



ZELA
ULTRA MARATHON



REGULAMENTO

V. 1.2

VOUZELA, 14 DEZEMBRO 2018

1. Evento

O Zela Ultra Marathon é um evento competitivo de corridas de montanha organizado pela Spotcriativo Eventos em conjunto com a equipa Viseu Running Team e com o apoio institucional e logístico do Município de Vouzela, a realizar no dia 6 de Abril de 2019.

2. Informações

Todas as informações relativas a este evento poderão ser encontradas no site com o endereço www.zelaultramarathon.pt e na página do facebook [fb.com/zelaultramarathon](https://www.facebook.com/zelaultramarathon)

3. Competição

As seguintes provas são pontuáveis para os seguintes circuitos da Skyrunning Portugal tutelada pela Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal, estando abertas a não federados. Os Federados devem consultar o regulamento das competições da FCMP.

4. Provas

Ultra Skyrunning - 63 km - 4000 D+ - Skyrunning Portugal Series / Campeonato nacional Sky Ultra
Skyrunning - 42 km - 2800 D+ - Taça de Portugal Sky / Troféu de clubes
SkyRace - 21 km - 1500 D+ - Taça da Juventude
Mini Zela - 10 km - 700 D+ - Taça da Juventude

5. Nº de Vagas

Ultra Skyrunning - 100 vagas / Skyrunning - 200 vagas / SkyRace - 200 vagas / Mini Zela - 150
Zela Walk - 100 vagas

6. Idade Mínima

Ultra Skyrunning - 18 anos / Skyrunning - 18 anos / SkyRace - 18 anos / Mini Zela e Zela Walk - 12 anos - os menores de idade precisam de enviar o termo de responsabilidade assinado pelo encarregado de educação.

7. Descrição das provas

Todos os percursos terão partida e chegada em Vouzela, junto à antiga ponte ferroviária - <https://goo.gl/maps/1KuyqRHg6Vn>

São percursos que irão percorrer a Serra do Caramulo, com alguns pontos atractivos, como a Penoita, Gamardo ou Paço de Vilharigues e o próprio rio Zela que dá nome ao evento.

Todas as altimetrias e tracks serão disponibilizados aos atletas antes do dia do evento.

Todas as provas podem sofrer alterações de distâncias devido a condições climatéricas.

8. 3. Requisitos e Obrigações

Para participar no Zela Ultra Marathon , os atletas deverão reunir os seguintes requisitos:

- Ter no mínimo 18 anos para o Zela Ultra Skyrunning e Zela Skyrunning e 16 anos para o Zela Skyrace necessitando todos os menores de 18 anos de enviar à organização um termo de responsabilidade do seu encarregado de educação.
- Conhecer e aceitar as condições do presente regulamento;
- Efetuar corretamente a inscrição;
- Os atletas inscritos no evento Zela Ultra Marathon aceitam participar voluntariamente e sob sua própria responsabilidade na competição.

Por conseguinte, concordam em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes, qualquer tipo de responsabilidade além das responsabilidades cobertas pelo seguro do evento

- Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito nas vilas e estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento;
- Os atletas devem estar conscientes da distância e das particularidades das provas e estarem suficientemente aptos para isso;
- Os atletas devem ter em adquirido, antes da prova, uma real capacidade de auto-suficiência em montanha, que permita a gestão dos problemas induzidos por este tipo de competições, nomeadamente em condições de alterações climáticas (noite, vento, frio, nevoeiro, chuva ou neve);
- Os atletas terão de saber enfrentar problemas físicos e mentais resultantes da fadiga extrema, problemas digestivos, articulares e dores musculares, etc;
- A organização disponibilizará no dia do evento apoio médico e de fisioterapeutas, para socorrer eventuais situações extremas, tendo o atleta de ter a consciência que deverá saber enfrentar e adaptar-se as situações resultantes deste tipo de eventos;
- Estas provas são de participação individual, sendo permitido fazer-se acompanhar de animais, tendo de enviar um termo de responsabilidade assinado assumindo qualquer responsabilidade da participação do animal na prova, bem de como qualquer prejuízo que venham a provocar.

9. Informações

Todo e qualquer pedido de informação e esclarecimento deve ser dirigido ao seguinte email : zelaultramarathon@gmail.com

10. Inscrições

As inscrições devem ser efectuadas através do link disponibilizado em : www.zelaultramarathon.pt

11. Valor Inscrições

15. Valor Inscrições

Ultra Skyrunning- 1ª fase até 6 Janeiro - 35 € / 2ª fase de 7 Janeiro a 3 Março - 45 € / 3ª fase de 4 Março a 31 Março - 55 €

Skyrunning - 1ª fase até 6 Janeiro - 30 € / 2ª fase de 7 Janeiro a 3 Março - 35 € / 3ª fase de 4 Março a 31 Março - 42 €

SkyRace - 1ª fase até 6 Janeiro - 15 € / 2ª fase de 7 Janeiro a 3 Março - 20 € / 3ª fase de 4 Março a 31 Março - 25 €

