

# Regulamento



ESTRELA  
GRANDE  
★ TRAIL ★



18 a 20 Maio 2018

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

<https://www.facebook.com/EGTrail/>

## Muito Importante

**Ao inscrever-se está a concordar na íntegra com o presente regulamento.**

### ORGANIZAÇÃO

O evento Estrela Grande Trail vai ocorrer entre 18 a 20 de Maio 2018 em Manteigas na Serra da Estrela

### DEFINIÇÃO DO EVENTO

Provas

- Estrela Grande Trail®: prova de corrida em montanha de 109 km com 6300 metros de desnível positivo;
- Estrela Grande Trail® Tag Team: prova por estafetas de 2 participantes. Percorre o percurso da prova maior (109K). A passagem do testemunho será realizada na torre.
- Estrela Orion Belt: prova de corrida em montanha de 49 km com 2500 metros de desnível positivo.
- Estrela Taurus: prova de corrida em montanha de 26 km com 1300 metros de desnível positivo.
- Estrela Ursa Minor: prova de corrida em montanha com 15K e 800 metros de desnível positivo.

---

## Ética e Valores

A Estrela Grande Trail baseia-se em ética e valores fundamentais partilhados por todos os corredores, parceiros, voluntários e organizadores.

**Ecoresponsabilidade** de nunca deitar lixo ao chão mas sim nos caixotes disponíveis, respeitar a fauna e flora, seguir estritamente a rota marcada sem nunca cortar caminhos. A organização vai usar, se possível, material reutilizável e reciclável. A marcação da prova, feita a pé, vai ser removida no mesmo dia do final da prova. A limpeza da rota vai ser realizada após a passagem do último atleta. A comunicação por papel vai ser reduzida ao estritamente necessário, privilegiando o método digital.

**Responsabilidade Social** está no coração da Serra da Estrela. Conscientes do privilégio daqueles que podem livremente correr os trilhos da serra, é indispensável partilhar este gosto com aqueles que estão privados do mesmo.

**Solidariedade**, respeito pelos corredores, os voluntários, parceiros e público, são elementos essenciais do evento Estrela Grande Trail.

Ética. Todos os atletas têm a obrigação de prestar ajuda a outros participantes que dela necessitem, de acordo com a sua condição. Não realizar esta ajuda implica um acto grave.

No caso do atleta não conseguir chegar ao próximo controlo pelos seus próprios meios siga as seguintes instruções:

- Marque o contacto de emergencia localizado no dorsal
- Caso não tenha rede marque 112 e indique
  - Participa no evento Estrela Grande Trail®
  - Localização aproximada
  - Situação médica / problema
  - Nome, dorsal

É importante saber que em várias zonas da montanha não existe acesso de carro, a ajuda pode demorar várias horas a chegar. Tendo isto em conta siga os seguintes passos:

- Caso possível tente encontrar um local com rede de forma a poder estar em contacto com alguém da organização.
- Seja descritivo sobre a sua situação (local, como se sente, o que tem à disposição)
- Não abandone o trilho
- Quando se preparar para a prova tenha sempre previsto um cenário em que terá que caminhar longas horas em diversas situações atmosféricas.
- Informe sempre que haja alteração de algum elemento desde o seu último contacto com a equipa de socorro.

---

## Programa

### **18/5/2018**

10h00 às 23h00 - Entrega de dorsais para todas as provas e controlo do material obrigatório

21h00 - Briefing Ultra EGT® e Tag Team, Estrela Orion Belt, Estrela Taurus e Estrela Ursa Minor (local a definir)

00h00 - Partida da Ultra EGT® e EGT® Tag Team

### **19/5/2018**

6h00m – Abertura do secretariado

7h00m – 8h00m – Entrega dorsais Estrela Orion Belt (49K) e Estrela Taurus (26K)  
Controlo de entrada para atletas Estrela Orion Belt 49K

08h30m - Partida Estrela Orion Belt (49K)

9h15m - Controlo de entrada para atletas Estrela Taurus (26K)

9h30m – Partida Estrela Taurus(26K)

10h00m – Partida Estrela Ursa Minor 15K

### **20/5/2018**

11h00m - Entrega Prémios para todas as provas

12h00m – Encerramento EGT

---

## Requerimentos

É da responsabilidade de cada atleta efectuar devidamente a inscrição e confirmar atempadamente que todos os passos estão concluídos.

A organização reserva-se no direito de excluir qualquer participante que demonstre conduta imprópria em qualquer altura durante o evento.



