



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO PORTO

Fundada em 23 de março de 1926

Medalha de Ouro de Valor Desportivo da C.M. Porto

Exm^o. Senhor
PRESIDENTE DA
CÂMARA MUNICIPAL DA TROFA

N/Ofício nº 8/2021

Porto, 23 de agosto de 2021

ASSUNTO: TRAIL DA TROFA - EDIÇÃO ESPECIAL 2021

- Parecer Técnico Favorável -

Exm^o. Sr^o. Presidente;

Os nossos respeitosos cumprimentos.

De acordo com o Decreto-Lei nº 310/2002, de 18 de Dezembro, o Departamento Técnico da Associação de Atletismo do Porto vem pelo presente apresentar a V. Ex^a, a documentação necessária, verificada e aprovada por este departamento de acordo com o Regulamento Geral de Competições da FPA, inerente à organização da prova em assunto.

DESIGNAÇÃO: TRAIL DA TROFA - EDIÇÃO ESPECIAL 2021

ORGANIZAÇÃO: Associação Team Lantemil

DATA e HORA: 11 e 12 de setembro de 2021, 8:30h.

LOCAL de PARTIDA: Monte de S. Gens

LOCAL de CHEGADA: Alameda da Estação na Trofa.

PROVA de CALENDARIO OFICIAL: Sim.

Cabe-me Comunicar que esta Associação dá o parecer Técnico favorável para a Corrida.

Cumprimentos





REGULAMENTO TRAIL DA TROFA - EDIÇÃO ESPECIAL 2021



1. Condições de participação:

1.1. Idade participação das diferentes provas:

Na Edição Especial do Trail da Trofa serão enquadradas as seguintes provas com os respetivos escalões etários:

- ERA TROFA Trail Longo – atletas com idade superior ou igual a 18 anos no dia do evento.
- LITEL Trail Curto – atletas com idade superior ou igual a 18 anos no dia do evento.
- FARMÁCIA TROFENSE Caminhada – idade superior ou igual a 6 anos desde que os menores sejam acompanhados do encarregado de educação ou declaração de responsabilidade assinada pelo encarregado de educação ou pais.

1.2. Descrição das provas:

O **PONTO PLACA Trail Kids** irá decorrer no sábado, dia 11 de setembro, às 14h00, no Monte S. Gens (GPS 41.322868, 8.594861), podendo participar crianças com idades até aos 14 anos.

O **LITEL Trail Curto** irá decorrer igualmente no sábado, dia 11 de setembro, às 15h30 e percorrerá caminhos e trilhos do concelho da Trofa, com início no Monte de S. Gens (GPS 41.322868, 8.594861) e fim na Alameda da Estação na Trofa.

O **ERA TROFA Trail Longo**, prova integrada no Campeonato Nacional, irá decorrer no dia 12 de setembro, às 08h30 e percorrerá caminhos e trilhos do concelho da Trofa, com início no Monte de S. Gens (GPS 41.322868, 8.594861) e fim na Alameda da Estação na Trofa.

A **FARMÁCIA TROFENSE Caminhada** irá decorrer no domingo, dia 12 de setembro, às 10h00 e percorrerá caminhos e trilhos do concelho da Trofa, com início no Monte de S. Gens (GPS 41.322868, 8.594861) e fim na Alameda da Estação na Trofa.

<u>Tipo</u>	<u>Distância</u>
ERA TROFA Trail Longo	+/- 35km
LITEL Trail Curto	+/- 17km
FARMÁCIA TROFENSE Caminhada	+/- 10km
PONTO PLACA Trail Kids	
0 aos 6 anos – 500 Mts	
7 aos 10 anos – 1000 Mts	
11 aos 14 anos – 1500 Mts	

1.3. Inscrição regularizada:

A inscrição será feita através da página <https://stopandgo.com.pt/events/trail-da-trofa-21>

- Para as inscrições referentes ao TL 35km, TC 17km e Caminhada 10km, serão geradas referências multibanco automáticas para os participantes efetuarem o pagamento, não sendo necessário o envio de comprovativo de pagamento.
- As inscrições no Trail Kids são gratuitas.
- Qualquer dúvida relacionada com a inscrição devem contactar o E-mail: geral@teamlantemil.pt.
- Todos os participantes que sejam menores (<18 anos) devem apresentar no secretariado da prova, um termo de responsabilidade que estará atempadamente disponível no nosso site/página <https://www.facebook.com/TraildaTrofa>

As inscrições serão limitadas à participação de 1050 participantes nas três provas de Trail Running/Caminhada e 100 participantes no Trail Kids.