Mini Zela - 1ª fase até 6 Janeiro - 10 € / 2ª fase de 7 Janeiro a 3 Março - 12 € / 3ª fase de 4 Março a 31 Março - 15 €

Zela Walk - 1ª fase até 6 Janeiro - 6 € / 2ª fase de 7 Janeiro a 3 Março - 7€ / 3ª fase de 4 Março a 31 Março - 8 €

12. Incluído na inscrição

- Apóio médico e enfermagem durante a prova
- Item de oferta alusivo à prova (tshirt, etc)
- Medalha Finisher em todas as provas excepto Zela Walk
- Duche
- Solo Duro
- Reforços sólidos e líquidos durante os percursos

- Juizes da Federação (FCMP)
- Transporte para a chegada, em caso de abandono ou obrigado a abandonar pela organização.
- Seguro de acidentes pessoais
- Fotografos e outros média que a organização venha a incluir no evento
- Ofertas que a organização venha a adquirir

13. Desistência ou alterações

A organização não procede ao reembolso das inscrições excepto no motivo de Doença ou lesão grave, sendo obrigatório a apresentação do atestado médico. O valor a reembolsar será de 50 % da inscrição, tendo que ser solicitado até dia 9 de Março de 2019.

Qualquer alteração de dorsal ou inscrição terá uma taxa de 5€.

14. Apresentação de reclamação

Caso algum clube, equipa ou atleta individual queira apresentar alguma reclamação/recurso terá de a efetuar por escrito juntamente com um pagamento de 100€, e apresentar no máximo até 5 dias seguidos após a data do evento.

Caso a reclamação seja favorável ao queixoso o valor será devolvido na íntegra. A análise da reclamação deverá ser analisada pelos juizes no máximo até 15 dias úteis.

Todas as reclamações deverão ser enviadas por email juntamente com o comprovativo de transferência.

15. Material Obrigatório

Todo o material assinalado como obrigatório deve ser apresentado na zona de partida se o for exigido pela organização, e deve ser transportado pelo atleta durante todo o percurso, reservando-se a organização do direito de o solicitar durante o percurso.

Todos os percursos competitivos :

- Recipiente próprio para líquidos (mínimo um copo de 15 cl de capacidade)
- Mochila ou equipamento similar
- Manta térmica
- Telemóvel com bateria suficiente
- corta vento ou Impermeável (dependendo das condições climatéricas)
- Apito
- Recipiente de água com o mínimo de 1 l de capacidade (excepto Mini Zela 10 km)

obrigatório ainda na Skyrunning (42) e Zela Ultra Skyrunning(63) - Luz Frontal

Aconselhado :

Luvas

Bastões

Protector Solar

Óculos de Sol

Kit primeiros socorros

16. SEMI-AUTONOMIA

Semi-autonomia é definida como a capacidade de ser autónomo entre dois postos de abastecimento, não somente na comida, mas também no vestuário e segurança, sendo capaz de se adaptar particularmente a situações adversas (mau tempo, problemas físicos, etc.). Os participantes devem possuir capacidade de semi-autonomia.

Só será permitida assistência externa 20 metros antes e depois dos abastecimentos, qualquer outra assistência externa implica a desclassificação do atleta.

17. DORSAL

O atleta deve Zelar pela integridade do seu dorsal e pelo seu correto manuseamento e fixação. Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de alfinetes para colocação do dorsal. Durante a prova o atleta deve colocar o dorsal bem visível.

18. CLASSIFICAÇÕES/ESCALÕES

*será considerado o ano de nascimento para atribuição escalão

Serão premiados os 3 primeiros classificados da geral masculina e feminina dos 4 percursos

Os escalões para as provas competitivas:

Ultra e Skyrunning(63,42 km) :

- Seniores Masculinos e femininos: 18 a 39 anos,
- Veteranos VM40/VF40: de 40 a 49 anos,
- Veteranos VM50/VF50: 50 aos 59 Anos
- Veteranos VM60/VF60: 60 Anos ou mais

Skyrace (21 Km): Sub23(18 aos 23 Anos) | Séniores (dos 24 aos 39 Anos) | VM40/VF40 |VM50/VF50

Mini Zela (10 km) : Séniores | Sub23 | Juniores | Juvenis | Iniciados

Classificações por equipas

Será atribuído um prémio à melhor equipa em cada um dos 4 percursos competitivos, sendo considerado a classificação dos três melhores classificados de cada equipa, sem diferenciação de género.

19. ABASTECIMENTOS E POSTOS DE CONTROLO

Os postos de controlo são pontos obrigatórios de passagem e estão localizados em locais delineados pela organização, sendo estes da responsabilidade da Stop and Go.

Durante a prova poderão existir “controles-surpresa” de forma a assegurar o cumprimento integral do percurso. Somente os atletas com o dorsal visível terão acesso aos postos de controlo e abastecimentos. Os abastecimentos serão constituídos por sólidos e líquidos para serem consumidos no local. Somente água é destinada a encher depósitos ou outros recipientes. Cada atleta, ao deixar cada posto de abastecimento, é responsável por ter a quantidade de bebida e comida necessária para alcançar o próximo abastecimento.