---

## Condições de Participação

As provas competitivas da Estrela Grande-Trail são eventos exigentes, que ocorrem em semi-autonomia em plena montanha. É necessário estar em boa forma física e ter experiência neste tipo de eventos. Os participantes têm que estar preparados para gerir as condições da corrida por vezes difíceis e a sua condição física e mental decorrentes da enorme fadiga.

### Inscrição Regularizada

A inscrição só se encontra regularizada após a entrega de todos os documentos necessários e o envio do email por parte da empresa responsável pela cronometragem a indicar que está tudo regularizado.

### IDADE MÍNIMA

Estrela Grande Trail® (109K): Ter até à data da prova 18 anos efectuados.

Estrela Grande Trail® Tag Team: Ter até à data da prova 18 anos efectuados.

Estrela Orion Belt (49K): Ter até à data da prova 18 anos efectuados.

Estrela Taurus (26K): Ter até à data 18 anos efectuados ou 16 anos com autorização parental.

Estrela Ursa Minor (15K): É aberta a todos. Crianças com menos de 10 anos têm que ser sempre acompanhadas por um adulto.

**Declaração do Atleta.** Para validar a inscrição é indispensável aceitar o regulamento e libertar de qualquer responsabilidade os organizadores do mesmo, em caso de acidente ou lesão decorridas durante a prova ou mais tarde. A declaração é efetuada durante o registo on-line ao aceitar o presente regulamento.

**Seguro.** A organização irá contratualizar os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de provas. O prémio do seguro está incluído no valor da inscrição.

Na eventual necessidade do atleta ter que ser resgatado por meios externos como equipa de resgate ou helicóptero, deverá ser o atleta a assumir os custos financeiros deste serviço.

**Direitos de imagem.** Todos os participantes concordam em ceder a sua imagem e autorizam a organização e os seus parceiros a usar e publicar livremente quaisquer fotografias e vídeos decorrentes do evento.

**Inscrições.** O pagamento consiste apenas numa pré-inscrição. A inscrição só é considerada válida quando todos os documentos requeridos para a prova estiverem entregues.

As inscrições têm que estar validadas antes do dia 05 de Maio 2018 ou irão ser consideradas inválidas e sem direito a reembolso.

O estado da inscrição poderá ser consultado no site próprio para o efeito.

Qualquer inscrição feita antes do dia 08 de Maio 2018 dará ao atleta o direito a um dorsal para a prova inscrita.

A organização tem o direito de aumentar ou reduzir o número de inscritos por motivos de segurança ou outros que possam alterar o decorrer da prova.

## Valores.

Prova	Custo
Estrela Grande Trail® (109K)	€65
Estrela Grande Trail® Tag Team	€90
Estrela Orion Belt (49K)	€45
Estrela Taurus (26K)	€30
Estrela Ursa Minor (15K)	€20

**Desistência ou alteração da inscrição.** Na eventualidade de desistência, por motivo de lesão ou doença, com apresentação do respectivo atestado/comprovativo médico, até dia 5 de Maio, será devolvido uma % do valor da inscrição. Após esta data não haverá direito a qualquer reembolso em caso de desistência. O cancelamento deve ser solicitado por e-mail para a empresa responsável pela gestão das inscrições. A este pedido terá de ser anexado o atestado médico. O pedido para reembolso deverá ser entregue acompanhado pelo certificado médico devidamente autenticado. Os pedidos serão tratados nos dois meses seguintes ao evento. Qualquer cancelamento deve ser pedido por email ou correio, telefone ou fax não são aceites. Não se efectua transição de inscrições para anos seguintes.

Serão aceites alterações de inscrição entre provas até dia 5 de Maio. Nas situações de upgrade de prova (alterações do Estrela Taurus (26K) para Estrela Orion Belt (49K) ou do Estrela Orion Belt (49K) para o Estrela Grande Trail® (109K) ), será cobrado o pagamento do valor da diferença entre provas. Por outro lado, o eventual valor de diferença entre provas não será restituído, nas situações de alteração da inscrição para uma distância inferior (alterações do Estrela Grande Trail para o Estrela Orion Belt e deste para o Estrela Taurus). A eventual troca de atletas na prova por estafetas deverá ser comunicada até dia 5 de Maio 2018.—

**Proteção de Dados.** Os dados dos participantes indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos de processamento no evento nomeadamente, seguradora, lista de inscritos, notícias e classificação. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para a empresa responsável pela gestão das inscrições. No caso de o participante ser associado da ATRP – Associação de Trail Running de Portugal o ato de inscrição pressupõe a autorização para que os seus dados sejam transmitidos para efeitos de elaboração da classificação, de estatística e de avaliação do evento, procedimentos da responsabilidade daquela Associação.