- ERA TROFA Trail Longo: 300
- LITEL Trail Curto: 500
- FARMÁCIA TROFENSE Caminhada: 200
- Reservas para Patrocinadores: 50
- PONTO PLACA Trail Kids: 100



As inscrições encerram dia 31 de agosto de 2021 ou quando for atingido o limite de participantes, estipulado pela organização.

1.4. Condições físicas:

Para participar é indispensável:

- a) Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente.
- b) Adquirir, antes do evento, capacidades reais de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas.
- c) Conseguir enfrentar, sem ajuda externa, condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro e chuva.
- d) Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc.
- e) Estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas.

1.5. Definição possibilidade ajuda externa:

Os atletas poderão receber ajuda externa durante a prova desde que não causa interferência com outro atleta em prova. Por ajuda externa entende-se assistência ao mesmo, quer seja no fornecimento de alimentação, primeiros socorros ou similar e nunca poderá ser confundida com ajudar no transporte ou outra ação que permita ao participante transpor o percurso com maior facilidade.

1.6. Colocação dorsal:

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado à frente do atleta e de preferência à altura do peito. Não é permitida qualquer alteração do dorsal, sob pena de desclassificação.

1.7. Regras conduta desportiva:

O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão alvo de advertência, expulsão ou desqualificação.

Todos os participantes devem proteger o meio ambiente, deixando o meio envolvente tal como o encontrarem, por isso pedimos que não deixem lixo nos trilhos fora das zonas de assistência / abastecimentos.

2. Prova:

2.1. Programa / Horários:



Sábado – 11/09/2021

- 10h00 -Abertura do secretariado na Alameda da Estação na Trofa (junto à antiga estação de comboios).
- 14h00 -PONTO PLACA Trail Kids junto à capela no Monte S. Gens

- 14h00 -Início do transporte para o Trail Curto, junto à antiga estação (Alameda da Estação).
- 14h45 -Saída do último Autocarro para o Trail Curto, junto à antiga estação na Alameda.
- 15h15 -Breffing Trail Curto
- 15h30 -Partida Trail Curto (partidas segmentadas até um máximo de 20 atletas)
- 17h00 -Previsão de chegada do primeiro atleta da prova LITEL Trail Curto
- 18h30 -Cerimónia protocolar de entrega de prémios
- 19h00 -Encerramento do secretariado

Domingo – 12/09/2021

- 6h30 - Abertura do Secretariado na Alameda da Trofa.
- 7h00 - Início do transporte para o Trail Longo, junto à antiga estação (Alameda da Estação).
- 7h45 - Saída do último Autocarro para o Trail Longo, junto à antiga estação na Alameda.
- 8h15 - Breffing Trail Longo
- 8h30 - Partida Trail Longo (partidas segmentadas até um máximo de 20 atletas)
- 8h30 - Início transporte para a Caminhada, junto à antiga estação (Alameda da Estação)
- 9h15 - Saída do último Autocarro para a Caminhada, junto à antiga estação na Alameda
- 9h45 - Breffing Caminhada
- 10h00 -Início da Caminhada (partidas segmentadas até um máximo de 20 atletas)
- 11h00 -Previsão de chegada do primeiro atleta da prova ERA TROFA Trail Longo
- 13h30 -Cerimónia protocolar de entrega de prémios
- 15h00 -Encerramento de provas

Nota: Os horários apresentados são estimados pela organização face ao decorrer da prova podendo ser alterados durante o decorrer da mesma se assim o justificar.

2.2. Distância (categorização por distância) / altimetria (Desníveis positivo e negativo, acumulados) / categorização de dificuldade ATRP:

- ERA TROFA Trail Longo – 35kms* – 1.350m D+ / 1.500m D-* de Grau 2.
- LITEL Trail Curto – 17kms* – 750m D+ / 900m D-* de Grau 2.
- FARMÁCIA TROFENSE Caminhada – 10/12kms* – 200m D+ / 350m D-* de Grau 1.

**Distâncias e altimetrias aproximadas*

2.3. Mapa / Perfil altimétrico / descrição percurso:

Informação das diferentes provas em breve



Os percursos estão a ser aperfeiçoados pelo que será normal existirem pequenas alterações aos mesmos, informaremos todos os participantes das mesmas em tempo oportuno.

