

XXXIV ESCALADA DO MENDRO

* * REGULAMENTO * *

1. ORGANIZAÇÃO

A Câmara Municipal da Vidigueira em colaboração com a Associação de Atletismo de Beja organiza no próximo dia **3 DE JUNHO DE 2021**, a edição XXXIV da ESCALADA DO MENDRO em Atletismo .

2. DIREÇÃO E CONTROLO DAS PROVAS

O Diretor de Prova é **Carlos André**, coadjuvado pelos técnicos da autarquia e das entidades que colaboram com a organização. Haverá juizes ao longo do percurso para controlo da passagem dos atletas.

3. PARTICIPAÇÃO

A **XXXIV ESCALADA DO MENDRO** encontra-se aberta à participação de todos, federados ou não, em representação individual ou coletiva (Escolas, Clubes, Associações Desportivas, etc.) sem distinção de sexo ou nacionalidade sendo necessária a devida inscrição.

No decurso da XXXIV ESCALADA DO MENDRO disputam-se, em simultâneo, as seguintes atividades:

- a) Corrida Pedestre em Montanha, na distância de 12 km, destinada aos atletas;
- b) Caminhadas a realizar em **dois percursos**, um de **7Kms** e outro de **12kms**.

Devido à situação epidemiológica que atravessamos este ano não vai haver as CORRIDAS JOVENS

Qualquer destas atividades vai ter **INSCRIÇÕES LIMITADAS a 200 PARTICIPANTES**, o primeiro e único critério de validação da inscrição é quem no ato da inscrição faz logo o pagamento e recebe comprovativo de validação da sua inscrição.

4. HORAS DE PARTIDA, ESCALÕES ETÁRIOS E DISTÂNCIAS

IMPORTANTE – Atendendo à situação epidemiológica que temos estado a atravessar **poderão existir algumas adaptações nas provas referidas (grupos de 20 atletas de cada vez, partidas de minuto a minuto)** no entanto tudo irá depender do estado atual da pandemia COVID-19.

As provas irão cumprir as normas que vierem a ser definidas pela DGS. Solicitamos, desde já, a vossa compreensão e colaboração.

O percurso competitivo tem 12 km de extensão, **com partida às 9h30** junto ao Jardim Frei António das Chagas (onde se situa a Meta) depois passagem pelo alto da Serra do Mendro e regresso à Vidigueira (**percurso renovado**).

A **Marcha Pedestre/Caminhada**, com dois percursos, **um com a distância 7 km**, e outro com **uma distância aproximada de 12 Km com início às 9h45**, junto ao Secretariado, passagem pelo alto da Serra do Mendro e regresso à Vidigueira. Qualquer destes percursos não se cruzam entre si, nem com o percurso competitivo.

A chegada será no Largo da Cascata efetuada por corredor diferenciado do competitivo (**percursos renovados**).

ESTA ATIVIDADE VAI TER VÁRIOS LOCAIS DE PARTIDA (CORREDORES) EVITANDO AGLOMERADOS CONFORME NORMA EMANADA PELA DGS.

	HORÁRIO	DISTÂNCIA	ESCALÕES	IDADE	SEXO
Caminhada	9h45	7 e 12 Km	Escalão Único	Todas	M / F
Corrida em Montanha	9h30	12 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 a 44	F
			F45	45 a 49	F
			F50	50 a 54	F
			F55	55 a 59	F
			F60	+ 60	F

5. SECRETARIADO

Vão estar disponíveis dois secretariados com abertura às 8h00. Um no **MERCADO MUNICIPAL**, com vários corredores e **SÓ PARA ATLETAS DA CORRIDA PRINCIPAL** e outro **no jardim junto ao mercado SÓ PARA CAMINHEIROS**, poucos metros abaixo da partida dos atletas. 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 alfinetes para fixar o dorsal no peito da sua camisola.

Agradecemos a todos os atletas e caminheiros que possam levantar o dorsal no dia anterior (QUARTA FEIRA) que o façam, a partir das 15horas no secretariado.

6. ZONA DE AQUECIMENTO E CONTROLO DE PARTIDA

Os atletas deverão efetuar o seu aquecimento pelas ruas da vila e na zona circundante ao secretariado tendo em atenção as regras da DGS e nas zonas previamente definidas pela organização que irão estar devidamente sinalizadas.