20. BALIZAGEM

A organização balizará o percurso com fitas sinalizadoras, placas e marcas no pavimento ou outros suportes apropriados.

É imperativo seguir os caminhos balizados sem tomar atalhos. Caso deixem de ver sinalização durante aproximadamente 200 metros, os atletas deverão voltar para trás, até encontrarem novamente as respetivas fitas. O bom senso deverá imperar.

21. Barreiras Horárias

A divulgar posteriormente na página do evento

22. Prémios

Será atribuído prémio aos escalões descritos no ponto 18.

Os prémios serão entregues no dia do evento, não podendo ser reclamados posteriormente.

23. PENALIZAÇÕES E DESCLASSIFICAÇÕES

O Conselho de Arbitragem da FCMP nomeará as pessoas para controlar as competições integradas nos circuitos da FCMP, conforme regulamentos próprios da federação, aplicando as devidas sanções e desclassificações.

Os juizes da FCMP são soberanos e podem desclassificar o atleta por incumprimento do regulamento, nomeadamente no que se refere ao material obrigatório e comportamento em prova.

Cada item do material obrigatório em falta dará uma penalização de 15 minutos.

Comportamentos inadequados, nomeadamente: ofensas, largar lixo no trilho ou não prestar ajuda a um atleta que necessite darão direito a desclassificação.

24. ABANDONO, APOIO E EMERGÊNCIA

Os abandonos devem ser feitos somente nos postos de controlo/abastecimentos, excepto nos casos em que o atleta se encontre imobilizado e não consegue alcançar um posto de controlo, devendo, nestes casos, ativar a operação de socorro entrando em contato com a organização.

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem. O número de contato da organização e da equipa de socorro estará impresso no dorsal e deverá ser igualmente gravado no telemóvel do atleta.

A organização não se responsabiliza pela condição física dos atletas, por qualquer acidente ou outro dano sofrido antes, durante ou após a realização da prova, para além daqueles que se encontrem cobertos pelo seguro da prova.

25. Seguro

Os dados enviados para a realização do seguro, serão os indicados pelo atleta no acto da inscrição, pelo que a organização se iliba de qualquer responsabilidade por dados incorrectos fornecidos pelo atleta.

Em caso de acidente, o participante deverá, em primeiro lugar, contactar a organização, a qual providenciará os passos a seguir,

Por vezes e, dada a urgência / gravidade de alguns acidentes, torna-se impossível diligenciar o preenchimento da participação no ato do sinistro. Nestas circunstâncias, a participação do sinistro poderá ser tratada após concluídos os primeiros socorros ao participante.

Todo e qualquer documento de despesa relacionado com um sinistro já participado, será previamente liquidado pelo respetivo sinistrado e os seus originais enviados à seguradora para posterior reembolso. A organização não assumirá despesas de sinistros, Os sinistros devem ser comunicados à organização até dia 8 de Abril às 14horas.

26. ALTERAÇÃO DO PERCURSO, CANCELAMENTO DA PROVA

A organização reserva-se o direito de alterar, reduzir ou suspender a qualquer momento o percurso, as barreiras horárias e a posição dos postos de controlo/abastecimentos, sem aviso prévio, assim como neutralizar ou parar a prova no caso de condições climatéricas fortemente adversas e/ou por questões de segurança. Por estes ou outros motivos, a partida pode ser adiada no máximo duas horas, após as quais, a prova é cancelada. Em qualquer dos casos, não haverá direito a reembolso.

27. COMUNICAÇÃO

Considera-se o meio oficial de comunicação e informação do evento Zela Ultra Marathon a página web : www.zelaultramarathon.pt e [fb.com/zelaultramarathon](https://www.facebook.com/zelaultramarathon).

[email: zelaultramarathon@gmail.com](mailto:zelaultramarathon@gmail.com)

28. Publicidade e direitos de imagem

A organização do Zela Ultra Marathon detém os direitos exclusivos de exploração de imagem do evento, devendo todo e qualquer tipo de acção colectiva ou individual de captura de imagens ou fotografias, bem como a sua posterior divulgação obter o prévio consentimento da organização.

29. Diversos

O preenchimento e envio da ficha de inscrição para as provas do Zela Ultra Marathon implicam que o atleta que se inscreve, tome conhecimento e aceite sem quaisquer reservas o presente Regulamento. Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pelos Juizes da FCMP, de cujas decisões não haverá recurso. A organização pode alterar o presente regulamento até 24 horas antes da prova sem aviso prévio.

30. Nota final

Os Juízes-árbitros destacados pela FCMP promovem a verdade desportiva e a segurança dos atletas. Entre outras tarefas, procedem à verificação do material a ser transportado pelos atletas, de acordo com os regulamentos, e à aplicação das sanções previstas no Regulamento da Prova e/ou no Regulamento de Competições de Skyrunning da FCMP. Por esta razão, aconselha-se a ler atentamente o Regulamento, nomeadamente o ponto 15 que se refere ao material obrigatório.