O percurso será fitado com fitas a anunciar. Para além das fitas serão colocadas placas direcionais e informativas com indicação de zonas perigosas e de quilómetros percorridos ou a percorrer.

Haverá membros da organização nos locais mais críticos e passíveis de engano (separações de provas, passagens de estrada, etc.). Todos os participantes devem acatar as indicações da organização sob pena de poderem vir a ser desclassificados.

2.4. Tempo limite:

O tempo limite é de 7h00 no longo e 4h00 no curto.

Existirão membros da organização a fechar o circuito e serão indicados horários limites de passagem em cada abastecimento. Caso os atletas venham a exceder os referidos tempos limite, serão encaminhados para a zona de chegada por transporte da organização. Se o atleta não seguir as indicações da organização, ficará à sua inteira responsabilidade.

2.5. Metodologia de controle de tempos:

O controlo de tempos e classificações serão assegurados pela empresa de cronometragem, sendo as mesmas afixadas no local da prova e no site do evento e da empresa de cronometragem a posterior. O controlo será efetuado através de chip.

Qualquer reclamação às classificações deve ser efetuada por escrito até 60 (sessenta) minutos após o término do último atleta em prova, para que produza efeitos no dia da prova.

Outras reclamações ou atualizações de informação devem ser dirigidas à organização da prova através do E-mail: geral@teamlantemil.pt

2.6. Postos de controle:

Existirá um controlo “0” através de chip efetuado pela organização com a parceira da empresa de cronometragem.

Serão efetuados diversos controlos de passagem por parte da organização em locais que só serão do conhecimento dos atletas no decurso da prova.

Qualquer falha de passagem em controlo dará direito a desclassificação da prova. É imprescindível que o participante transporte o dorsal bem visível à frente na cintura ou junto ao peito.

Caso ocorra a perda do dorsal durante a prova, deverá ser fornecido o número do dorsal pelo participante nos postos de controlo da organização, de modo a ficar registada a sua passagem.

2.7. Locais dos abastecimentos:

ERA TROFA Trail Longo, LITEL Trail Curto, FARMÁCIA TROFENSE Caminhada e INTERMARCHÉ TROFA Trail Kids: 7 (7) abastecimentos (sólidos e líquidos durante a prova e um abastecimento final).



Informação acerca de distâncias de PA's e alimentação e hidratação fornecida pela organização será disponibilizada no site/página do evento em espaço próprio.

A organização não fornecerá copos nas assistências, pelo que os atletas devem dispor de meios próprios para que possam abastecer-se, como caneca, bidon ou camelback.

2.8. Material obrigatório / verificações de material:

Material obrigatório:

- o Telemóvel.
- o Copo.
- o Máscara.

Cada atleta será responsável pelos meios que pretende levar durante a prova para superar a mesma. No entanto a organização recomenda que, para além do telemóvel e copo, os participantes estejam fornecidos do seguinte material:

- o Manta de sobrevivência
- o Apito
- o Reservatório para líquidos > 0,5 Litros



2.9. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário:

A prova ira decorrer em poucos troços de passagem com tráfego rodoviário, no entanto será disputada em modo “open road”, ou seja, todos os atletas terão que ter algum cuidado ao passar nos troços rodoviários e respeitar as regras básicas do trânsito, mesmo assim a organização terá voluntários nesses pontos.

É importante ter em atenção outras pessoas/veículos que possam circular na montanha.

2.10. Penalizações / desclassificações:

Poderão ser aplicadas as seguintes penalizações:

	Penalização
- Não cumprir o percurso estipulado	2 horas
- Ausência de passagem em um ou mais pontos de controlo	Desclassificação
- Exceder o tempo limite nos pontos de controlo com barreira horária	Desclassificação
- Desobedecer às medidas de segurança indicadas por elementos da organização ou colaboradores (incluindo o plano de contingência).....	Desclassificação
- Conduta antidesportiva	Desclassificação
- Não passar no controlo zero das partidas	Desclassificação

2.11. Responsabilidades perante o atleta / participante:

A organização assume a disponibilização de todos os meios necessários para que o participante/atletas possa completar a sua prova desde que o mesmo respeite e aceite o presente regulamento.

