XXVII ESCALADA DO MENDRO

* * REGULAMENTO * *

1. ORGANIZAÇÃO – A **Câmara Municipal da Vidigueira** através dos Serviços de Animação e Desporto organiza, no próximo dia **09 de Junho de 2013 - DOMINGO**, em colaboração com a **Associação de Atletismo de Beja**, **Clube da Natureza do Alvito, Federação Portuguesa de Montanhismo e Escalada** e TERRAS DE AVENTURA, a **XXVII ESCALADA DO MENDRO**, prova integrada no ***CIRCUITO NACIONAL DE MONTANHA 2013***, iniciativa que se rege por regulamento próprio.
A **XXVII ESCALADA DO MENDRO** rege-se pelo **Regulamento Geral de Corridas em Montanha** da **Federação Portuguesa de Montanhismo e Escalada** (www.fpme.org) e pelo presente regulamento específico em todos os aspetos não previsto no atrás referido **Regulamento Geral de Corridas em Montanha**.

2. DIREÇÃO E CONTROLO DAS PROVAS – O Diretor de Prova é o Sr. António Galvão, coadjuvado pelos técnicos da autarquia e das entidades que colaboram com a organização.
Haverá juízes ao longo do percurso para controlo da passagem dos atletas.

3. PARTICIPAÇÃO – A **XXVII ESCALADA DO MENDRO** encontra-se aberta à participação de todos, federados ou populares, em representação individual ou colectiva (Escolas, Clubes, Associações Desportivas, etc.) sem distinção de sexo ou nacionalidade, depois de devidamente inscritos.
No decurso da **XXVII ESCALADA DO MENDRO** disputam-se, em simultâneo, as seguintes atividades:

a) Corrida Pedestre em Montanha, na distância de 11 km, destinada aos atletas enquadrados nos escalões etários do ***CIRCUITO NACIONAL DE MONTANHA 2013***;

b) Conjunto de provas de atletismo para os mais novos, em distâncias adaptadas aos diferentes escalões etários;

c) Caminhada não competitiva, a realizar em percurso alternativo ao dos atletas.

4. HORAS DE PARTIDA, ESCALÕES ETÁRIOS E DISTÂNCIAS –
O percurso competitivo tem 11 km de extensão, com partida às 10 horas nas Piscinas Municipais e Meta no Largo da Cascata, depois da passagem pelo Alto do Mendro.
A Marcha Pedestre, na distância aproximada de 7 km, tem início às 9h30m nas Piscinas Municipais (partida simbólica) e partida efetiva junto ao Parque de Merendas - Nicho, sendo os caminheiros transportados para esse local em autocarros da organização. A chegada, de igual modo no Largo da Cascata, será efetuada por corredor diferenciado do competitivo.
As Corridas Jovens terão início, às 9h45, no Largo da Cascata, com meta no mesmo local, decorrendo em circuito urbano, plano, traçado nos arruamentos do centro da Vidigueira.

	HORÁRIO	DISTÂNCIA	ESCALÕES	IDADE	SEXO
Caminhada	9h30m	7 km	Escalão Único	Todas	M / F
Corrida em Montanha	10 horas	11 km	Elite M	18 a 39	M
"	"	"	M40	40 a 44	M
"	"	"	M45	45 a 49	M
"	"	"	M50	50 a 54	M
"	"	"	M55	55 a 59	M
"	"	"	M60	+ 60	M
"	"	"	Elite F	18 a 39	F
"	"	"	F40	+ 40	F
Corridas Jovens	9h45m	600 m	Benjamins	2001/2002	M / F
"	9h50m	1200 m	Infantis	1999/2000	M / F
"	10 horas	1800 m	Iniciados	1997/1998	M / F
"	10h15m	2400 m	Juvenis	1995/1996	M / F

NOTA: As idades indicadas referem-se ao dia da prova, obrigando-se os atletas a competir no escalão correspondente à sua idade no dia da prova.

5. SECRETARIADO – Abertura, às 8h30m, nas Piscinas Municipais. Os dorsais dos concorrentes serão entregues unicamente ao Delegado da Equipa ou ao próprio participante mediante apresentação de documento comprovativo da identidade.
A organização não disponibiliza alfinetes pelo que cada participante deverá ser portador de 4 alfinetes para fixar o dorsal no peito da sua camisola.

6. ZONA DE AQUECIMENTO E CONTROLO DE PARTIDA – Os atletas deverão efetuar o seu aquecimento na mata das Piscinas Municipais, com acesso pelo portão poente (lado do parque de estacionamento), a partir das 9h30m, onde será feito o controlo de partida.
Uma vez entrado nesse recinto não será possível sair do mesmo a não ser para a partida da competição.
A ausência dos atletas no controlo de partida implica a sua desclassificação.

