

# **NORMAS DE PARTICIPAÇÃO NOS TRILHOS DE MOGADOURO**

## **1. ORGANIZAÇÃO**

O Município de Mogadouro organiza, a 18 de março de 2018, em colaboração com a Federação Portuguesa de Montanhismo e Escalada (FPME), a União de Freguesias de Mogadouro, Valverde, Vale de Porco e Vilar de Rei, a Associação de Atletismo de Bragança e t'inc – Tempo Incontornável Lda., um trail com características de montanha e uma caminhada em natureza denominado 16º TRILHOS DE MOGADOURO – AMENDOEIRAS EM FLOR, prova integrada no CIRCUITO NACIONAL DE MONTANHA 2018, iniciativa que se rege por regulamento próprio.

Em simultâneo realizam-se as CORRIDAS JOVENS - MOGADOURO 2018, para escalões jovens (10 aos 17 anos), a realizar nos arruamentos do centro de Mogadouro, coincidentes com a meta da prova principal e caminhada.

O 16º TRILHOS DE MOGADOURO – AMENDOEIRAS EM FLOR rege-se pelo Regulamento Geral de Corridas em Montanha da Federação Portuguesa de Montanhismo e Escalada ([www.fpme.org](http://www.fpme.org)) e pelas presentes normas específicas em todos os aspetos não previstos no atrás referido Regulamento Geral de Corridas em Montanha.

## **2. PARTICIPAÇÃO**

Atividade aberta à participação de todos, federados ou não federados, em representação individual ou coletiva (Escolas, Clubes, Associações Desportivas, etc.) sem distinção de sexo ou nacionalidade, depois de devidamente inscritos.

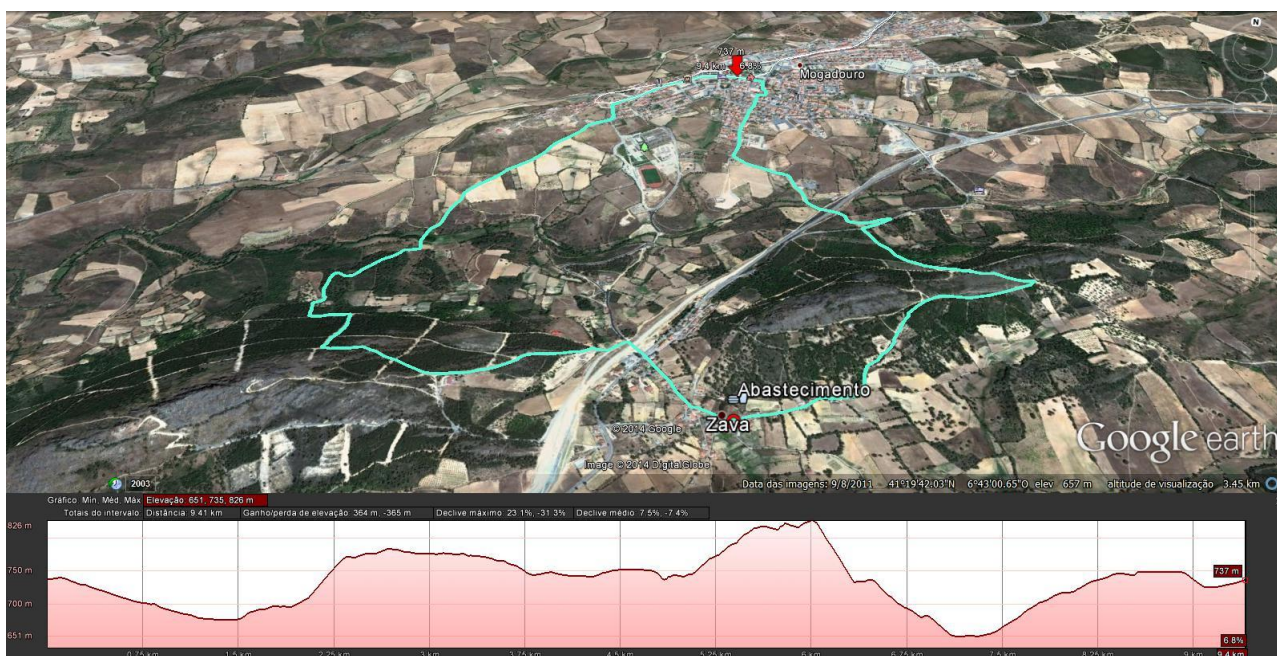
## **3. PERCURSO**

Percurso em circuito com partida e chegada no centro de Mogadouro, sinalizado com fita plástica nos troços de terra e marcas de tinta nas partes de asfalto a seguir descrito:

