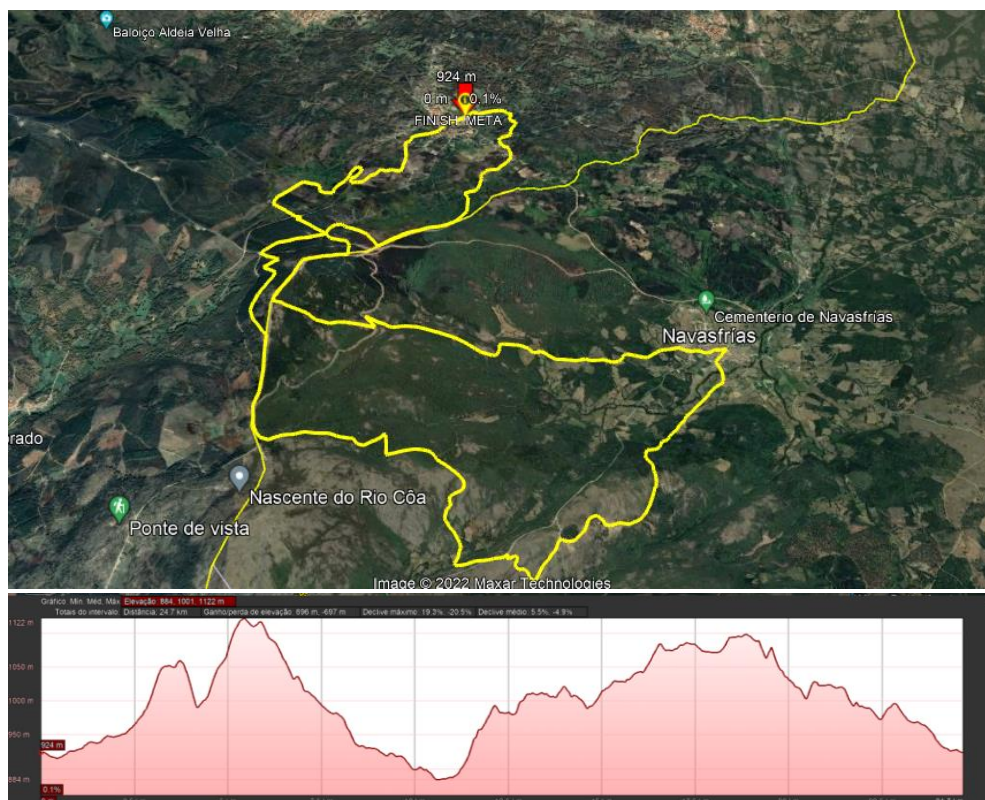
Distancia: 35km (Aprox.) - Desnivel positivo: 1200m - Desnivel máximo: 29,3% - Desnivel medio: 6,4% - Altitud mínima 884m - Altitud máxima 1261m, recorrido en Portugal 18km - recorrido en España 17km.



#### Trail Largo 25K

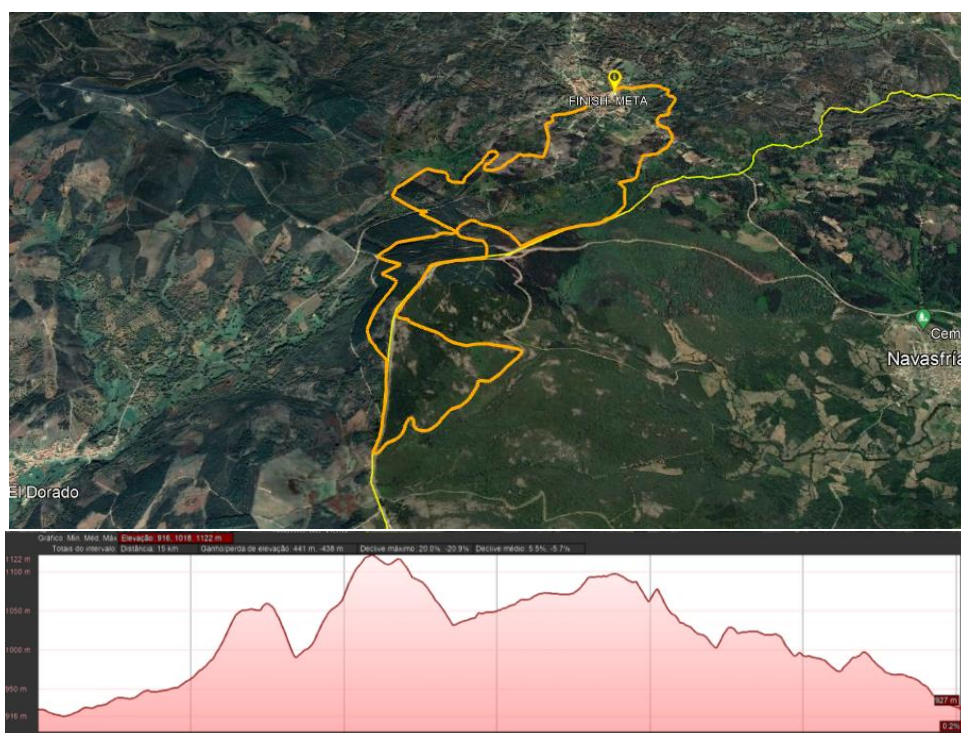
Distancia : 25 km (Aprox.) - Desnivel positivo : 700m - Pendiente máxima : 19,3% - Pendiente media : 5,5% - Altitud mínima 884m - Altitud máxima 1.122m, recorrido en Portugal 8km - recorrido en España 17km.