7. PERCURSOS

O percurso competitivo é sinalizado com fita plástica balizadora e/ou setas direcionais nos troços de terra e marcas de tinta nas partes de asfalto, obrigando os atletas a seguir essas indicações. Percurso em estradões e caminhos de terra batida, com subidas acentuadas até ao Alto da Serra do Mendro, após o qual se regressa, para a Vidigueira, também em terra batida, com a parte final em asfalto.

Existirão 3 postos de abastecimento com água, se a temperatura for muito elevada a organização poderá aumentar o número de postos de abastecimento salvaguardando a integridade física dos atletas e caminheiros.

A Marcha Pedestre/Caminhada desenvolve-se nas encostas da Serra do Mendro com uma parte plana e em alcatrão e depois em estradas de terra batida na serra. **Tem os mesmos postos de abastecimento que a prova de competição.**

8. PROCESSAMENTO E TAXAS DE INSCRIÇÃO

Para o **Percurso Competitivo e Caminheiros** serão processadas via **Acorrer** (<http://acorrer.pt/>), até às 20 horas do dia **01 de JUNHO de 2021 (3ª feira anterior à data de realização do evento)**, com preenchimento dos formulários de inscrições nela constante e pagamento através de referência multibanco correspondente às taxas de inscrição:

- **Atletas ou Caminheiros - € 10,00** (<http://acorrer.pt/>)
- **Atletas ou Caminheiros do Concelho de Vidigueira - € 5,00**
Inscrições no balcão único da Câmara Municipal de Vidigueira
 - **O atleta veterano, no ato da inscrição, deverá optar por participar como sénior ou veterano.**

O valor de inscrição inclui - dorsal, seguro de acidentes pessoais, abastecimentos, t-shirt oficial e **senha de almoço no valor da inscrição para utilizar nos restaurantes locais.** Dado à situação atual a organização não vai facultar locais para banhos.

NOTA 1: A ausência ou desistência do participante no decurso da atividade não lhe confere o direito à devolução da verba correspondente à taxa de inscrição.

NOTA 2: O processo de inscrição é totalmente automatizado pelo que o respetivo programa não valida qualquer pedido de inscrição efetuado após o prazo previsto para encerramento.

8. INSCRIÇÕES DE ÚLTIMA HORA

NÃO SERÃO ACEITES INSCRIÇÕES DE ÚLTIMA HORA.

9. 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 esta da responsabilidade de cada atleta/caminheiro. Existirá serviço de apoio paramédico a cargo dos Bombeiros Voluntários da Vidigueira.

IMPORTANTE: É OBRIGATÓRIO PREENCHER FORMULÁRIO ANEXO COM TODOS OS ELEMENTOS DA COMITIVA DE CADA EQUIPA, ASSIM COMO, OS TERMOS DE RESPONSABILIDADE, SEM OS QUAIS NÃO PODERÃO COMPETIR OU PARTICIPAR NAS ATIVIDADES.

OS INDIVIDUAIS TERÃO DE FAZER O MESMO DAS EQUIPAS.

OS DOCUMENTOS SÃO ENTREGUES NO SECRETARIADO NO ATO DO LEVANTAMENTO DOS DORSAIS.

11. ALTERAÇÕES

À 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 atividade 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 ÉTICO

Todos os participantes obrigam-se a prestar auxílio a qualquer acidentado, a não deteriorar ou sujar o meio ambiente e a seguir as indicações da organização. A não observância destes pontos poderá ser punida com a desclassificação.

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 quatro 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;
- Prémios monetários para a Geral, Escalões, Atletas do Concelho e Equipas.

Lugar	Geral Masculina	Geral Feminina	Escalões	Concelho Masculino	Concelho Feminino	Equipas
1º	450	450	50	50	50	250
2º	300	300	40	40	40	200
3º	250	250	30	30	30	150
4º	150	150	20	20	20	100
5º	100	100	10	10	10	75
6º	80	80				50
7º	70	70				50
8º	60	60				50
9º	50	50				50
10º	45	45				50
11º	40					
12º	35					
13º	30					
14º	25					
15º	20					
16º	10					
17º	10					
18º	10					
19º	10					
20º	10					

- **Subsídio de deslocação, no valor de € 25, para as 25 equipas** melhor classificadas nos 12 km da XXXV ESCALADA DO MENDRO (5 atletas);

Atletas do Concelho consideram-se os naturais ou residentes no Concelho de Vidigueira.