**ATLETAS** – Partida, às 10h30m, na Avenida Regimento dos Comandos, em Mogadouro e meta no mesmo local (frente aos Bombeiros Voluntários de Mogadouro). Percurso com 20,8 km e 768 metros D+ (desnível acumulado positivo). Alternam as subidas e descidas de inclinação suave a muito acentuada, utilizando caminhos rurais, trilhos pedestres e corta-fogos passando, entre outros pontos de interesse concelhio, pelas serras de Mogadouro, Vilar de Rei, Zava e Figueira e povoações de Zava e Figueira. 5 postos de abastecimento, unicamente com água, mais posto de abastecimento final, com líquidos e sólidos.



**CAMINHEIROS** – Participantes em passeio pedestre não competitivo, com partida às 10h30m no mesmo local dos atletas e meta de igual modo em Mogadouro, percorrendo de seguida um percurso pedestre, na distância aproximada de 9,4 km, em percurso alternativo ao competitivo, em suave relevo utilizando os caminhos rurais com passagem no sopé das serras de Zava e Figueira. 1 posto de abastecimento a meio do percurso com líquidos e sólidos.



**CORRIDAS JOVENS - MOGADOURO 2018** - Conjunto de provas de estrada em percurso plano, a disputar no Parque da Vila, em Mogadouro (coincidente com o ponto de partida e chegada do percurso competitivo e dos caminheiros), em distâncias adaptadas aos participantes jovens (10 a 17 anos), com início às 11 horas.

#### **4. SECRETARIADO**

Para os atletas e caminheiros, participantes no 16º TRILHOS DE MOGADOURO – AMENDOEIRAS EM FLOR, e atletas participantes nas CORRIDAS JOVENS - MOGADOURO 2018 o secretariado funcionará, a partir das 9h15m do dia da prova, na Casa das Artes e Ofícios (Parque da Vila de Mogadouro), frente à qual será dada partida da Caminhada e da corrida em montanha.

Os dorsais dos atletas são considerados pertença da organização até à sua entrega ao próprio participante mediante apresentação de documento comprovativo da identidade.

#### **5. CONTROLO DE PARTIDA**

A anteceder a partida, será feito um controlo de dorsais e equipamento dos concorrentes, devendo os mesmos apresentar-se com equipamento apropriado para uma competição destas características, segundo o prescrito no Regulamento de Corridas em Montanha da FPME, bem como afixarem no peito, com recurso a 4 alfinetes do próprio concorrente, o nº identificativo, sem dobrar, rasgar ou ocultar qualquer dado ou patrocinador que nele conste, sendo impedida a participação a todo o concorrente que não cumpra com presente ponto do regulamento.

#### **6. ESCALÕES**

##### **16º TRILHOS DE MOGADOURO – AMENDOEIRAS EM FLOR**

##### **Masculinos:**

**Elite M** (18 a 39 anos)

**M40** (40 a 44 anos)

**M45** (45 a 49 anos)

**M50** (50 a 54 anos)

**M55** (55 a 59 anos)

**M60** (+ de 60 anos)

##### **Femininos:**

**Elite F** (18 a 39 anos)

**F40** (40 a 44 anos)

**F45** (45 a 49 anos)

**F50** (50 a 54 anos)

**F55** (55 a 59 anos)

**F60** (+ de 60 anos)



Caminheiros

Participantes, sem distinção de sexo ou idade, num passeio pedestre sem intuídos competitivos a realizar em percurso alternativo ao dos atletas.