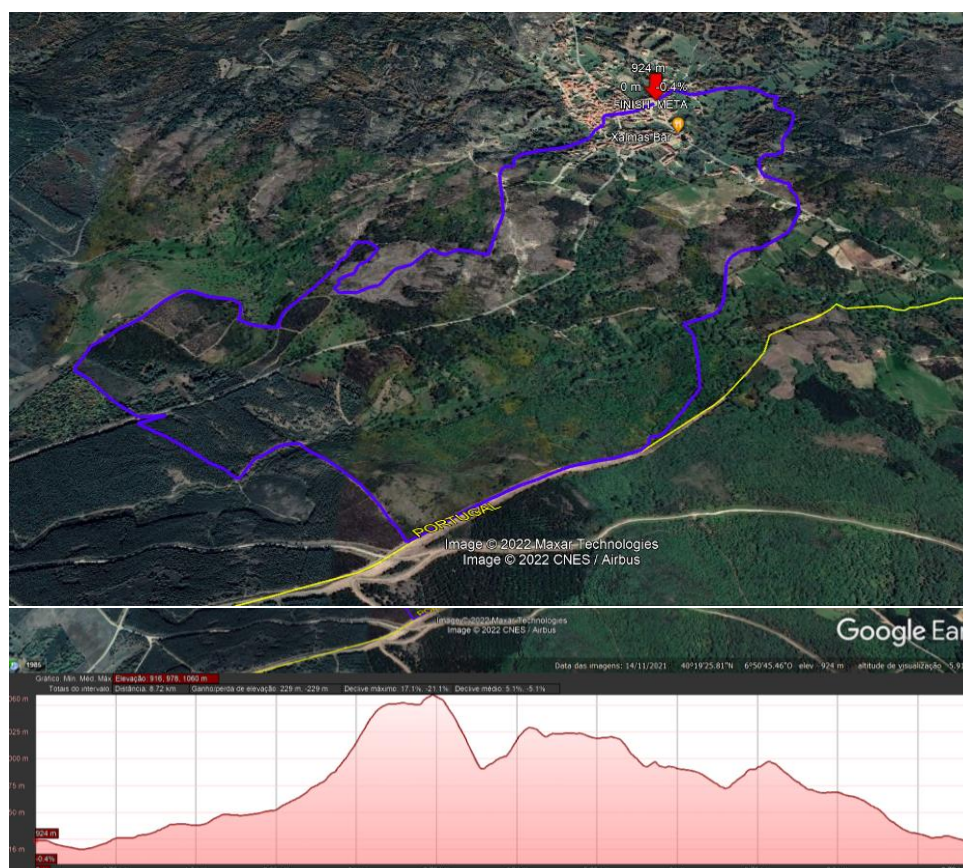
### Trail Corto 15K

Distancia : 15 km (Aprox.) - Desnivel positivo : 450 m - Pendiente máxima: 20% - Pendiente media: 5,5% -  
 Altitud mínima 924m - Altitud máxima 1.122m, recorrido en Portugal 12,5km - recorrido en España 2,5km.



