



TRANS PENEDA-GERÊS

REGULAMENTO

Índice

1. Condições de participação	03
1.1. Idade participação das diferentes provas	03
1.2. Inscrição regularizada	03
1.3. Condições físicas	03
1.4. Definição possibilidade ajuda externa	03
1.5. Colocação da dorsal	03
1.6. Regras conduta desportiva	03
2. Prova	04
2.1. Apresentação da prova / organização	04
2.2. Programa	05
2.3. Mapa / perfil altimétrico / descrição percurso	06
2.4. Tempo limite	06
2.5. Metodologia de controlo de tempos	07
2.6. Postos de controlo	07
2.7. Partidas e Chegadas	07
2.8. Bases de Vida	07
2.9. Material obrigatório e recomendado	10
2.10. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário	11
2.11. Desclassificações	11
2.12. Responsabilidades perante o atleta / participante	11
2.13. Seguro desportivo	12
3. Inscrições	12
3.1. Processo inscrição (página web)	12
3.2. Valores e períodos de inscrição	12
3.3. Condições devolução do valor inscrição	13
3.4. Material incluído com a inscrição	13
3.5. Serviços de Transporte	13
3.6. Secretariado da prova / horários e locais	14
4. Categorias e Prémios	15
4.1. Data, local e hora entrega de prémios	15
4.2. Categorias etárias / sexo individuais e equipas	15
5. Informações	15
5.1. Como chegar	15
5.2. Onde ficar	15
6. Marcação e controles	15
7. Responsabilidade ambiental	15
8. Direitos de imagem	15
9. Apoio de emergência	16
10. Casos omissos	16
11. Diversos	16

MUITO IMPORTANTE

- É preciso ter a condição física adequada às características desta prova de extrema dureza, que junta ao mesmo tempo alta quilometragem, longa duração, terreno montanhoso, grandes desníveis, exposição ao sol, etc.
- Ao inscrever-se está a concordar na íntegra com o presente regulamento.
- É imprescindível beber em todos os abastecimentos e alimentar-se convenientemente.
- A inscrição é pessoal e intransmissível e é aceite por ordem de chegada.
- A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro.
- Em caso de um participante não poder participar no evento a organização não se vê no dever de devolver o valor da inscrição;
- No mês que antecede o evento não é permitida a alteração de dados na inscrição nem a organização se vê no dever de devolver qualquer valor da inscrição;
- Mantenha-se no trilho traçado;
- Preserve a flora e evite perturbar a fauna;
- Não deixe lixo ou outros vestígios de passagem;
- Não faça lume;
- Seja afável com as pessoas que encontre no local;
- Atendendo à necessidade imperiosa de preservar um património natural de uma enorme riqueza, queremos que, em plena comunhão com a natureza, usufruam do mesmo, respeitando-o e protegendo-o. Por este mesmo facto, informamos que os **abastecimentos líquidos não serão fornecidos através de garrafas nem de copos plásticos. Cada atleta é responsável por levar consigo o (s) recipiente (s) que julguem mais adequado (s) para a sua hidratação (preferencialmente servindo também para bebidas quentes);**
- **A Organização reserva-se o direito de aceitar inscrições de última hora.**
- O presente regulamento está sujeito a alterações.
- **Esta prova integra o Circuito “Best Trail Series” organizado pela Carlos Sá Nature Events e o Circuito Nacional da ATRP.**

1. Condições de participação

1.1. Idade de participação

O TransPeneda-Gerês (TPG) é destinado apenas a atletas maiores de 18 anos.

1.2. Inscrição regularizada

Para a participação na prova o atleta deverá ter a sua inscrição previamente regularizada nos prazos estabelecidos e aceitar todas as normas constantes do presente regulamento.

1.3. Condições físicas

É imprescindível ter a condição física adequada às características desta prova de extrema dureza, onde estão presentes em simultâneo, elevada quilometragem, longa duração de tempo para a sua conclusão, terreno extremamente montanhoso com características de alta montanha e grandes desníveis, com trilhos técnicos. O terreno onde se desenrola a prova está sujeito a alterações climatéricas repentinas, pelo que os atletas poderão estar expostos a situações meteorológicas tão diferentes como: calor, frio, vento forte, nevoeiro denso e precipitação intensa. É fundamental que o atleta tenha a noção de auto-gestão do esforço, quer físico, quer mental, perante situações adversas extremas às quais poderá ficar exposto, sem que seja possível ajuda/resgate imediato. É fundamental o atleta saber como atuar em caso de pequenas lesões, indisposições gástricas, entre outras situações normais, decorrentes de atividades em montanha.