2.12. Seguro desportivo:

A organização contratualiza os seguros obrigatórios, conforme o Decreto-Lei nº 10/2009 de 12 de janeiro, para este tipo de prova, estando o seu prémio incluído no valor da inscrição.

Em caso de acidente e o seguro preveja o pagamento de uma franquia, esta é da exclusiva responsabilidade dos atletas.



A organização não assumirá despesas de sinistros nem se responsabiliza pelo seguro, em que o atleta não tenha dado conhecimento do sinistro de forma atempada (24h).

2.13. Cancelamento / adiamento da prova:

Caso as condições climatéricas se verifiquem extremas (ex.: incêndio florestal) a partida pode ser atrasada no máximo de duas horas, período após o qual a prova é cancelada.

Poderá também suspender, reduzir ou parar a prova, nas condições climatéricas mencionadas, **não havendo em caso algum direito a reembolso.**

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição (local, página web, transferência bancária):



As inscrições irão estar abertas a partir de 18 de junho de 2021.

As inscrições serão efetuadas online na página <https://stopandgo.com.pt/events/trail-da-trofa-21>

Pagamentos em grupo podem ser efetuados para o Nib da Associação Team Lantemil e comprovativo para o E-mail: geral@teamlantemil.pt. Nib: **003300004549320166405** – Associação Team Lantemil.

Para dúvidas e esclarecimentos acerca do evento e questões relacionadas com o processo de inscrição poderá ser utilizado o E-mail: geral@teamlantemil.pt

As inscrições encerram dia 31 de agosto de 2021 ou quando for atingido o limite de participantes, estipulado pela organização e não poderão ser mudadas inscrições para provas esgotadas. Após esse dia não efetuamos qualquer troca de dados nos inscritos.

3.2. Valores e períodos de inscrição:

TAXAS DE INSCRIÇÃO:

- ERA TROFA Trail Longo Até 15/07 = 12,00€ -> Até 31/08 = 16,00€

- LITEL Trail Curto Até 15/07 = 10,00€ -> Até 31/08 = 13,00€

- FARMÁCIA TROFENSE Caminhada Até 15/07 = 8,00€ -> Até 31/08 = 11,00€

3.3. Condições devolução do valor de inscrição:

Período comunicação de ausência	% Valor reembolsável
Até 31 de julho 2021	75%
Até 15 de agosto 2021	50%

3.4. Material incluído com a inscrição:

KIT DE PARTICIPAÇÃO:

- (i) **Kit de participação ERA TROFA Trail Longo e LITEL Trail Curto:** um saco personalizado que incluirá o respetivo dorsal, uma t-shirt e uma bebida.
- (ii) **Kit de participação FARMÁCIA TROFENSE Caminhada e PONTO PLACA Trail Kids:** um saco personalizado que incluirá o respetivo dorsal e uma t-shirt e uma bebida.

**O kit poderá ainda incluir outras ofertas que a organização venha a conseguir. Não aceitamos trocas de tamanhos das t-shirts de oferta.*



3.5. Secretariado da prova / horários e locais:

O secretariado de prova funcionará no dia 11 de setembro, das 10h00 até às 19h00 na Alameda da Estação na Trofa e no dia 12 de setembro, das 06h30 até à hora do último autocarro da respetiva prova, também na Alameda da Estação na Trofa.

O **levantamento do dorsal** deverá ser feito pelo próprio mediante **apresentação de documento identificativo**.

3.6. Serviços disponibilizados (transporte, massagem, duche, etc):

Serão disponibilizados transporte em autocarros desde meta na Alameda da Estação na Trofa até aos locais de partida de cada prova. **Ver horários no ponto 2.2.**

Os atletas terão de informar no ato da inscrição se pretendem ou não o transporte.

Duche está condicionado à autorização pela DGS.

Mais informações a anunciar na página do evento <https://www.facebook.com/TraildaTrofa>

4. Categorias e Prémios:

4.1. Definição data, local e hora entrega prémios:

Os prémios de cada prova serão entregues nos horários estipulados no ponto 2.2.

Todas as provas terão uma medalha de Finisher e o TL 35km e TC 17km terão também um prémio de finisher.

4.2. Definição das categorias etárias / sexo individuais e equipas:

a) Prémios ERA TROFA Trail Longo 35km – Prova Circuito Nacional Trail ATRP:

- 1º lugar geral (masculino e feminino): troféu + inscrição em 2022.