Corridas Jovens - Mogadouro 2018

**Benjamins M / F** (2007 / 2008)

**Infantis M / F** (2005 / 2006)

**Iniciados M / F** (2003 / 2004)

**Juvenis M / F** (2001 / 2002)

**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.

**7. INSCRIÇÕES**

Os pedidos de inscrição deverão ser feitos, de acordo com os prazos e valores abaixo indicados, através de formulário de inscrições disponível no site <http://www.dareyouspot.com>

**\*\*\* VALORES DA TAXA DE INSCRIÇÃO \*\*\***

	Até 28 de fevereiro	1 a 14 de março
Participantes nas <b>CORRIDAS JOVENS MOGADOURO 2018</b>	<b>Grátis</b>	<b>Grátis</b>
Caminheiros até aos 17 anos	<b>€2,50</b>	<b>€3,50</b>
Atletas ou caminheiros, com mais de 18 anos, <b>filiados na FPME</b>	<b>€6,00</b>	<b>€8,50</b>
Atletas e caminheiros, com mais de 18 anos, <b>não filiados na FPME</b>	<b>€7,50</b>	<b>€10,00</b>
Almoço para participantes nas <b>CORRIDAS JOVENS MOGADOURO 2018</b>	<b>€2,50</b>	<b>€2,50</b>
Inscrição no almoço para acompanhantes (grátis até 5 anos)	<b>€8,00</b>	<b>€8,00</b>

**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:** A inscrição é totalmente automatizada, disponível no sítio <http://www.dareyouspot.com>

**NOTA 3:** Questões relacionadas com inscrições, contactar: [pedro.rodriques@emotion-defender.pt](mailto:pedro.rodriques@emotion-defender.pt)

**NOTA 4:** Feita a inscrição, os atletas recebem um email com uma referência multibanco. O pagamento terá de ser regularizado no prazo máximo de 3 dias. Após este prazo, a inscrição será invalidada.

**8. INSCRIÇÕES DE ÚLTIMA HORA**

São permitidas alterações de dorsais, unicamente para atletas detentores de seguro desportivo, na substituição de um atleta do mesmo clube, até 30 minutos antes da hora de partida, com o encargo adicional para as coletividades / atletas no valor de €5,00, contanto os mesmos para a classificação geral, escalões e equipas.

As restantes alterações, no valor de €10,00 / atleta, serão feitas caso existam dorsais não reclamados no secretariado até 30 minutos antes da hora de partida.

## **9. SEGURANÇA**

A Organização, em colaboração com as autoridades, procurará impedir o tráfego automóvel no decurso da prova, não se responsabilizando, no entanto, por qualquer acidente sofrido pelos atletas. Declina igualmente qualquer dano que a participação no 16º TRILHOS DE MOGADOURO – AMENDOEIRAS EM FLOR possa causar, quer aos concorrentes a si mesmo, quer a outros participantes, incluindo elementos estranhos à competição.

## **10. 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 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.

## **11. COMPORTAMENTO DESPORTIVO**

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

## **12. SANÇÕES**

Qualquer atitude que origine um falsear da verdade desportiva por parte de algum atleta será punida com a desclassificação. Ao(s) atleta(s) em causa será vedada a participação em futuras edições da prova.

## **13. PRÉMIOS**

### *16º TRILHOS DE MOGADOURO – AMENDOEIRAS EM FLOR*

- Brinde e frasco de mel para todos os atletas e caminheiros;
- Troféu aos 3 primeiros de cada categoria competitiva e 10 primeiras equipas;
- Medalhões do 4º ao 10º classificado de cada categoria competitiva;
- Prémios monetários, aos melhores classificados da geral, masculina e feminina, escalões e equipas, segundo a seguinte grelha em euros:

	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º
Geral Masc. -	300	250	200	150	100	90	80	70	60	50
Geral Fem. -	300	250	200	150	100	90	80	70	60	50
Escalões -	50	40	30	20	10 (por escalão, acumulável com a geral)					
Equipas -	300	240	180	150	120	90	75	60	45	30
Equipas com 5 ou mais atletas a terminar a prova –	25 (por equipa)									

## *CORRIDAS JOVENS - MOGADOURO 2018*

- Brinde para todos os participantes;
- Medalhões aos 3 primeiros classificados de cada escalão / sexo;
- Troféu às 3 primeiras equipas mais pontuadas no conjunto de todos os escalões (10 pontos ao vencedor de cada prova, 9 pontos ao 2º, 8 pontos ao 3º até 1 ponto ao 10º e seguintes).

