

O Benfeita Trail será realizado no dia 12 de Agosto de 2018, na Aldeia do Xisto da Benfeita (Arganil). Este evento de Trail em estado puro será composto por um Trail Curto (prova esta que faz parte do Circuito Distrital de Trail Curto – CDTRC) com cerca de 19 Kms e por uma Caminhada com cerca 11 kms.

Fazendo parte integrante do programa das Festas em Honra da Nossa Senhora da Assunção (Festa Anual da Aldeia da Benfeita), é uma organização da Associação – Clube Naturalmente Benfeita, com o apoio do Município de Arganil, da Junta de Freguesia da Benfeita, da Liga de Melhoramentos da Benfeita entre outros parceiros.

O Benfeita Trail 2018 terá como Padrinho o Ultra Maratonista e AMIGO Francisco Mira Gaio.

A prova de Trail terá início às 9h00 e vai percorrer um circuito que tem como base o percurso pedestre da AX Benfeita – Frescura das Cascatas. Com partida e chegada junto da Praia Fluvial desta Aldeia, irá percorrer caminhos de beleza única inseridos na Serra do Açor e passar por verdadeiros postais desta freguesia como a “Aldeia” de Argunte, Luadas, Pai das Donas, Sardal e Enxudro.

A Caminhada terá início logo após a partida de todos os atletas do K19, tendo também início e fim junto da Praia Fluvial desta Aldeia.

NOTA: Se a organização o entender e a segurança dos participantes o justificar, poderão ser alterados os percursos previamente estabelecidos para as duas provas.

Os participantes devem, estar devidamente preparados com pelo menos meia hora de antecedência, devidamente equipados e aptos a participar nas duas provas.

CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

Para participar é indispensável:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas do Trail e Caminhada e encontrar-se adequadamente preparado fisicamente e mentalmente.
- Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas (calor, vento, chuva, nevoeiro, etc...).
- Saber gerir os problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões, entre outros.
- Estar consciente (no Trail) que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas e que a segurança depende da capacidade de se adaptar aos problemas que surjam.

REGRAS GERAIS DO EVENTO:

A. O acto de inscrição pressupõe a total aceitação das regras aqui estabelecidas.

B. Cada atleta é responsável pela sua hidratação, sendo que a organização apoia com a disponibilização de água em diversos pontos de abastecimento para enchimento dos respetivos recipientes e hidratação dos atletas.

C. Taxa de Inscrição (Até às 23h00 do dia 03 de Agosto)

TRAIL CURTO – € 13.5

TRAIL CURTO - € 12 (Exclusivamente para atletas ADAC)

CAMINHADA – € 9

O valor de inscrição inclui:

- **Trail Curto:** T-shirt técnica, dorsal, seguro de acidente pessoal, abastecimentos, banho, almoço volante e prémios de presença.
- **Caminhada:** T-shirt técnica, dorsal, seguro de acidente pessoal, abastecimentos, banho, almoço volante e prémios de presença.

Os pedidos de inscrição devem ser feitos de acordo com os prazos indicados em **C.** e através do formulário específico que estará disponível no sítio de Internet www.runmanager.net. A organização confirmará, sempre via email, a receção dos pedidos de inscrição. Para qualquer esclarecimento enviar email para benfeitatrail@gmail.com, Diretor de Prova – Professor José Miguel Santos / 924 311 948 - 914818674 ou através do Facebook – Benfeita Trail - Arganil.

NOTA: Os pedidos de inscrição só serão considerados após pagamento por Multibanco através do site da Organização. As inscrições terminam às 23h00 do dia 3 de Agosto (Sexta feira) e as Referências MB expiram no dia 5 de Agosto (Domingo) às 23h00.

No dia da prova a organização aceita inscrições de ultima hora, com as mesmas tarifas aplicadas em C. mas sem direito a T-shirt.

D. Secretariado: O Secretariado funcionará na Liga de Melhoramentos da Benfeita, no dia 11 (Sábado) das 16h00 às 19h00 e no dia 12 (Domingo) a partir das 7h30 da manhã.

E. Postos de controlo. A marcação do percurso (fitas, cal e sinalética) é da responsabilidade da organização, devendo os atletas respeitá-lo ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos. Ao longo do percurso existirá 1 postos de controlo no TC.

F. Cronometragem: será realizada de forma contínua por elementos da organização, iniciando com o sinal de partida e para efeitos de classificação, terminará quando o atleta passar a linha de meta.

G. Desistências: em hipótese alguma o dinheiro da inscrição será devolvido caso o atleta desista da prova, depois do dia 03 de Agosto (data limite das inscrições). Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta após análise individual dos casos/motivos por parte da Organização. O atleta que iniciar a prova e que desista é obrigado a comunicar o facto á Organização.

H. Abastecimentos

Haverá 4 pontos de abastecimento em local a designar oportunamente para o TC e 2 postos de abastecimento para a Caminhada.

I. Classificações e Prémios:

No Benfeita Trail 2018 (Trail Curto) os 3 primeiros classificados (Masculino e Feminino) têm direito a prémio, assim como os 3 primeiros de cada escalão. Aos vencedores das respetivas provas (M e F) a organização irá dar a inscrição na Prova de 2019, podendo a Organização ainda vir a estabelecer outros prémios não considerados no presente regulamento. **A entrega de Prémios será realizada pelas 13h00 depois de servido o almoço volante.**

Classificações / Prémios ADAC: O Benfeita Trail 2018 faz parte integrante do Circuito Distrital de Trail de Coimbra (ADAC) / Trail Curto K 19 pelo que terá classificação própria.

J. Seguro: A organização do Benfeita Trail irá realizar um seguro de prova a todos os participantes que não sejam filiados na FPA/ADAC, independentemente da prova em que se inscrevam. A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante.

NOTA: Em caso de acidente o valor da franquia será da responsabilidade do atleta.

L. Respeito pela Natureza: Os atletas são responsáveis pelo transporte dos invólucros e outro lixo não natural, provenientes de Gels, Barras, etc., na sua própria mochila ou bolsos, depositá-lo no abastecimento mais próximo ou transportá-lo até á Meta. Não é permitido destruir ou alterar propositadamente qualquer elemento natural (muros, plantações, sinalética, marcações, etc...) ao longo do percurso.

M. Banhos: na Praia Fluvial da AX Benfeita ou nos Balneários da Praia Fluvial.

N. Alimentação: O almoço volante está incluído na taxa de inscrição e será servido por volta das 12h00.

O. Alojamento: os atletas podem dormir nas instalações da Antiga Escola Primária em 20 camas / beliche ou em tenda de campismo (própria).

P. Reembolso: a organização não reembolsa os inscritos do Benfeita Trail 2018 caso se verifique uma situação de incêndio, alerta vermelho determinado pela Proteção Civil ou caso similar.

Q. Direitos de Imagem: Todos os Participantes, ao efectivarem a sua inscrição, autorizam automaticamente a cedência de forma gratuita, incondicional e perpétua à organização os direitos de utilização da sua imagem e que podem ser cedidos a terceiros, desde que autorizados pela própria organização e incluem vídeos, imagens, fotos ou qualquer outro registo do evento.

O Director de Prova

José Miguel Santos

O Presidente da Associação – Clube Naturalmente Benfeita

António Martins