- 2º lugar geral (masculino e feminino): troféu + inscrição em 2022.

- 3º lugar geral (masculino e feminino): troféu + inscrição em 2022.

(Total de 6 prémios)

- Troféu para os 3 primeiros (masculinos e femininos) dos seguintes escalões (Apenas Trail Longo 35km):

M Sub 23 – 18 a 22 anos F Sub 23 – 18 a 22 anos

M Seniores – 23 a 39 anos F Seniores – 23 a 39 anos

M40 – 40 a 44 anos F40 – 40 a 44 anos

M45 – 45 a 49 anos F45 – 45 a 49 anos

M50 – 50 a 54 anos F50 – 50 a 54 anos

M55 – 55 a 59 anos F55 – 55 a 59 anos

M60 – mais de 60 anos F60 – mais de 60 anos

(Total de 42 Prémios)

- Prémio por equipas para os 3 primeiros da prova. (O critério será a soma das posições dos 3 primeiros atletas da equipa) (Total de 3 Prémios)



b) Prémios LITEL Trail Curto:

- 1º lugar geral (masculino e feminino): troféu.
- 2º lugar geral (masculino e feminino): troféu.
- 3º lugar geral (masculino e feminino): troféu.

(Total de 6 prémios – 2 de 1º lugar + 2 de 2º lugar + 2 de 3º lugar)

- Troféu para os 3 primeiros seniores, veteranos V40 e V50 masculinos e femininos.
(Total de 18 Prémios)

- Prémio por equipas para os 3 primeiros de cada prova. (O critério será a soma das posições dos 3 primeiros atletas da equipa) (Total de 3 Prémios)

c) Prémio para a equipa mais numerosa:

(Nº de inscritos confirmados no ERA TROFA Trail Longo, LITEL Trail Curto e FARMACIA TROFENSE Caminhada).

Para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões, será considerado o ano de nascimento do atleta, ou seja, considera-se a idade que o atleta terá a 31 de outubro da corrente época competitiva. Ex: Um atleta que faz 40 anos em 31 de outubro, será classificado no escalão M40 durante todo o Campeonato, mas à data da prova pode ter 39 anos.

4.3. Prazos para reclamação de classificações:

Os participantes podem apresentar reclamações perante as classificações apresentadas pela organização no prazo de uma semana após a sua afixação. Findo este prazo as mesmas assumem-se como definitivas.

5. Informações:

5.1. Como chegar:

Alameda da Estação na Trofa

Gps: [41.339671, -8.554238](https://www.google.com/maps/place/41.339671,-8.554238)

Informação a fornecer no site/página oficial da prova <https://www.facebook.com/TraildaTrofa>

5.2. Onde ficar:

<https://drive.google.com/file/d/12VxUGi3KlhCFMez7ynDs952skaivzNi5/view?usp=sharing>

Hotel Santhyago

Rua das Indústrias, 1717, 4785-628 Santiago de Bougado, Trofa - Portugal

Tel.: +351 252 417 703 - Fax: +351 252 417 705

E-mail: geral@santhyago.com

<http://www.santhyago.com/>

ÁREA DE SERVIÇO DE AUTOCARAVANAS

https://drive.google.com/file/d/1JEqVWZBB2rjGxYUDb85_KFybw5q2RSkg/view?usp=sharing

Rua do Horizonte, 1062 (Quinta de São Romão)

41°16'41.1"N / 8°32'57.9"W

Tel: 229 829 818

geral@viladocoronado.pt

Mais informações:

<https://mun-trofa.pt/menu/438/ondedormir>

5.3. Locais a visitar:

- Oficinas de imaginária e pintura de arte sacra
- Jardim Escultura Alberto Carneiro
- Castro de Alvarelhos
- Igreja Paroquial de Santiago de Bougado | IIP
- Capela de N. Sr.^a das Dores
- Parque Das Azenhas
- Parques Nossa Senhora das Dores e Dr. Lima Carneiro
- Coleção de Arte Sacra
- Coleção de Carros Antigos
- Monte das Cruzes (Calvário)
- Oficina de brinquedos tradicionais em madeira Artesanal

<https://drive.google.com/file/d/1ogZaWlz917XYoxmdLWGW1KTrmC-EaMQv/view?usp=sharing>



5.4. Direitos de imagem:

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autorize aos organizadores da prova a gravação total ou parcial da sua participação na mesma, pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a imagem do atleta para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, internet, cartazes, meios de comunicação social, etc.) e a cessão de todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

Ao aceitar este regulamento o atleta aceita ceder os direitos de imagem e tem conhecimento que será objeto de tratamento de acordo com o Regulamento EU 2016/679 – RGPD – Regulamento Geral sobre Proteção de Dados.