**13.1.** - A cerimónia de entrega de prémios das CORRIDAS JOVENS - MOGADOURO 2018 terá lugar no dia da prova, em local a designar oportunamente;

**13.2.** - A cerimónia de entrega de prémios do 16º TRILHOS DE MOGADOURO – AMENDOEIRAS EM FLOR terá lugar no dia da prova, em local a designar oportunamente;

**13.3.** - É obrigatória a presença do atleta premiado na cerimónia de entrega de prémios. A ausência do atleta premiado à cerimónia de entrega de prémios entende-se como renúncia ao prémio, revertendo o mesmo para a Organização;

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

## **14. PRÉMIOS MONETÁRIOS**

Os atletas ou clubes contemplados com prémios monetários deverão indicar à organização o IBAN e NIF correspondente a cada premiado (atleta ou clube), indispensáveis para a entrega do referido prémio através de depósito bancário.

## **15. CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA**

A classificação por equipas será obtida pela soma dos tempos dos 5 primeiros classificados de cada equipa, independentemente do escalão.

## **16. ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO**

Todos os participantes, pelo facto de efetuarem a sua inscrição no 16º TRILHOS DE MOGADOURO – AMENDOEIRAS EM FLOR, aceitam as presentes normas.

## **17. CASOS OMISSOS**

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

## **18. INFORMAÇÕES**

### **COMO CHEGAR**

A partida da competição e da caminhada do 16º TRILHOS DE MOGADOURO – AMEN-DOEIRAS EM FLOR e das CORRIDAS JOVENS - MOGADOURO 2018 terá lugar no centro de Mogadouro

1 - Do Porto (229 km \* +/- 2h30m) - Seguir A4 até à portagem de Amarante e IP4 até ao Alto do Pópulo, onde deverá desviar à direita para IC5 em direção a Alijó, seguindo nesta estrada que o levará a passar, sucessivamente, por Alijó, Carrazeda de Ansiães, Vila Flor e Alfândega da Fé.

2 – De Lisboa (478 km \* +/- 4h30m) – A1 até à saída para A23 (saída 7 – Torres Novas), seguindo então pela A23 em Torres Novas, Abrantes, Castelo Branco, Covilhã e Guarda, até alcançar a A25 onde deverá seguir as indicações para Aveiro, Viseu. Cerca de 15 km depois de entrar na A25 desvia à direita para IP2, sentido Bragança e Trancoso, seguindo sempre nesta via que o levará a cruzar o rio Douro na barragem do Pocinho e o rio Sabor nas proximidades da nova barragem do Sabor, até entroncar no IC5 que deverá seguir, à direita, em direção a Alfândega da Fé e Mogadouro. Uma vez no IC5 deverá seguir as indicações para quem vem do Porto.

3 – Do Interior Centro ou Sul (Guarda, Castelo Branco, Portalegre) – Seguir A23 para norte até à Guarda e depois segue as indicações para quem vem de Lisboa.

Para planear outras rotas para a sua viagem e visita ao nordeste transmontano, por ocasião do 16º TRILHOS DE MOGADOURO – AMEN-DOEIRAS EM FLOR, recomendamos a consulta ao site [www.google.pt/maps](http://www.google.pt/maps), de onde retirámos os dados que constam acima.

### **ALMOÇO PARA TODOS OS INSCRITOS**

A encerrar a atividade será servido almoço para todos os inscritos, a ter início às 13h30m, em Mogadouro (local a anunciar).

### **OFERTA DE DORMIDA EM PAVILHÃO**

A Organização disponibiliza o Pavilhão Gimnodesportivo da União de Freguesias de Mogadouro, Valverde, Vale de Porco e Vilar de Rei para todos aqueles que desejem pernoitar nesse local, na véspera da atividade (trazer colchão e saco-cama), sem qualquer encargo adicional.

### **PARTIDAS**

Às 10h30m, simultânea para atletas e caminheiros participantes no 16º TRILHOS DE MOGADOURO – AMEN-DOEIRAS EM FLOR, no centro de Mogadouro (Avenida Regimento dos Comandos, frente aos Bombeiros Voluntários de Mogadouro) e às 11 horas, no mesmo local, para os jovens (10 aos 17 anos), participantes nas CORRIDAS JOVENS - MOGADOURO 2018.

