



## REGULAMENTO DE PROVA

### 1. Condições de participação

#### 1.1. Idade participação das diferentes provas

Nos Trilhos dos Reis de 2023 serão enquadradas as seguintes provas com os respetivos escalões etários:

Sigla	Prova	Distância	Participação permitida a partir de*	Classificação Escalões	Classificação Geral
U.T.R.	UTRAL TRILHOS DOS REIS	50 Km	20 anos	SIM	SIM
T.R.	TRILHOS DOS REIS	28 Km	20 anos	SIM	SIM
M.T.R.	MINI TRILHOS DOS REIS	18 Km	18 - 19 anos	SIM	SIM
J.T.R.	JUNIOR TRILHOS DOS REIS	12 Km	16 – 17 anos	N/A	N/A
Caminhada	CAMINHADA DOS REIS	12 Km	Sem restrições	N/A	N/A
KIDS	KIDS NIGHT RUN	-	5 aos 15 anos	SIM	NÃO

\* A idade a ter em conta será a que o participante terá em 30 de outubro de 2023

#### 1.2. Inscrição regularizada

O processo de inscrição será efetuado através da plataforma de inscrições do nosso parceiro STOP AND GO.

Na página oficial do evento [www.trilhosdosreis.pt](http://www.trilhosdosreis.pt) será disponibilizado link de acesso direto à inscrição.

Para todas as inscrições serão geradas referências automáticas de multibanco, não sendo necessário o envio do comprovativo de pagamento, tendo, no entanto, as mesmas um tempo limitado para pagamento, sob pena de serem inativadas.

A plataforma de inscrições para o U.T.R., T.R., M.T.R., Caminhada e Kids Nigh Run estará disponível a partir das 14 horas do dia 1 de novembro, estando a mesma disponível até que seja atingido o limite máximo de inscrições permitidas pela organização.

Cada prova terá numa primeira fase e de forma a evitar limitações na organização do evento em virtude da pandemia COVID-19, o seguinte limite de vagas disponíveis

Sigla	Distância	Prova	Vagas
U.T.R.	50 km	UTRAL TRILHOS DOS REIS	500
T.R.	28 km	TRILHOS DOS REIS	550
M.T.R.	18 km	MINI TRILHOS DOS REIS	550
J.T.R.	12 km	Júnior Trilhos Reis (16-17 A)	100
Caminhada	12 km	Caminhada dos Reis	250
Kids	-	Kids Night Run	150



Caso os eventos não atinjam o limite de inscritos disponível, o processo de inscrições termina no dia 31 de dezembro de 2021.

Todos os participantes que sejam menores (<18 anos) devem apresentar, no secretariado da prova, termo de responsabilidade que estará atempadamente disponível no nosso site.

A taxa de inscrição sofrerá alterações com o aproximar do evento.

### 1.3. Condições físicas

Para participar é indispensável:

- ✓ 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.
- ✓ Adquirir antes do evento, capacidades reais de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas.
- ✓ Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro, chuva ou até neve.
- ✓ Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc.
- ✓ Estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas.

### 1.4. Definição possibilidade ajuda externa

Os atletas poderão receber ajuda externa durante a prova desde que não causa interferência com outro atleta em prova e em zonas identificadas pela organização.

A ajuda externa entende-se por assistência ao mesmo, quer seja no fornecimento de alimentação, primeiros socorros ou similar e nunca poderá ser confundida com ajudar no transporte ou ação que ajude o participante a transpor o percurso com maior facilidade.

### 1.5. Colocação dorsal

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado á frente do atleta e de preferência a altura do peito, é proibido a sua colocação em mochilas. Não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.



## 1.6. 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 encontraram, por isso sugerimos que não deixem lixo nos trilhos fora das zonas de assistência (PA's).

## 2. Prova

### 2.1. Apresentação da prova(s) / Organização

Os Trilhos dos Reis serão realizados nos dias 14 e 15 de Janeiro de 2023 e é um evento organizado pela DAP – Associação de Desporto e Aventura de Portalegre, com o apoio do Município de Portalegre, Turismo do Alentejo, E.R.T., Uniões de Freguesias de Sé e São Lourenço, Ribeira de Nisa, Carreiras, Reguengo e São Julião.