1.4. Possibilidade de ajuda externa

O apoio aos atletas por elementos externos à organização é permitido em qualquer ponto do percurso. Aconselha-se os participantes a ter consigo algum dinheiro para que se possam abastecer nos cafés das aldeias por onde vão passar. Ainda assim, é importante que o atleta tenha noção das suas necessidades durante a prova, assim como da sua capacidade de resolução dos problemas perante situações inesperadas.

1.5. Colocação do dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível. O dorsal do atleta deve estar em local facilmente visível aos elementos da organização e demais entidades que apoiam e/ou colaboram com a mesma. Em caso de desistência o atleta deverá entregar o dorsal à organização no secretariado da prova, comunicando dessa forma a sua desistência.

1.6. Conduta desportiva

O comportamento inadequado, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou de qualquer outra espécie, será comunicado às autoridades sempre que o ato seja merecedor de tal.

2. A prova

2.1. Apresentação da prova / organização

O TransPeneda-Gerês (TPG) “Corrida dos 4 Castelos” - é um evento da responsabilidade organizativa da Carlos Sá Nature Events®, que se realizará do dia 26 a 29 de Maio 2022, com a colaboração dos 5 Municípios do Parque Nacional Peneda-Gerês.

O Parque Nacional Peneda-Gerês será o palco principal para este fantástico evento de Trail, que contará com provas de várias distâncias: 27km, 42km, 60km, 105km, 165km e 165km 4Days.

O TransPeneda-Gerês, nasceu para a realização do Campeonato do Mundo de Trail em 2016, com uma versão de 85km, percorrendo a parte central do Parque Nacional. Desta feita, o evento cresceu ao longo dos últimos anos diferenciando-se em provas de várias distâncias. Em 2020 realizou-se a competição na distância mítica de 100 milhas (cerca de 165kms), atravessando todo o Parque Nacional. A edição de lançamento desta distância mítica **TPG 165Kms**, denominada edição 0, realizou-se entre os dias 2, 3 e 4 de Outubro de 2020, tendo sido um enorme sucesso, com 88 finishers na versão non-stop e 29 equipas na versão Relay. Com partida no interior do fantástico Castelo de Melgaço, os participantes passaram ainda pelo Castelo de Castro Laboreiro, Castelo de Lindoso e terminaram no Castelo de Montalegre.

Em 2022 volta a ser possível participar nesta fantástica travessia de 165kms do Parque Nacional em versão **Non-stop ou 4Days** (etapas), tendo os participantes como tempo limite para a sua realização um total de 50h. Será, portanto, uma autêntica viagem de descoberta e aventura, neste recanto único da Peneda-Gerês.

A Carlos Sá Nature Events, em conjunto com os municípios do Parque Nacional, continua desta forma a inovar e a criar condições para eventos únicos que muito têm contribuído para a promoção deste território.

2.2. Programa

Quinta-feira 26 de Maio 2022

09h00 – Transporte em autocarro do aeroporto do Porto para o centro de Melgaço (viagem com a duração aproximada de 2h, apenas para os participantes que assinalem esta opção no ato da inscrição);

11h00 - Abertura do secretariado **4 Days e TPG 165K** (em frente à Câmara Municipal de Melgaço)

15h30 – Briefing Técnico **4 Days** (Câmara Municipal de Melgaço)

16h00 – Partida **4 Days**, etapa (Castelo de Melgaço -Peneda 34kms)

24h00 – Chega prevista dos últimos atletas **4 Days** à meta Km 34 na Peneda.

Sexta-feira 27 de Maio 2022

07h00 – Partida **4 Days**, Etapa (Peneda - Vila do Gerês 56kms)

08h00 – Transporte em autocarro do aeroporto do Porto para o centro de Melgaço (viagem com a duração aproximada de 2h, apenas para os participantes que assinalem esta opção no ato da inscrição);

10h00 – **14h00** - Secretariado **TPG 165K** (em frente à Câmara Municipal de Melgaço)

14h00 – Chega prevista dos primeiros atletas **4 Days** à meta Km 56 na Vila do Gerês

16:00h - Partida **TPG 165K**

18h00 – Chegada prevista dos primeiros atletas **TPG 165K** a Castro Laboreiro

18h45 – Chegada prevista dos primeiros atletas **TPG 165K** a Porta de Lamas de Mouro

19h30 - Chegada prevista dos primeiros atletas **TPG 165K** a Peneda.

21h30 – Transporte em autocarro para os atletas **TPG 105Km**, de Montalegre para o Castelo do Lindoso (viagem com a duração aproximada de 40min, apenas para os participantes que assinalem esta opção no ato da inscrição);

22h00 – Abertura do secretariado **TPG 105Km** (Castelo Lindoso)

22h40 - Chegada prevista dos primeiros atletas **TPG 165Km** ao Km 59 em Lindoso.