### Mini-Trail y Senderista

Distancia: 15 km (Aprox.) - Desnivel positivo : 230 m - Pendiente máxima: 17% - Pendiente media: 5,1% - Altitud mínima 924 m - Altitud máxima 1.060 m.



### 1.6. Metodología de control y timeout

Los participantes podrán realizar las rutas corriendo o andando siempre que no superen el límite de tiempo de 6 horas en Trail 35K, 4h30 en Trail 25k y 2h30 en mini-Trail 15K.

Tras superar el tiempo límite, los atletas deberán acatar las instrucciones del equipo escoba y abandonar la carrera, ya que ni la organización ni los servicios de asistencia pueden garantizar su seguridad.

El control de tiempo se realizará mediante un chip incluido en el dorsal.

El cronometraje será realizado por una empresa especializada.

### 1.7. Puntos de control y avituallamiento

Puntos de control de paso de los participantes :

- Trail largo 35k : a 10 km, 16,5 km e 26 km ;
- Trail largo 25 K : a 10 km ;
- Trail corto 15 K : a 8,3 km

Los controles de paso estarán asegurados por personal de la organización, equipado con un sistema de comunicación conectado con el director de la prueba y con el responsable de seguridad y con un botiquín de primeros auxilios



Puntos de avituallamiento :

**- Trail largo 35k :**

- líquidos y sólidos a 10 km, 23 km e Meta.
- líquidos : 6 km, km e 16,5 km 33 km.

**- Trail largo 25 K :**

- líquidos y sólidos a los 10 km e na Meta.
- líquidos : 6 km, 18 km e 23 km

**- Trail Corto 15 K :**

- líquidos y sólidos na Meta.
- líquidos : 6 km y 13 km.

**- Mini-Trail y senderista :**

- líquidos y sólidos na Meta.
- líquidos : 6 km.

Por motivos medioambientales, la competición se desarrollará en semiautosuficiencia con llenado de contenedores, no se distribuirán botellas a los atletas.

Los atletas deben llenar su depósito en las áreas de avituallamiento.

La organización se reserva el derecho de cambiar el recorrido y la posición de los puntos de control o avituallamiento en cualquier momento.

En condiciones climáticas extremas, la salida puede retrasarse un máximo de dos horas, después de lo cual se cancela la carrera. La organización también podrá suspender, reducir o detener la carrera, en las condiciones meteorológicas mencionadas. En ambos casos, no habrá derecho a devolución.

## CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

### 2.1. Edad de participación en las pruebas:

Pueden participar personas de ambos sexos.

Edad mínima de participación:	
Mini-Trail y senderista	12 años
Trail Corto 15 km	16 años
Trail 25 km	18 años
Trail 35 km	20 años
Trail kids	Sin limite

### 2.2. Inscripción regularizada

Los participantes podrán inscribirse de forma individual, pudiendo unirse, para un mínimo de 5 participantes, para clasificación por equipos (mixtos o no).

### 2.3. Condiciones físicas

Todos los participantes deben ser conscientes de las condiciones físicas en las que se encuentran, y deben estar en buen estado de salud y preparados física y mentalmente para esta prueba, que es la ruta, que se desarrolla en terreno montañoso, con importantes desniveles, rocas, vegetación, etc.

La responsabilidad de participar en el evento es de los atletas. En el momento de la inscripción, el atleta/participante declara estar física y psicológicamente apto para el esfuerzo inherente a la carrera en la que pretende participar.

La organización no se hace responsable de ningún tipo de consecuencias negativas que puedan ocurrir a los participantes.



#### 2.4. Dorsales

Los dorsales se entregarán individualmente a cada participante previa presentación de la identificación el día 12 de agosto, en el pabellón polivalente de Lar de Santo Antão, de 17:00 a 20:00 horas y en el punto de partida, a partir de las 7:00 horas.

A cada atleta se le asignará un número que identifica el color del recorrido por orden de inscripción, lo que le habilita para participar en el evento.

Durante la carrera, los atletas deben llevar el dorsal al frente, claramente visible y en una posición de fácil acceso. Éste está equipado con un chip desechable.