7. PERCURSO – Percurso competitivo sinalizado com fita plástica e / ou setas direcionais nos troços de terra e marcas de tinta nas partes de asfalto, obrigando-se os atletas a seguir as marcações colocadas pela organização.
Percurso em estradões e caminhos de terra batida, com subidas acentuadas até ao Alto do Mendro, após o qual se regressa, em descida, para a Vidigueira, também em terra batida, com a parte final plana, em asfalto.
Existirão 3 postos de abastecimento, unicamente com água, mais um posto final.
As Corridas Jovens realizam-se em percurso urbano, plano, traçado nos arruamentos no centro da Vidigueira, existindo um único posto de abastecimento, no final das respetivas provas.
Os Caminheiros não terão abastecimento ao longo do seu trajeto pelo que deverão ser portadores de abastecimento próprio.

8. INSCRIÇÕES – Recebidas, até às 18 horas de 5 de Junho de 2013, via página web da prova (http://mendro.terrasdeaventura.net), com preenchimento do formulário de inscrições nela constante, acompanhadas de comprovativo da transferência bancária **(NIB 0035 0435 0000 7678 23097)** correspondente à taxa de inscrição:

- Participantes nas **Corridas Jovens** e caminheiros até 17 anos – **Gratuitas**;
- Atletas ou caminheiros, com mais de 17 anos, residentes no concelho da Vidigueira - **€2,50**;
- Atletas ou caminheiros, **filiados na Associação de Atletismo de Beja** e **FPME** - **€3,00**;
- Atletas ou Caminheiros, com mais de 18 anos, **não filiados na FPME** - **€5,00**.
- Acompanhantes que façam a sua inscrição unicamente para o almoço - **€5,00**.

O valor de inscrição inclui - dorsal, seguro de acidentes pessoal, abastecimentos, t-shirt oficial da **XXVII ESCALADA DO MENDRO**, duche e acesso ao almoço final para todos os participantes.

NOTA - Não serão consideradas inscrições por telefone, recebidas fora do prazo indicado ou não acompanhadas do comprovativo digitalizado de transferência bancária / depósito em conta (NIB 0035 0435 0000 7678 23097) correspondente à taxa de inscrição.
INFORMAÇÕES – desporto.animacao@cm-vidigueira.pt **** ✆968 332 722***

9. INSCRIÇÕES DE ÚLTIMA HORA - No secretariado serão aceites inscrições de última hora, unicamente até às 9h30m, desde que a logística da prova assim o permita.

10. SEGURANÇA - Os atletas beneficiam de um Seguro (Acidentes Pessoais) durante a realização da prova. Além dessa cobertura de riscos, a organização declina toda a responsabilidade por acidente, negligência ou perda dos pertences dos participantes, sendo da responsabilidade de cada atleta / caminheiro a participação com condição física que permita a realização da atividade. Existirá serviço de apoio paramédico, a cargo dos Bombeiros Voluntários locais.

11. ALTERAÇÕES - A organização reserva-se o direito de realizar as modificações que considere necessárias em função das diferentes condicionantes e da segurança dos participantes, bem como suspender a actividade se as condições meteorológicas assim o recomendarem ou por motivos de força maior. Qualquer modificação será devidamente afixada em painel informativo colocado no secretariado, local da partida ou nos pontos de controlo ao longo do percurso.

12. COMPORTAMENTO DESPORTIVO – Todo o participante obriga-se a prestar auxílio a qualquer acidentado, não deteriorar ou sujar o meio ambiente e a seguir as indicações da Organização. A não observância deste ponto poderá ser punida com a desclassificação e outras sanções.

13. SANÇÕES - Serão desclassificados todos os atletas que não cumpram o percurso, prejudiquem os outros atletas ou revelem falta de ética desportiva, não levem o seu dorsal bem visível (devem ser portadores de alfinetes), ocultem os patrocinadores ou não respeitem as indicações dadas pela organização.
Os atletas não devem receber apoio durante a realização da prova além da oferecida pela organização (água em três postos de abastecimento), não sendo autorizado pela organização o acompanhamento por qualquer veículo motorizado.

14. PRÉMIOS, LEMBRANÇAS E OFERTAS –

- Troféus para os três melhor classificados de todos os escalões;
- Taças às três equipas melhor classificadas nos 11 Km e, também, nas Corridas Jovens.
- Prémios monetários para a Geral, escalões e equipas, segundo a seguinte grelha, em euros):

Class.	Geral Masc	Geral Fem	Escalões	Equipas
1º	400	250	60	200
2º	250	150	50	175

3º	200	100	40	150
4º	150	75	30	125
5º	100	60	20	100
6º	75	50	17,5	
7º	50	40	15	
8º	45	30	12,5	
9º	40	20	10	
10º	35	10	10	
11º	32,5			
12º	30			
13º	27,5			
14º	25			
15º	22,5			
16º	20			
17º	17,5			
18º	15			
19º	12,5			
20º	10			

- Subsídio de deslocação, no valor de € 25, para as 30 equipas melhor classificadas nos 11 km da **XXVII ESCALADA DO MENDRO** (5 atletas);
- Cheque extra, no valor de € 50, para as 3 equipas mais numerosas que participem na prova com mais de 25 atletas.
- T-shirts para todos os participantes.
- Brindes e ofertas regionais (vinho/azeite) a sortear entre os participantes presentes na Cerimónia de Entrega de Prémios.

