

FELL STAR RACE

1. Condições de participação

1.1. Idade participação diferentes provas

O Fell Star Race é uma prova que percorre as ruas de Vila Nova de Gaia, e que terá quatro pontos de controle, um ponto simultaneamente o da partida e chegada, e os outros três serão em pontos que no dia da prova serão anunciados, não havendo percurso marcado e que cada atleta escolherá o melhor e mais rápido percurso, sendo esse sempre no sentido dos ponteiros do relógio.

O Fell Star Race está aberto a maiores de idade (18 anos).

A prova poderá ser efectuada por equipa de 2 a 4 elementos ou individualmente.

1.2. Inscrição regularizada

A inscrição será feita através do preenchimento do formulário de inscrições <https://goo.gl/forms/MO2MAbF9Rfznsth1>, sendo necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização pelo email, allaboutsportevents@gmail.com.

Aquando do levantamento do dorsal só é necessário levar documento de identificação referente à inscrição.

1.3. Condições físicas

Para participar é indispensável:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida pelas ruas e ruelas, e do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente.
- Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro e chuva.
- 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 de ajuda externa

Os atletas podem receber ajuda externa desde que não haja interferência com outro atleta.

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. O atleta que não cumpra será penalizado em 10 minutos por cada vez que seja chamado á atenção, não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.

1.6. Regras de 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.

2. Prova

2.1. Apresentação da prova (s) / Organização

O Fell Star Race é organizado pela Associação Smileexercise.

O Fell Star Race será realizado no dia 24 de Novembro de 2018, na cidade de Vila Nova de Gaia, no Quartel da Serra do Pilar.

O Fell Star Race será constituído por apenas um evento com uma distância estimada em aproximadamente 10kms.

(A organização reserva o direito de alterar as distâncias se assim o entender)

2.2. Programa/Horário

19h/20:30h - Abertura do secretariado e entrega dos dorsais – Quartel da Serra do Pilar

20h30m - Controlo zero do Fell Star Race

21h00m - Partida Fell Star Race / Corrida

21h10m - Partida da Caminhada

21h50m - Chegada prevista dos 1^ºs atletas dos Fell Star Race

23h00 – Início do Fast Recovery

23h00m - Cerimónia de entrega de prémios do Fell Star Race

24h00m – Encerramento; (horários sujeitos a alterações)

2.3. Distância / Altimetria / Dificuldade

A anunciar brevemente.

2.4. Mapa / Descrição do Percurso

Oportunamente na "página de facebook"

2.5. Tempo Limite

Os atletas podem fazer o percurso a correr ou a caminhar, não havendo tempo limite para a prova.

2.6. Postos de controlo

Existirão dois pontos de controlo, que serão os pontos identificativos para a prova.

2.7. Locais de abastecimento

Não existirá pontos de abastecimento, pelo que será recomendável o uso de cinto com bidão de hidratação.

2.8. Material obrigatório

- Telemóvel;

- Depósito de água (sendo recomendável o uso de corta-vento ou impermeável, se as condições climatéricas assim o exigirem).

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

A prova irá decorrer em troços de passagem com tráfego rodoviário.

A prova será em open road, ou seja, todos os atletas terão que ter cuidado ao passar nos troços rodoviários, pois não haverá delimitação das zonas a percorrer pelo atleta.

2.10. Penalizações / desclassificações

Será penalizado ou desclassificado todo aquele que: a) Não leve o material obrigatório (desclassificado); b) Não complete a totalidade do percurso (desclassificado); c) Deteriore ou suje o meio por onde passe (desclassificado); d) Não leve o dorsal bem visível (penalizado em 15m); e) Alteração do dorsal (desqualificação); f) Ignore as indicações da organização (penalizado em 1h); g) Tenha

alguma conduta antidesportiva (desclassificado); h) Não passe nos postos de controlo (penalizado 1h)

2.11. Seguro desportivo

Seguro desportivo;

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição

As inscrições terão que ser efetuadas online através do site www.all-about.pt, onde terá toda a informação referente à prova.

Após ser feita a inscrição os atletas terão que regularizar o pagamento no prazo máximo de 3 dias, após estes dias a inscrição será anulada, sendo necessário fazer novamente a inscrição.

3.2. Valores e período de inscrição

O período das inscrições é de o dia 24 de outubro até ao dia 24 de novembro de 2018

Corrida:

Dia 25 de Outubro até ao dia 24 de Novembro de 2017:

Fell Star Race – 10 euros (Associados All About)

Fell Star Race – 12,5 euros (Não Associados)

Equipas de 2 a 4 elementos – 7,50 euros/cada atleta(Associados All About)

Equipas de 2 a 4 elementos – 10 euros/cada atleta(Não Associados)

Dia 24 de Novembro de 2017:

Fell Star Race – 15 euros (Associados All About)

Fell Star Race – 17,5 euros (Não Associados)

Equipas de 2 a 4 elementos – 12,50 euros/cada atleta(Associados All About)

Equipas de 2 a 4 elementos – 15,00 euros/cada atleta(Não Associados)

Caminhada:

Dia 27 de Setembro até ao dia 24 de Novembro de 2017:

Fell Star Race/Caminhada – 7,50 euros (Associados All About)

Fell Star Race/Caminhada – 10 euros (Não Associados)

3.2.1 Lotação

500 vagas

Ver site das inscrições

3.3. Condições de devolução do valor de inscrição

Em momento nenhum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista da prova, a qualquer tempo. Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efectuadas no prazo máximo de 5 dias de

antecedência à realização da prova. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos.

3.4. Material incluído com a inscrição

Fell Star Race, aproximadamente com 10kms

- Dorsal; - Seguro de acidentes pessoal;

- Fast Recovery;

- Prémio finisher;

Caminhada:

- Fast Recovery;

- Prémio finisher;

3.5. Prémios

Geral Fell Star Race

Masculino/Feminino

1º Troféu 2º Troféu 3º Troféu

Equipas

1º Troféu 2º Troféu 3º Troféu

3.6. Secretariado da prova/horários e local

Quartel da Serra do Pilar

4. Categorias e Prémios

4.1. Definição data, local e hora de entrega de prémios

A entrega dos prémios será no Sábado a partir das 22h30h.

5. Informações

5.1. Como chegar

A anunciar brevemente

6. Marcação e controles

O percurso estará marcado por dois feixes de luz sendo obrigatória a passagem pelos controles estabelecidos.(Estará ainda indicado os dois locais de passagem/controle no dorsal).

7. Responsabilidade ambiental

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de géis, barras

e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no recipiente de lixo mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

8. Direitos de imagem

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza 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 cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

9. Apoio e emergência

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem.

10. Casos omissos

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

11. Diversos

Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar as regras de viação nos cruzamentos da estrada.

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova se as condições assim o exigirem.

Este regulamento ainda pode ser alterado de modo a que fique mais completa a informação.