## **DUCHES**

Banho para todos os participantes nos balneários do Pavilhão Gimnodesportivo da União de Freguesias de Mogadouro, Valverde, Vale de Porco e Vilar de Rei. (a 200 metros da meta).

## **DADOS DA COMPETIÇÃO**

Distância – 20,8 km

Desnível acumulado positivo – 768 metros

Altitude máxima – 904 metros

Altitude mínima – 651 metros

Altitude da partida / chegada (Avenida Regimento dos Comandos - Mogadouro) – 737 metros

Postos de abastecimento – 5 postos, unicamente com água, mais posto de abastecimento final, com sólidos e líquidos.

## **ONDE DORMIR e ONDE COMER**

Para aqueles que desejem conhecer melhor a beleza do concelho de Mogadouro e nordeste transmontano e aqui desejem pernoitar mais do que uma noite, aproveitando da melhor forma esta atividade, e para lá da oferta de alojamento que a organização do 16º TRILHOS DE MOGADOURO – AMENDOEIRAS EM FLOR oferece, a região tem ao vosso dispor um parque hoteleiro que o receberá com eficiência.

Alojamento Local e Restaurante “A Lareira” (++ 351) 279 342 363	Hotel Trindade Coelho (++ 351) 279 340 010
Restaurante Kalifa (++ 351) 279 342 115	Alojamento Local “São Pedro” (++ 351) 279 343 402
Restaurante Dias (++ 351) 279 341 560	Alojamento Local “Belo Horizonte” (++ 351) 279 342 717
Restaurante Estoril (++ 351) 279 342 793	Alojamento Local “Terrasol”, Tó (++ 351) 936 947 962
Restaurante Primavera (++ 351) 279 341 285	Alojamento Local “Estrela do Norte” (++ 351) 279 342 726
Restaurante Campos (++ 351) 279 348 038	Restaurante Rolima (++ 351) 279 342 732
Restaurante Cantinho (++ 351) 938 317 214	Turismo Rural “Casa da Cancela”, Paradela (++ 351) 967 093 981
Restaurante e “Pensão Russo” (++ 351) 279 342 134	Alojamento Local “Solar dos Marcos Bemposta” (++ 351) 279 578 084
Restaurante Tasquinha (++ 351) 279 342 654	Turismo Rural “Casa do Souto” (++ 351) 934 153 402
Alojamento Local “Duas Águas Arribes Bemposta” 0034 618 321 85	Turismo Rural “Casa de Xisto”, Salgueiro, Paradela (++ 351) 931 168 585
Alojamento Local “Casa das Arribas, Bemposta” (++ 351) 969 031 894	Turismo Rural “Casa das Quintas”, Quintas da Quebradas, Castelo Branco (++351) 279 599 435



O 16º TRILHOS DE MOGADOURO – AMENDOEIRAS EM FLOR DESENROLA-SE NO CENÁRIO DE EXCEPCIONAL BELEZA NATURAL DO PARQUE NATURAL DO DOURO INTERNACIONAL, PELO QUE SERÁ OBRIGAÇÃO DE TODOS PRESERVAR O MEIO AMBIENTE, EVITANDO ABANDONAR DESPERDÍCIOS FORA DAS ÁREAS DE CONTROLO. DO NOSSO COMPORTAMENTO (ORGANIZAÇÃO E PARTICIPANTES) DEPENDERÁ O FUTURO DA PROVA.

## **LINKS RELACIONADOS**

### **CÂMARA MUNICIPAL DE MOGADOURO**

[www.mogadouro.pt](http://www.mogadouro.pt)

### **FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE MONTANHISMO E ESCALADA**

[www.fpme.org](http://www.fpme.org)

### **ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGANÇA**

[www.aabr.pt](http://www.aabr.pt)

### **TURISMO DO PORTO E NORTE DE PORTUGAL**

[www.portoenorte.pt](http://www.portoenorte.pt)

### **TURISMO TRÁS-OS-MONTES E ALTO DOURO**

[www.turismo.trasosmontes.com](http://www.turismo.trasosmontes.com)

### **PARQUE NATURAL DO DOURO INTERNACIONAL**

<http://portal.icnb.pt>