#### 2.5. Descalificaciones de corredores o equipos

Los miembros de la Organización están autorizados a retirar de la prueba a cualquier atleta que presente malas condiciones físicas, no pase el punto de control, no complete el recorrido, no tenga dorsal o no lo presente de forma visible y legible en el frente, está corriendo sobre el dorsal de otro atleta o exhibe un comportamiento antideportivo.

#### 2.6. Material obligatorio

- Dorsal colocado al frente y visible durante la totalidad de la carrera;
- Mascarilla, para uso en la salida, la llegada y siempre que haya interacción cercana con otros atletas o con el personal de carrera;
- Vaso o bidón para agua potable u otros líquidos;
- Teléfono móvil operativo para contactar con la organización durante la carrera, en caso de ser necesario.
- Manta térmica ;
- Silbato;

Material suplementario que, en su caso, puede ser exigido en cualquier prueba:

- Banda elástica o vendaje;
- Impermeable / a prueba de viento; - Gorra

Se permite el uso de bastones durante la prueba.

#### 2.7. Información sobre lugares de paso con tráfico rodado

Todos los lugares a lo largo de la ruta han sido revisados e identificados y son caminos rurales casi en su totalidad existentes sin obstáculos especiales a salvar.

No obstante, los recorridos no están completamente cerrados al tráfico y, en este sentido, los participantes deberán tener en cuenta que pueden circular vehículos, personas y animales, en uno u otro sentido de los recorridos.

Al cruzar o transitar por la vía pública, los participantes deberán prestar la máxima atención.

#### 2.8. Número de emergencia

La organización facilita un número de emergencia (SOS) registrado en el dorsal, al que cualquier participante deberá llamar en caso de accidente, enfermedad repentina o cualquier tipo de incidencia.

Los primeros auxilios serán brindados por un equipo de Bomberos Voluntarios.

En caso de urgencias médicas, se realizará una llamada de auxilio a través del 112.

Se dispondrá de un vehículo todoterreno pick-up para dar apoyo, en caso de incidencia, en los tramos más accidentados.

#### 2.9. Seguro deportivo

El evento cuenta con un seguro de accidentes personales suscrito por la compañía de Seguros Allianz, para todos los atletas inscritos, ante cualquier accidente que pueda ocurrir durante el evento.



La póliza de seguro será válida desde el inicio de la carrera hasta su finalización.  
En caso de accidente durante la carrera, los atletas deben comunicarse inmediatamente con la organización.

### 3. INSCRIPCIONES

#### 3.1 Proceso de registro

Las inscripciones se realizarán en línea y el pago debe realizarse antes del 11 de agosto.

Después de esa fecha, se podrá realizar la inscripción en secretaría :

- Viernes 12 de agosto en el pabellón multiusos de Lar de Santo Antão, de 17:00 a 20:00.

#### 3.2 Cuota de inscripción:

- Trail kids : 5 € ;
- Otras pruebas : 15,00 €

Para participar en el Trail da Raia es obligatoria la inscripción previa.

Solo después de realizado el pago de la inscripción se confirmará la participación del atleta en la carrera.

Para más informaciones, contactar con la organización : [geral@traildaraia.pt](mailto:geral@traildaraia.pt)

#### 3.3 Condiciones para la devolución de la tasa de inscripción

La organización no se siente obligada a devolver el importe de la inscripción de los atletas ya confirmados que no puedan asistir el día del evento.

Se permite cambiar el titular del registro, hasta la fecha límite para el registro.

#### 3.4 Material incluido con la solicitud

Las inscripciones válidas permiten a los participantes disfrutar de:

- dorsal y chip,
- camiseta técnica,
- acceso a un lugar para baños fríos,
- Seguro de Accidentes Personales,
- Avituallamientos líquidos y sólidos.

#### 3.5 Secretaría del evento/ horarios y lugares

La secretaría de carrera estará abierta para levantar los dorsales :

- Viernes 12 de agosto en el Pabellón Polivalente de 17 a 20 h.
- Sábado 13 de agosto, en el punto de partida de 7:00 am a 7:45 am.