A autorização ora concedida permite a utilização sua imagem em qualquer suporte físico ou meio de comunicação (exceto para fins pornográficos ou difamatórios) que pode incluir, entre outros, a internet, redes sociais, média e a publicidade, promoção e marketing da Organização do Trail da Trofa e dos respetivos serviços, diretamente ou através de terceiros.

O atleta declara concordar com o facto de não ter direitos sobre o uso das imagens e/ou filmagens obtidas no âmbito da presente declaração e que todos os direitos emergentes do seu uso pertencem à Organização do Trail da Trofa. Mais declara que a presente autorização é realizada a título gratuito e que nada tem a receber por toda e qualquer utilização que a Organização do Trail da Trofa faça das imagens e/ou filmagens e da sua imagem, seja a que título for.

Mais declara ter conhecimento de não ter quaisquer direitos adicionais, seja a que título for, sem qualquer limitação temporal ou geográfica e regida pela legislação portuguesa, e garante não estar ligado a nenhum contrato de exclusividade do uso da sua imagem, ou qualquer outro que obste à utilização pela Organização do Trail da Trofa das imagens e/ou filmagens.

Pela aceitação do presente regulamento, o atleta declara igualmente ter conhecimento que a sua imagem, enquanto dado pessoal, será objeto de tratamento pela Organização do Trail da Trofa de acordo com a lei e para os fins acima mencionados, autorizando esse mesmo tratamento.

Notas e alterações

A organização compromete-se a processar os seus dados pessoais em conformidade com o Regulamento EU 2016/679 – RGPD – Regulamento Geral sobre Proteção de Dados.

O preenchimento e envio da inscrição para as provas implicam que o atleta que se inscreve, tome conhecimento e aceite sem quaisquer reservas o presente Regulamento.

COVID-19

É obrigatório o preenchimento e entrega do termo de responsabilidade contra o levantamento do dorsal, conforme Orientação da DGS 36/2020 de 25 de Agosto (Anexo 1) <https://drive.google.com/file/d/12ByNXRt2Vug-GQOXwEob1OCS-HYI2Ra-/view?usp=sharing>

1. MÁSCARAS DE PROTEÇÃO FACIAL

A OMS recomenda que as máscaras sejam usadas pelo público em geral. “Onde há ampla transmissão e o distanciamento físico são difíceis, como no transporte público, nas lojas ou em outros ambientes confinados ou lotados.”

Em Portugal, o seu uso é obrigatório nos locais fechados e transportes públicos.

Deve por isso ser **OBRIGATÓRIO O USO DE MÁSCARA** nas zonas de meta, secretariado, abastecimentos e banhos.

No entanto, as máscaras faciais não invalidam a necessidade do distanciamento físico em todo o evento.

2. DISTANCIAMENTO FÍSICO

Segundo as normas da DGS, o distanciamento físico não deve ser inferior a 3 metros durante a prática desportiva. Nas restantes áreas deve reservar-se a distância padrão recomendada.

3. LAVAGEM DAS MÃOS

A DGS recomenda lavar as mãos com água e sabão e usar desinfetante. Deve lavar-se as mãos com água e sabão com frequência, e usar um desinfetante à base de álcool para a limpeza de rotina das mãos sempre que as mãos não estejam visivelmente sujas. Os dispensadores de solução alcoólica desinfetante devem estar colocados à entrada de zonas fechadas (secretariado, abastecimentos, etc.)

3. PLANO DE CONTINGÊNCIA

https://drive.google.com/file/d/1KbdhwxoRU8CHQj1Ktezvq_usWKxUx4dG/view?usp=sharing

Será reenviado por email a todos os participantes o plano de contingência que deverá ser cumprido, sob pena de desclassificação.

Casos omissos ao presente regulamento, notas e alterações serão da responsabilidade da organização, sendo as mesmas devidamente comunicadas no nosso site/página oficial <https://www.facebook.com/TraildaTrofa>

Trofa, 14 de julho de 2021

Associação Team Lantemil