**Modificações.** Estas regras podem ser editadas, alteradas ou melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora, sem aviso prévio. O facto de realizar a sua inscrição implica a aceitação do presente regulamento.

---

## Condições da Corrida—

**Percurso.** O evento Estrela Grande Trail toma lugar na Serra da Estrela utilizando muitos percursos que já fazem parte das pequenas rotas já existentes na montanha. Os atletas irão

percorrer o zonas do Parque Natural da Serra da Estrela nos parâmetros exigidos pelas entidades que gerem este parque.

**Abastecimentos.** Irão estar disponíveis abastecimentos de sólidos e líquidos durante o percurso. Irá estar um responsável devidamente identificado em cada abastecimento que poderá limitar ou proibir a entrada de acompanhantes dos atletas de forma a facilitar a gestão da prova.

**Ajuda Externa.** Só é permitido ajuda externa em postos de abastecimento indicados para o efeito. Qualquer ajuda externa fora destes locais está sujeita a uma penalização por tempo ou desqualificação da prova.

**Dorsais.** É necessária a apresentação de documentos oficiais com fotografia para levantamento do dorsal. Nunca deverá ser trocado ou cedido a terceiros. Deve estar visível durante toda a prova e na parte da frente do atleta. A inscrição é pessoal e intransmissível, e será aceite pela ordem de chegada. É obrigatória a apresentação do material obrigatório no levantamento dos dorsais na prova dos 109K. O controlo do material na Estrela Orion Belt pode ser feito antes da partida, em qualquer parte do percurso e/ou no final da prova. O controlo de material obrigatório da prova dos 26K irá ser efectuado durante o controlo zero antes da partida ou durante o percurso. Qualquer atleta que corra com um dorsal não correspondente à sua identidade será imediatamente desclassificado e impossibilitado de participar em futuras edições.

**Controlos.** A quantidade e localização dos postos de controlo irão ser anunciadas pela organização. Irão existir controlos surpresa ao longo do percurso. Os atletas deverão responder às questões colocadas pelos responsáveis do controlo, enfermeiros, médicos, técnicos de saúde. A recusa de responder a questões direccionadas à saúde do atleta podem levar à sua desqualificação.—

**Tempos.** É obrigatório o atleta registar-se nos postos de controlo previstos para esse efeito, saída e chegada incluídos.

**EGT® Tag Team.** A partida será comum às duas corridas e a passagem de testemunho será efectuada na Torre. O atleta 1 parte às 00h00 de Sexta Feira de Manteigas e o atleta 2 parte da Torre percorrendo o restante percurso. É da responsabilidade dos atletas a deslocação até à Torre para a troca do testemunho.

## Material Obrigatório e recomendado

	<b>Estrela Grande Trail® 109K / Tag Team</b>	<b>Estrela Orion Belt 49K</b>	<b>Estrela Taurus 26K</b>	<b>Estrela Ursa Minor 15K</b>
Frontal com pilhas de reserva	<b>OBRIGATÓRIO</b>	RECOMENDADO	RECOMENDAD O	RECOMENDADO
Manta Térmica	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>
Led Vermelho	<b>OBRIGATÓRIO</b>			
Apito	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>
Impermeável com capuz (10k min)	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>
Reservatório de água 1L mín	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>
Reserva de comida	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>
Protecção para a cabeça (gorro ou buff)	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>
Copo com capacidade 125ml	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>
Luvras	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>
Ligadura	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>
T-shirt manga comprida	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	RECOMENDADO
Leggings compridas	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDAD O	RECOMENDADO
Calças impermeáveis	<b>OBRIGATÓRIO</b>	RECOMENDADO	RECOMENDAD O	RECOMENDADO
Bastões	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDAD O	RECOMENDADO
Frontal de reserva	<b>OBRIGATÓRIO</b>			
Loção solar	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDAD O	RECOMENDADO
Loção anti fricção	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDAD O	RECOMENDADO
Telemóvel funcional	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>	<b>OBRIGATÓRIO</b>

**NOTA:** Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de todo o material obrigatório e aquele com que iniciaram, durante toda a prova. Dependendo das condições climatéricas, a organização pode anunciar durante o briefing qual o material obrigatório que poderá tornar-se opcional.