Do evento farão parte quatro provas diferentes:

- ✓ Ultra Trilhos dos Reis – 50 km
- ✓ Trilhos dos Reis – 28 km
- ✓ Mini Trilhos dos Reis – 18 km
- ✓ Junior Trilhos dos Reis – 12 km
- ✓ Caminhada – 12 km
- ✓ Corrida noturna dos Príncipes (Kids Nigth Run)

#### 2.1.1. Percursos:

Os diferentes percursos postos à disposição transitam maioritariamente em terrenos agrícolas e montanha, com diferentes tipos de piso e características. A organização privilegia o trilho desafiante e divertido, pelo que os mesmos serão constantes durante o evento.

No entanto na **Corrida noturna dos Príncipes (Kids Night Run)** os participantes irão correr em circuito próprio no centro da cidade de Portalegre ao fim da tarde de Sábado 14 de Janeiro.

Os percursos, bem como a realização das provas, poderão ser alterados se a segurança dos atletas o justificar.



## 2.2. Programa / Horário

### 2.2.1 Provas Trail Running e Caminhada

#### **Sábado –14/01/2023**

- 11:00 – Abertura de secretariado - Mercado Municipal de Portalegre
- 21:00 – Encerramento do secretariado.

#### **Domingo – 15/01/2023**

- 07:00 – Abertura do secretariado - Mercado Municipal de Portalegre
- 08:35 – Concentração dos Atletas na Arena dos Reis
- 08:45 – Briefing U.T.R. 50 km
- 09:00 – Partida do U.T.R. 50 km
- 09:30 – Briefing T.R. 28 km
- 09:45 – Partida do T.R. 28 km
- 10:00 – Briefing M.T.R. e Caminhada
- 10:15 – Partida do M.T.R. 18km
- 10:30 – Partida J.T.R. e Caminhada
- 11:30 – Previsão de chegada de primeiro atleta de J.T.R.
- 11:50 – Previsão de chegada de primeiro atleta de M.T.R.
- 12:00 – Previsão de chegada de primeiro atleta de T.R.
- 12:30 – Início de serviço de almoços
- 12:40 – Previsão de chegada de primeiro atleta do U.T.R.
- 14:00 – Cerimónia protocolar de entrega de prémios – J.T.R. , M.T.R. e T.R.
- 15:00 – Cerimónia protocolar de entrega de prémios – U.T.R.
- 18:00 – 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 se justificar.*

### 2.2.2 Corridas Noturna dos Príncipes (Kids Night Run)

#### **Sábado - 14/01/2023**

- 11:00 – Abertura de secretariado.
- 17:00 – Abertura de pista para reconhecimento
- 17:30– Encerramento do secretariado.
- 17:45 – Briefing com os participantes
- 18:00 – Início de provas
- 19:30 – Entrega de Prémios, lembranças e lanche convívio final



**2.2.3 Domingo –15/01/2023**

**AUTOCARRO ACOMPANHANTES:**

- 09:00 – Concentração junto a Zona de Partida
- 12:30 – Regresso a zona de Partida  
Está prevista uma visita à Serra de São Mamede com paragem em 2 a 3 zonas espetáculo da prova.

**2.3. Distância (categorização por distância) / Altimetria (desníveis positivo, negativo e acumulado) / Categorização de dificuldade ATRP**

Prova	Distância (km)	D + (m)	Desnível Acumulado (m)	Altitude Máxima (m)	Altitude Mínima (m)	Classificação ATRP
U.T.R.	50	2.500	4.600	975	428	Ultra Trail Grau 2
T.R.	28	1.300	2.400	850	428	Trail Longo Grau 2
M.T.R.	18	850	1.700	650	428	Trail Curto Grau 2
J.T.R.	15	450	900	600	428	Trail Curto Grau 1

**2.4. Mapa / Perfil altimétrico / Descrição percurso – aproximado**

A informação do perfil altimétrico será disponibilizada 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 através de fitas de cor laranja com identificação da organização (DAP). 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.

**2.5. Tempo limite**

O tempo limite é de 08:30, ou seja, até às 17:30 horas de dia 15 de Janeiro.

Barreira horária:

Sigla	Prova	5º P.A.
U.T.R.	UTRAL TRILHOS DOS REIS	16:30



Todos os atletas que chegarem ao último posto de abastecimento da prova, posto que antecede o último troço até à meta após as 16:30, não poderão continuar em prova, e serão encaminhados para a zona de chegada em transporte próprio da organização.