A cerimónia de entrega de prémios terá lugar no decurso do almoço-convívio, a realizar na mata das Piscinas Municipais, cerca das 14 horas, sendo obrigatória a presença dos atletas premiados na referida cerimónia. A ausência dos atletas premiados à cerimónia de entrega de prémios entende-se como renúncia ao prémio, revertendo o mesmo para a Organização.

O direito aos prémios prescreve com o encerramento do evento (coincidente com a última entrega de prémios).

Nota: Os prémios por escalões são acumuláveis com a classificação geral

15. PRÉMIOS MONETÁRIOS – Os atletas ou clubes contemplados com prémios monetários deverão indicar à organização o NIB e NIF correspondente a cada premiado (atleta ou clube), indispensáveis para a entrega do referido prémio.

16. CLASSIFICAÇÃO COLETIVA - A classificação por equipas nos 11 Km competitivos será obtida pela soma dos tempos dos 5 primeiros classificados de cada equipa, independentemente do escalão.

17. ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO - Todos os participantes, pelo facto de efectuarem a sua inscrição na **XXVII ESCALADA DO MENDRO**, aceitam o presente regulamento.

18. CASOS OMISSOS - Casos omissos, bem como eventuais protestos, serão analisados pela organização em conformidade com o **Regulamento de Corridas em Montanha** da **FPME**.

INFORMAÇÕES

COMO CHEGAR À VIDIGUEIRA

1 – De Lisboa - Seguir A2 até ao nó da Marateca e daqui seguir na A6 até Évora, onde saí para o IP2 em direção a Beja. Cerca de 25 km antes desta cidade deverá virar à direita para Vidigueira (1ª entrada), seguindo a sinalização para a concentração no Parque de estacionamento das Piscinas.

2 – Do Porto ou litoral norte – Seguir A1 até Santarém e IC10 / A13 até ao nó da Marateca, após o qual deverá seguir as indicações para quem vem de Lisboa.

3 – Do Interior Norte (Viseu, Guarda, Castelo Branco) – Descer pelo interior de Portugal pela A23 / IP2 com passagem por Castelo Branco, Portalegre e Évora, após a qual seguirá as indicações para quem vem de Lisboa.

4 – Do Algarve – Seguir em direção a Beja após a qual toma IP2 para norte até encontrar a primeira saída para a Vidigueira, seguindo a sinalização para a concentração no Parque de estacionamento das Piscinas.

ZONA DE ACAMPAMENTO / ACANTONAMENTO

Acampamento – A Organização disponibiliza a Mata das Piscinas Municipais para todos aqueles que desejem acampar na véspera da atividade (trazer material próprio de acampamento).

Acantonamento – A Organização disponibiliza as instalações do Pavilhão Gimnodesportivo Municipal da Vidigueira para todos aqueles que desejem pernoitar nesse mesmo local na véspera da atividade (trazer colchão e saco-cama).

OFERTA DE ALMOÇO PARA TODOS OS PARTICIPANTES

A encerrar a atividade será servido almoço para todos os participantes, e acompanhantes que se inscrevam no mesmo, a ter início às 13 horas, na mata das Piscinas Municipais da Vidigueira (controlo de entrada, para receção de senhas de refeição, no portão do lado do parque de estacionamento), no decurso do qual se procederá à cerimónia de entrega de prémios.

BALNEÁRIOS E DUCHE

Para todos os participantes, possibilidade de mudarem de roupa antes da atividade e tomarem duche após a competição ou marcha nos balneários das Piscinas Municipais.

ALOJAMENTO E RESTAURANTES

Consultar as informações da página web da Câmara Municipal de Vidigueira (www.cm-vidigueira.pt).

A **XXVII ESCALADA DO MENDRO** DESENROLA-SE NO CENÁRIO DE EXCECIONAL BELEZA NATURAL DAS ENCOSTAS DO MENDRO E BAIXO ALENTEJO, PELO QUE SERÁ OBRIGAÇÃO DE TODOS PRESERVAR O MEIO AMBIENTE, EVITANDO ABANDONAR DESPERDÍCIOS FORA DAS ÁREAS DE RECOLHA QUE SERÃO COLOCADAS APÓS AS ZONAS DE ABASTECIMENTO.
DO NOSSO COMPORTAMENTO (ORGANIZAÇÃO E PARTICIPANTES) DEPENDERÁ O FUTURO DA PROVA.

LINKS RELACIONADOS

CÂMARA MUNICIPAL DA VIDIGUEIRA

www.cm-vidigueira.pt

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE MONTANHISMO E ESCALADA

www.fpme.org

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BEJA

www.aabeja.org