A cerimónia de entrega de prémios terá lugar no local das chegadas (jardim Frei António das Chagas) logo após o término das provas, 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. CLASSIFICAÇÃO COLETIVA

A classificação por equipas nos 12 Km competitivos será obtida pela soma dos lugares dos 5 primeiros classificados de cada equipa, independentemente do escalão.

16. MEDIDAS IMPORTANTES DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

As equipas técnicas e organização devem:

- Evitar os cumprimentos entre eles;
- Manter o distanciamento social (2 metros fora competição) e as medidas de etiqueta respiratória, é aconselhado o uso de máscara na via pública durante o dia da prova;
- Evitar ao máximo a partilha de objetos/equipamentos pessoais e de trabalho (ex. canetas, pastas);
- Higienização as mãos sempre que possível;
- Utilizar, obrigatoriamente a máscara nos locais definidos para a competição;
- Durante a competição têm de permanecer nas áreas destinadas aos mesmos.

Os atletas da competição devem:

- Evitar os cumprimentos entre eles;
- Manter o distanciamento social (2 metros fora competição) e as medidas de etiqueta respiratória, sugere-se o uso de máscara enquanto não iniciarem a prática desportiva;
- Evitar ao máximo a partilha de objetos/equipamentos pessoais (ex. garrafas de água, telemóveis);
- Higienizar as mãos sempre que possível;
- Utilizar, obrigatoriamente, a máscara desde que entra no local até à sua zona técnica e câmara de chamada, bem como, após o término da prova, podem permanecer sem máscara durante o aquecimento e competição;
- Os pertences do atleta permanecem durante a competição, na zona técnica.

A marcha pedestre/caminhada:

- Deverá ter pontos e circuitos diferentes ou alternados à prova competitiva, de forma a que os participantes não se cruzarem;
- Os participantes devem manter sempre que possível o distanciamento social (2 metros) e as medidas de etiqueta respiratória, sugere-se o uso de máscara enquanto não iniciarem a prática desportiva;

- Não devem caminhar em grupo superior a 10 pessoas, será importante manterem a distância aquando a prática da caminhada;
- Evitar ao máximo a partilha de objetos/equipamentos pessoais (ex. garrafas de água, telemóveis);
- Os pontos de início e meta devem ser diferentes das do percurso competitivo de forma a se evitar aglomerados de pessoas;
- Se existir a deslocação em transportes públicos, estes devem cumprir com a lotação e regras definidas nas orientações/normas da DGS e demais entidades públicas;
- Será fundamental que os participantes na caminhada não se juntem em momento nenhum com os atletas inscritos na prova competitiva.

LOCAIS AFETOS À COMPETIÇÃO

Secretariado

- Sugere-se que existam vários pontos para a efetivação do secretariado, de forma a se evitem aglomerados;
- Nesta fase deverá ser avaliada a temperatura corporal a todos os atletas;
- É obrigatório o uso de máscara.

Partida e meta

- Não é permitida a presença de público nestes locais;
- Deverá estar disponível um contentor de resíduos de acionamento não manual para a colocação das máscaras;
- Todos os intervenientes na prova devem usar máscara nestes pontos.

Zonas de abastecimento

- Os atletas devem manter-se o mínimo tempo possível nestas zonas, de forma a evitar aglomerados;
- Deverá ser mantido o distanciamento social (2 metros).

Entrega de prémios

- Não é permitido público;
- É obrigatório o uso de máscara a todos os intervenientes;
- Não deverá haver ajuntamentos;

- Deverá haver o distanciamento social recomendado pela DGS (2 metros).

COMPETIÇÃO

- Os atletas devem deslocar-se até ao secretariado onde terão que avaliar a sua temperatura corporal (≥ 38 o impede a entrada do atleta na competição);
- Os atletas admitidos deslocar-se-ão até a zona de equipas,
- O uso de máscara é obrigatório em todos os momentos, podendo ser retirada apenas no momento em que se deslocam para a linha de partida, devendo após o término de prova voltarem a colocar;
- O uso de máscara é obrigatório em todos os momentos, podendo ser retirada apenas no momento em que se deslocam para a linha de partida, devendo após o término de prova voltarem a colocar.
- Na zona de partida os atletas devem higienizar as mãos bem como no final.

17. ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO

Todos os participantes, pelo facto de efectuarem a sua inscrição na XXXV ESCALADA DO MENDRO, aceitam o presente regulamento.

18. CASOS OMISSOS

Casos omissos, bem como eventuais protestos, serão analisados pela organização.