#### 3.6 Protección de Datos

3.6.1 La organización respeta íntegramente la ley de protección de datos vigente. Los deportistas asumen el conocimiento y autorizan la introducción y tratamiento de sus datos personales en los ficheros de la organización de la competición, para su utilización en el desarrollo, gestión administrativa y comercial y otras actividades. Los deportistas también autorizan a que sus datos sean transmitidos a terceras empresas, siempre que esté justificado para la organización y buen funcionamiento del evento (ejemplos: empresa de cronometraje, compañía de seguros...). Los atletas deberán indicar el nombre que desean ver inscrito en el dorsal, listados de inscritos y clasificación final que se publicará en la web del evento, web de inscripciones y web de clasificación.

3.6.2 La política de privacidad permite a cualquier atleta solicitar el cambio o la eliminación de sus datos, a través de una solicitud realizada por correo electrónico a: [geral@traildaraia.pt](mailto:geral@traildaraia.pt).

### 3.7 Derechos de imagen

Los participantes inscritos autorizan el uso no comercial de sus imágenes en fotografías o películas, capturadas en el ámbito del Trail da Raia.

Esta autorización se otorga a título gratuito, amparando el uso de dicha imagen en todas sus modalidades. Se autoriza expresamente el uso descrito anteriormente, renunciando desde ahora a cualquier derecho o indemnización que pudiera derivarse de dicho uso.

## 4. CATEGORIAS Y PREMIOS

### 4.1 Definición de categorías de edad/sexo individuales y de equipo

En la prueba individual, el orden de clasificación se asigna de acuerdo a la hora de llegada y posición en la categoría respectiva. juvenil

En la prueba por equipos, la clasificación resulta de la suma de los mejores tiempos realizados por tres integrantes de un mismo equipo, siempre que el equipo tenga inscritos 5 atletas en la misma prueba. Los participantes se incluirán en las siguientes categorías :

Niveles de participación :

<b>Masculino</b>	<b>Feminino</b>
M Juvenil - 16 a 17 años	F Juvenil - 16 a 17 años
M júnior - 18 a 19 años	F júnior - 18 a 19 años
M Sub 23 - 20 a 22 años	F Sub 23 - 20 a 22 años
M Seniores - 23 a 39 años	F Seniores - 23 a 39 años
M40 - 40 a 44 años	F40 - 40 a 44 años
M45 - 45 a 49 años	F45 - 45 a 49 años
M50 - 50 a 54 años	F50 - 50 a 54 años
M55 - 55 a 59 años	F55 - 55 a 59 años
M60 - mas de 60 años	F60 - mas de 60 años

Clasificación única por equipos, sin distinción de sexo ni edad.

Los resultados de las clasificaciones se publicarán en la sede y luego estarán disponibles en el sitio web [www.traildaraia.pt](http://www.traildaraia.pt).

Se entregará trofeo al primer, segundo y tercer clasificado de la Clasificación General, en las categorías Senior, 40, 50 y 60 Masculino y Femenino, así como al primer equipo de cada prueba.

### 4.2 Plazos para reclamar calificaciones

Las reclamaciones deberán presentarse ante un miembro de la organización a la llegada y antes de la entrega de los premios.

### 4.3 Basura :

Cada participante deberá transportar la basura que elabore, sin dañar el medio ambiente ni dañar los lugares por donde transita.

## 5. INFORMAÇÕES

Donde quedar :

- En Alfaiates (12 km) : Residencia Pelicano,
- En Fóios (7 km) : Casa Rural Nascente do Côa - Turismo Rural,
- En Aldeia Velha (4 km) : Casa Torga - Turismo Rural,
- En Navasfrías (4 km) :

Casa Rural Luzano, Un Rincón Salmantino, Los Juanillos y Canchales Apartamentos Rurales.

### 5.1 Disposiciones finales :

Aquellos aspectos no contemplados en el Reglamento, serán solucionados por la organización, que será soberana en sus decisiones.

Todos los participantes, al tomar parte en la carrera, aceptan el presente reglamento..



## ANEXO

**PLANO DE SEGURANÇA – PROTOCOLO COVID**

Considerando que a prática desportiva é essencial para a saúde e bem-estar das populações, a RAIAR de acordo com a associação Mocidade de Aldeia do Bispo e a Junta de Freguesia de Aldeia do Bispo, decidiram agendar para 13 de Agosto de 2022, a realização da 5ª edição do Trail da Raia.

As provas decorrerão sob o estreito cumprimento das medidas delineadas pela Direção Geral da Saúde e restantes autoridades competentes, em vigor na data de realização e que constam do Protocolo de Segurança Covid.