Apesar de os últimos atletas trazerem consigo o “Vassoura” da prova, a **organização a partir das 16:30 irá retirar todas as marcações deste último troço**, para que nem mesmo os atletas que queiram prosseguir no evento por sua conta o possam fazer, uma vez que está em causa a sua segurança e a da organização que pretende que tudo corra bem para quem nos visita.

Caso o atleta não acate as indicações da organização, a organização reserva-se ao direito de impedir o mesmo de participação em edições futuras.

## 2.6. Metodologia de controle de tempos

O Controlo de tempos e classificações serão assegurados pela empresa STOPANDGO, sendo as mesmas afixadas no local da prova e no site do evento, bem como na plataforma da mesma durante o evento em *Live Timing* e após o mesmo. O controlo será efetuado através de chip, existindo diversos pontos de controlo durante o percurso.

Qualquer reclamação às classificações deve ser efetuada por escrito até 60 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 email: [trilhosdosreis@gmail.com](mailto:trilhosdosreis@gmail.com) / [daportalegre@gmail.com](mailto:daportalegre@gmail.com)

## 2.7. Postos de controlo

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

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.

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.

## 2.8. Locais dos abastecimentos (PA)

- 5 postos de abastecimento para o U.T.R.
- 2 postos de abastecimento para os T.R.
- 1 posto de abastecimento para o M.T.R., J.T.R. e Caminhada



Os abastecimentos terão uma distância aproximada entre eles de 7 a 8 kms.

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

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

## 2.9. Material obrigatório:

### U.T.R. 50 km / T.R. 28 km / M.T.R. 18 km:

- Manta Térmica
- Telemóvel – funcional
- Apito
- Reservatório para líquidos (capacidade 1L)
- Corta-Vento ou Impermeável

### J.T.R. 12 km:

- Manta Térmica
- Telemóvel – funcional
- Apito

## 2.10. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário

A prova irá 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 ao longo do percurso.

## 2.11. Penalizações / desclassificações

Poderão ser aplicadas as seguintes penalizações:

Incumprimento	Penalização
Não cumprir o percurso estipulado	2 horas
Ausência de item de material obrigatório- por item.	30 minutos
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	Desclassificação
Conduta antidesportiva	Desclassificação
Participação com dorsal de outro atleta	Desclassificação



## 2.12. Responsabilidades perante o atleta/participante

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

Será disponibilizado local para **dormida em solo duro** (Pavilhão Municipal de Portalegre) bem como **banhos quentes a partir de dia 14 de Janeiro** (Escola Secundária Mousinho da Silveira, Pavilhão Municipal de Portalegre), os participantes devem munir-se do necessário para a dormida confortável.

O local de secretariado estará à disposição dos participantes a partir das 11 horas de 14 de Janeiro.

O local de dormidas estará à disposição dos atletas a partir do dia 14 de Janeiro às 20:00.

## 2.13. Seguro desportivo

A organização contratualizará um seguro para o evento de responsabilidade civil e ainda um de acidentes pessoais para cada atleta.

Em breve disponibilizaremos as coberturas e apólice contratada, sendo que a mesma preverá no mínimo as coberturas exigidas por lei.

## 3. Inscrições

### 3.1. Processo inscrição (local, página web)

As inscrições irão estar abertas a partir de 01 de novembro de 2022 às 14 horas.

As inscrições serão efetuadas online através da plataforma de eventos do nosso parceiro STOP AND GO, existindo link direto de acesso à mesma, na página dos Trilhos dos Reis em [www.trilhosdosreis.pt](http://www.trilhosdosreis.pt)

### 3.2. Valores e períodos de inscrição

Provas	Até 31 Dezembro Pack C/Almoço	Até 31 Dezembro Pack S/Almoço
<b>U.T.R. – 50 Km</b>	40€	35 €
<b>T.R. – 28 KM</b>	30€	25 €
<b>M.T.R. – 18 KM</b>	20 €	15 €
<b>J.T.R./Caminhada – 12 KM</b>	15 €	10 €
<b>Kids Night Run</b>	-	7 €
<b>Almoço Acompanhante</b>	8 €	-



### 3.3. Condições devolução do valor de inscrição

Período comunicação de ausência	% Valor reembolsável
Até 15 de Dezembro 2022	60 %
Até 28 de Dezembro 2022	30 %