Se decidiram começar com bastões devem transportar durante toda a prova, é proibido entregar ou levantar durante o decorrer da mesma. Não são permitidos bastões nos sacos de muda. Mudanças de roupa e sapatilhas só serão permitidas em local próprio para o efeito.

---

## Modificações, Barreiras e Cancelamento

Durante a semana anterior ao evento a organização irá informar sobre as potenciais alterações que poderão ocorrer baseando-se nas previsões meteorológicas. As decisões finais serão, no entanto, tomadas no briefing na sexta-feira do dia anterior à prova. A informação será depois disponibilizada no website e redes sociais da prova Estrela Grande Trail®

**Assistência.** A assistência pessoal é tolerada exclusivamente em posto previamente anunciado para esse efeito. À excepção destes postos é expressamente proibido ser acompanhado por uma pessoa não registada na prova. Qualquer material que seja cedido ou devolvido durante a prova a um atleta, por um elemento não concorrente, fará com que esse atleta seja imediatamente desclassificado.

EGT® Tag Team. O Atleta que não se encontra em prova é encorajado a ajudar e assistir o seu parceiro durante a prova nos postos para o efeito. Não poderá correr com ele durante a parte que não lhe está estipulada.

**Abandono voluntário.** Salvo em caso de lesões, o abandono só é permitido em postos de abastecimentos ou de controlo próprios para o efeito. Se este ponto não for acessível por veículo o atleta terá que se dirigir ao ponto mais próximo sozinho ou por meios próprios. É proibido abandonar a prova sem avisar a organização e ter a devida autorização. É obrigatório ficar no posto de controlo caso seja numa barreira horária em que o tempo tenha sido excedido. O responsável do abastecimento irá informar o atleta onde se dirigir para conseguir o transporte para a meta. A desistência em postos de controlo sem transporte implica que o atleta poderá ter que esperar várias horas até a chegada do mesmo, ou ao fecho do posto.

**Abandono obrigatório.** A equipa da organização pode reter por breves momentos um atleta ou até retirá-lo da prova se considerar que o atleta apresenta um estado que ponha em causa a integridade física e segurança do próprio atleta.

**Meteorologia.** Em caso de meteorologia adversa ou de catástrofe natural, a organização reserva-se no direito de neutralizar o evento, modificar o percurso, tempos barreira, partida e até cancelar o mesmo.

No caso de paragem temporária ou cancelamento da prova a organização encarregar-se-á de efectuar a evacuação de todos os participantes ainda no percurso.

**Barreiras Horárias.** Estarão disponíveis as barreiras horárias no site da prova. Estas podem ser modificadas a qualquer altura pela organização. Os atletas que queiram continuar a prova após a barreira horária ter sido atingida, são eliminados da prova, têm que entregar o dorsal e/ou respectivo chip, e prosseguem sobre a sua total responsabilidade.



**Cancelamento.** A organização pode cancelar o evento, sempre que entenda que a segurança dos participantes possa estar em causa. Em caso de cancelamento não existe devolução do valor da inscrição.

**Reembolso.** Os inscritos poderão cancelar a sua inscrição e terão direito a uma % da mesma até dia 15 de Abril 2018. É da responsabilidade de cada atleta verificar que todo o processo de cancelamento foi efectuado correctamente entrando em contacto com a empresa responsável pelas inscrições. A percentagem do valor devolvido irá variar de acordo com a data de cancelamento.

**Sacos de muda.** Os sacos para muda de roupa para os atletas da Ultra deverão ser entregues no secretariado devidamente identificados. Serão mantidos em segurança e estarão disponíveis no posto para o efeito. Não sendo feito a verificação do conteúdo dos sacos a organização não se responsabiliza em casos de perdas ou furtos. Qualquer saco não levantado após o fim do evento não poderá ser depois reclamado.

## Penalizações e desclassificações

A implementação das regras e penalizações que regem o evento para que este corra dentro da normalidade estará a cargo das seguintes entidades: batedores, staff, médicos, enfermeiros, organizadores, supervisores e responsáveis dos postos controlo.