Pese embora todas as medidas implementadas pela Organização, todos os participantes devem ter presente que o risco de contágio existe e devem tomar todas as medidas para evitar situações de risco acrescido.

Apesar do trail running ser uma modalidade individual e praticamente sem contacto físico, mesmo que a Organização cumpra com todos os procedimentos de prevenção no sentido de reduzir essa possibilidade, não é possível garantir a sua total ausência, pelo que os participantes devem conhecer e assumir esse risco que é inerente a qualquer prática desportiva.

Ao decidir participar nesta competição desportiva os atletas fazem-no de livre vontade e assumindo os riscos inerentes à própria competição.

**1. PROTOCOLO COVID****1.1 Recomendações básicas de higiene e segurança :**

- lavar, frequentemente e de forma correcta, as mãos com água e sabão (ou, em alternativa, com uma solução de gel alcoólico) ;
- adoptar medidas de etiqueta respiratória, nomeadamente tapar o nariz e a boca ao espirrar ou tossir (com lenço de papel ou com o braço/zona do cotovelo). Não tapar a boca com mãos nestas situações.  
Após espirrar ou tossir, deitar o lenço de papel no lixo.
- evitar tocar com as mãos nos olhos, no nariz e na boca ;
- usar máscara nos locais da meta, de controlo e de abastecimento ;
- manter o distanciamento social ;

**1.2 Medidas preventivas**

Os atletas diagnosticados com Covid-19, mesmo que assintomáticos, não podem participar nas provas do Trail da Raia sem a necessária alta médica.

Recomenda-se aos atletas a auto-monitorização diária de sintomas (nomeadamente o controlo diário da sua temperatura corporal), abstendo-se de participar em qualquer acção no âmbito da prova em caso de suspeita de infecção ou de ter estado em contacto com uma pessoa suspeita de infecção.

Todas as pessoas ligadas, de alguma forma, ao Trail da Raia, nomeadamente, atletas, elementos da organização, voluntários de apoio aos atletas, devem manter uma conduta adequada de higiene pessoal, nomeadamente a lavagem frequente das mãos e o respeitar da etiqueta respiratória.

No decorrer da prova, os atletas não devem partilhar material pessoal, nem bebidas, alimentos, ou quaisquer outros produtos.

Todos os elementos da organização, incluindo os voluntários, sempre que estiverem em situação de contacto com os atletas devem adoptar as medidas de protecção individual necessárias, nomeadamente o uso de máscara, bem como assegurar o reforço das acções de limpeza e higienização dos espaços e equipamentos.

Os atletas devem respeitar os tempos e os espaços de treino, aquecimento e competição que lhe são atribuídos, mantendo as distâncias de segurança.

Haverá um controlo rigoroso do fluxo de atletas nos diferentes locais, estando devidamente assinaladas as condicionantes e limitações.

Será feito um controlo/rastreio da temperatura corporal no acesso à zona de competição.

Não serão disponibilizados balneários ou duches.

As instalações sanitárias serão desinfetadas de acordo com as recomendações em vigor.

Todos os participantes serão informados, por email e através de placards informativos nos locais da prova, sobre os protocolos e medidas de prevenção a cumprir.

### **1.3 Check-in :**

As inscrições de última hora e levantamento dos dorsais, poderão ser feitos Sexta-Feira dia 12 de Agosto no pavilhão multiusos das 17h00 às 20h00.

Os atletas que não tenham disponibilidade, poderão mandar outra pessoa para levantar o dorsal, por carta acompanhada da cópia do cartão do cidadão do atleta.

No dia da prova, os atletas que ainda não procederam ao levantamento do dorsal, deverão dirigir-se ao balcão do secretariado meia hora antes do seu horário de partida, devendo serem respeitados o distanciamento social definido.

O balcão cumprirá com todas as medidas de segurança em vigor no atendimento ao público, nomeadamente a desinfecção e a protecção do colaborador com os equipamentos recomendados.

Os termos de responsabilidade serão disponibilizados através do preenchimento de um formulário online, no ato de inscrição.

### **1.4 Partidas**

Os horários das partidas serão escrupulosamente cumpridos.

Serão criadas três 'caixas de partida': duas de pré-partida, onde numa delas, à entrada, é verificado todo o material obrigatório e é medida a temperatura (que em caso de superior ao normal impedirá o atleta de participar), e uma caixa já de zona de partida.