### 3.4. O que inclui a tua inscrição:

INCLUIDO NA INSCRIÇÃO	U.T.R.	T.R.	M.T.R.	J.T.R.	Kids	Caminhada	Acomp.
Participação na prova	X	X	X	X	X	X	
Seguro de acidentes pessoal	X	X	X	X	X	X	
Reforço sólido e líquido PA's	X	X	X	X	X	X	
Banhos de água quente no final da prova	X	X	X	X	X	X	
Camisola técnica alusiva ao evento	X	X	X	X	X	X	
Prémio Conclusão Evento (finisher)	X	X	X	X	X	X	
Prémios Classificação Geral	X	X	X				
Prémios Classificação Escalões	X	X	X	X	X		
Prémios Classificação Coletiva	X	X	X				
Almoço/Festa final à chegada (opcional)	X	X	X	X	X	X	X
Serviço de massagens	X	X	X				
Transporte autocarro Reis					x		x

### 3.5. Secretariado da prova/ horários e locais

O secretariado de prova funcionará no dia 14 e 15 de Janeiro conforme descrito no ponto 2.2.

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

## 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.



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

### Escalões Provas:

Ultra Trilhos dos Reis (50 km)| Trilhos dos Reis (28 km)| Mini Trilhos Reis (18 km)

Masculinos	Femininos
<b>M Juvenil</b> – 16 a 17 anos (até 15 km)	<b>F Juvenil</b> – 16 a 17 anos (até 15 km)
<b>M Júnior</b> – 18 a 19 anos (até 25 km)	<b>F Júnior</b> – 18 a 19 anos (até 25 km)
<b>M Sub 23</b> – 20 a 22 anos	<b>F Sub 23</b> – 20 a 22 anos
<b>M Seniores</b> – 23 a 39 anos	<b>F Seniores</b> – 23 a 39 anos
<b>M40</b> – 40 a 44 anos	<b>F40</b> – 40 a 44 anos
<b>M45</b> – 45 a 49 anos	<b>F45</b> – 45 a 49 anos
<b>M50</b> – 50 a 54 anos	<b>F50</b> – 50 a 54 anos
<b>M55</b> – 55 a 59 anos	<b>F55</b> – 55 a 59 anos
<b>M60</b> – mais de 60 anos	<b>F60</b> – mais de 60 anos

**Nota:** Para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerado a idade que o atleta terá a 31 de Outubro de 2023.

- Exemplo: Um atleta que faz 40 anos entre 1 de Janeiro e 31 de Outubro será classificado no escalão M40 durante todo o Campeonato.
- Exemplo: Um atleta que faz 18 anos entre 1 de Janeiro e 31 de Outubro será classificado no escalão Júnior durante todo o Campeonato.

**Corrida dos Príncipes (Kids Night Run):** A informação relativa à Corrida dos Príncipes está disponível em regulamento próprio.

Todos os atletas terão de participar obrigatoriamente na sua categoria.

### Classificação por equipas

A classificação coletiva determina-se em dois passos: primeiro, e com base na classificação geral absoluta (masculinos e femininos), somam-se os lugares dos 3 primeiros classificados de cada equipa. Em caso de empate declara-se vencedora a equipa que em primeiro lugar feche a classificação coletiva. Seguidamente ordenam-se as equipas por ordem crescente de pontos obtidos na operação anterior, após o que se aplica a tabela de pontuação acima descrita para as equipas.



Exemplo:

- Equipa A:  $5^{\circ} + 6^{\circ} + 7^{\circ} = 18 \Rightarrow 1^{\circ}$  lugar (15 pontos)
- Equipa B:  $3^{\circ} + 4^{\circ} + 12^{\circ} = 19 \Rightarrow 2^{\circ}$  lugar (13 pontos)
- Equipa C:  $1^{\circ} + 2^{\circ} + 17^{\circ} = 20 \Rightarrow 3^{\circ}$  lugar (11 pontos)

### 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

Informação a fornecer no site oficial do TRILHOS DOS REIS.

### 5.2. Onde ficar

Informação a fornecer no site oficial do TRILHOS DOS REIS.

### 5.3. Locais a visitar

Informação a fornecer no site oficial do TRILHOS DOS REIS.

### Notas e alterações

Casos omissos ao presente regulamento, notas e alterações serão da responsabilidade da organização, sendo as mesmas devidamente comunicadas no nosso site oficial.