REGRAS	PENALIZAÇÕES
Sair do percurso marcado	15 minutos
fazer-se acompanhar de pessoas não registadas na prova excepto nas zonas previstas para o feito	2 horas
Saida do percurso marcado representando um atalho significativo	1 a 5 horas
Atirar lixo voluntariamente	Desclassificação
Falta de um item do material obrigatório: apito, manta térmica, impermeável com capuz, frontal e telemóvel	Desclassificação
Falta de material obrigatório restante	2 horas (por cada item)
Não ajudar um atleta em necessidade (lesão, hipotermia, exaustão...)	1 hora ou desclassificação (dependendo da gravidade)
Não passar nos postos de controlo	Desclassificação
Partir de uma baliza horária após tempo limite	Desclassificação
Acompanhamento por um animal	Desclassificação
Abandono da prova sem avisar a organização e ter devida autorização	Impedido de participar nas edições e eventos seguintes
Transferencia do dorsal para outra pessoa antes ou durante o decorrer da prova.	Desqualificação e proibição de entrar em futuros eventos

Providenciar falsa informação à organização	Desqualificação e proibição de entrar em futuros eventos
Recusa a uma observação médica	Desclassificação
Receber ajuda fora das zonas indicadas para o efeito	1º aviso - 30 minutos 2º aviso - desclassificação
Outras quebras no regulamento e etica da prova	De acordo a decisão do júri do evento

**Reclamações.** Os atletas podem apresentar as suas reclamações ao júri do evento, em texto, num prazo máximo de 2 horas após a entrega dos prémios da respectiva prova.

As reclamações deverão ser efectuadas preenchendo um formulário presente no secretariado. Um depósito de 50€ deverá ser efectuado para apresentar a queixa. Esse valor será devolvido se a queixa se verificar verdadeira e resolvida a favor do atleta.

Da queixa podem resultar alterações nas classificações e respectivos prémios atribuídos.

A reclamação será estudada por um júri constituído por:

- Director da prova
- Director da liga desportiva em questão
- Gestor da cronometragem (se necessário)
- Atleta escolhido aleatoriamente

As decisões poderão demorar até um máximo de 7 dias a serem tomadas e não é possível reclamar da decisão do júri.

Em caso de resultado favorável ao atleta serão devolvidas todas as penalizações implicadas.

Caso não haja formulário disponível no local deverá escrever os seguintes dados num email:

- Nome completo
- Número Cartão Cidadão
- Morada
- Dorsal
- Telefone
- Exposição da reclamação
- Pedido que pretende rever
- Em anexo a prova que refute a decisão tomada

---

## Condições após prova

No local da chegada os atletas poderão ter os seus sacos devolvidos.

### Classificações e Prémios

Classificação Geral

Estrela Grande Trail® 109 km: troféu e prémio para os cinco primeiros homens e mulheres

Estrela Grande Trail® 109 km Tag Team: troféu e prémio para as três melhores equipas

Estrela Orion Belt 49 km: troféu e prémio para os três primeiros homens e mulheres

Estrela Taurus 26 km: troféu e prémio para os três primeiros homens e mulheres.

Starter Ursa Minor 15 km: troféu e prémio para os três primeiros homens e mulheres

Prémios por Escalões (Masculino e Feminino)

Sub 23 - 19 a 23 anos

Seniores - 23 a 39 anos

M40 - 40 a 49 anos

M50 - 50 a 59 anos

M60 - mais de 60 anos

Prémios por Equipas

- De acordo com o regulamento ATRP

### **Classificação por categoria**

Irá haver classificação por categorias determinadas pela ATRP.

As classificações ATRP não significam entrega ou cerimónia de prémios. Os pódios e prémios regem-se pelo ponto acima referido em Prémios por Escalões e Prémios por equipas.

Estrela Grande Trail® (Classificação ATRP)

Masculinos e Femininos

Sub 23 - 19 a 22 anos

Seniores - 23 a 39 anos

M40 - 40 a 44 anos

M45 - 45 a 49 anos

M50 - 50 a 54 anos

M55 - 55 a 59 anos

M60 - mais de 60 anos

Nota: Para efeitos 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 Dezembro da corrente época competitiva.

Ex: Um atleta que faz 40 anos em 31 de Dezembro, será classificado no escalão M40 durante todo o circuito.

A prova por estafetas EGT® Tag Team só terá classificação geral.

### **Finishers**

Todos os atletas que completarem a prova terão uma recordação da sua participação na mesma.

Podem ser adquiridos através do número do dorsal após terminarem a prova e até ao último dia do evento. Nunca os prémios irão ser enviados por correspondência.

Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela comissão organizadora, de cujas decisões não haverá recurso.