Serão realizadas partidas segmentadas e até um máximo de 10 atletas por partida. O espaçamento entre os grupos de partida será de 2 minutos, estando a hora de partida indicada no dorsal atribuído.

É obrigatório o uso de máscara por todos os atletas até uma distância mínima de 200 metros após a partida (estará devidamente sinalizado quando já não for obrigatório). Qualquer atleta que abandone indevidamente a sua máscara será automaticamente excluído.

**1.5 Em prova :**

A Organização irá alertar os atletas para a necessidade de manter o distanciamento social. Sempre que necessário, os voluntários ou algum elemento da Organização irá monitorizar as situações e locais que se mostrem necessários, advertindo os atletas em caso de incumprimento das medidas previamente definidas.

A Organização irá recomendar aos atletas para avisarem com maior antecedência as ultrapassagens, e para que as mesmas sejam sempre facilitadas.

**1.6 Abastecimentos :**

Por motivos ambientais a prova decorrerá em semi autosuficiência com enchimento de recipientes, não serão distribuídas garrafas ou copos aos atletas.

Nos pontos de abastecimento é obrigatório o uso de máscara por parte dos atletas, excepto aquando estiverem a alimentar-se. Na chegada ao abastecimento o atleta entra para uma zona restrita onde um voluntário, devidamente equipado e preparado para o efeito, lhe servirá o que o atleta pretender comer ou beber.

Os voluntários nos abastecimentos usarão máscara e terão o cuidado de lavar ou desinfetar regularmente as mãos. É recomendado o uso de luvas.

**1.7 Meta – entrega de prémios :**

Os prémios serão entregues logo após a chegada dos três primeiros classificados de cada prova.

Não haverá duches no final da prova.

O uso de máscara é mandatório para todos.

**1.8 Principais compromissos da organização :**

Criação de circuitos unidireccionais para evitar congestionamentos nos espaços da meta e dos pontos de abastecimento ;

Gestão optimizada dos fluxos de atletas para garantir o distanciamento social e a aplicação de medidas de protecção

Limitação do número de atletas participantes.

Reforço da limpeza e higienização dos diferentes espaços por equipas devidamente equipadas.

Colocação de sinalética adicional para garantir que as regras são respeitadas e para lembrar aos atletas as principais medidas de segurança ;

Aplicação das medidas implementadas pelas autoridades locais para proteger os atletas, os espectadores e os membros da organização.

**2. PLANO DE SEGURANÇA**

Todos os locais dos percursos foram verificados e identificados e constituem, na sua quase totalidade, caminhos rurais existentes sem obstáculos particulares a ultrapassar.

A Organização coloca em vários pontos do percurso elementos para apoio aos participantes.



### **2.1 Numero de emergência**

A Organização disponibiliza um número de emergência (SOS) indicado no dorsal, para onde qualquer participante deve ligar em caso de acidente, doença súbita ou qualquer tipo de incidente. As zonas dos percursos que impõem algumas cautelas por parte dos participantes, residem nos pontos de atravessamento de estradas e nos troços de trânsito rodoviário. A organização apela os atletas para terem o máximo cuidado e terá sinalização e voluntários sempre que possível nesses pontos.

### **2.2 Assistência**

Os primeiros socorros serão assegurados pela equipa dos Bombeiros Voluntários do Soito. Em situações de emergência médica, será efectuado o pedido de socorro através do 112. Uma viatura todo-o-terreno tipo pick-up estará disponível para prestar apoio, em caso de incidente, nos troços mais acidentados.

### **2.3 Seguro**

A prova dispõe de um seguro de acidentes pessoais subscrito junto da companhia de Seguros Allianz, para todos os atletas inscritos, relativo a qualquer acidente que possa vir a ocorrer durante a realização da mesma.

A apólice de seguro estará válida desde o início da prova até à sua conclusão.

Os participantes podem fazer os percursos a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem o tempo limite de 3 horas ns Trail/Caminhada, e no Trail Curto e de 5 horas no Trail Longo. Ultrapassando o tempo de passagem limite, os atletas deverão acatar as instruções do vassoura e abandonar a prova, pois nem a organização nem os serviços de assistência podem garantir a sua segurança.