24h00 - Partida **TPG 105Km** (Castelo Lindoso)

23h00 - Chega prevista dos últimos atletas **4 Days** à meta Km_56 na Vila do Gerês.

Sábado 28 de Maio 2022

01h00 – Passagem estimada dos primeiros atletas **TPG 165Km** ao Km 74 na Barragem de Vilarinho das Furnas

02h45 – Passagem estimada dos primeiros atletas **TPG 165Km** ao Km 90 na Vila do Gerês.

05h30 – Passagem estimada dos primeiros atletas **TPG 165Km** ao Km 107 em Cabril.

06h30 – Transporte para os atletas **TPG 60Km**, de Montalegre para Cabril (viagem com a duração aproximada de 1h, apenas para os participantes que assinalem esta opção no ato da inscrição);

08h00 – Partida **4 Days** (Vila do Gerês - Paradela 40kms)

08h00 – Partida **TPG 60Km** (Cabril)

08h45 – Passagem estimada dos primeiros atletas **TPG 165Km** ao Km 124 na Barragem da Paradela

- 09h00** – Transporte para os atletas **TPG 42Km**, de Montalegre para Tourém (viagem com a duração aproximada de 40min, apenas para os participantes que assinalem esta opção no ato da inscrição);
- 10h30** – Passagem estimada dos primeiros atletas **TPG 165Km** ao Km 138 em Pitões das Júnias
- 10h30** – Partida **TPG 42Km** (Tourém)
- 13h20** – Chegada estimada primeiros atletas **TPG 165Km** (Castelo Montalegre)
- 13h20** – Chegada estimada primeiros atletas **TPG 105Km non-stop** (Castelo Montalegre)
- 14h20** – Chegada prevista dos primeiros atletas do **TPG 60km**
- 14h30** – Chegada prevista dos primeiros atletas do **TPG 42km**
- 13h00** – Chegada prevista dos primeiros atletas **4 Days** à meta Km_40 em Paradela
- 19h00** – Chegada prevista dos últimos atletas **4 Days** à meta Km_40 em Paradela
- 22h00**- Tempo Limite (14h) dos últimos atletas do TPG_60km

Domingo 29 de Maio 2022

- 05h00** – Tempo Limite (29h) dos últimos atletas do TPG_105km
- 07h30** – Transporte para os atletas **TPG 27Km**, de Montalegre para Pitões das Júnias (viagem com a duração aproximada de 40min, apenas para os participantes que assinalem esta opção no ato da inscrição);
- 09h00** – Partida **TPG_27Km** (Pitões das Júnias)
- 07h30** - Partida **4 Days** (Paradela - Montalegre 37kms)
- 11h15** – Chegada prevista dos primeiros atletas do **TPG_27km**
- 16h00** – Tempo Limite últimos atletas TPG_165km, TPG_105km e 4 Days.
- 16h00** - **Encerramento do evento TransPeneda-Gerês (TPG); Cerimónia de entrega de Prémios (Castelo de Montalegre)**
- 17h30** – Transporte em autocarro do centro de Montalegre para o aeroporto do Porto.

2.3. Mapa / perfil altimétrico

Mais informações brevemente em:

<https://www.carlossanatureevents.com/pt/tpg>

2.4. Tempo limite / Barreiras horárias

O corredor que se retirar deverá avisar a organização do seu abandono, comunicando à mesma o seu nº de dorsal.

Tempos limite para a realização das provas TPG:

- TPG 165 Km Non-stop: tempo limite de 48h;
- TPG 105Km Non-stop: tempo limite de 29h;
- TPG 60Km: tempo limite de 14h;
- TPG 42Km: tempo limite de 12h;
- TPG 27Km: tempo limite de 7h.

A conclusão do evento será o fecho da meta às 16h de Domingo, dia 29 de Maio.

Barreiras horárias TPG 165km

- 1ª Base de Vida, Lamas de Mouro, Km 26, às 22h00 de sexta-feira dia 27 de Maio
- 2ª Base de Vida, Lindoso, Km 59, às 05h00 de sábado dia 28 de Maio
- 3ª Base de Vida, Vila do Gerês, Km 90, às 14h00 de sábado dia 28 de Maio
- 4ª Base de Vida, Barragem de Paradela, Km 130, às 06h00 de domingo dia 29 de Maio
- Abastecimento, Pitões das Júnias, Km 145, às 10h00 de domingo dia 29 de Maio

Barreiras horárias TPG 105km

- 1ª Base de Vida, Barragem de Paradela, Km 70, às 17h00 de sábado dia 28 de Maio
- 2ª Base de Vida, Pitões das Júnias, Km 85, às 21h00 de sábado dia 28 de Maio

2.5. Metodologia de controlo de tempos

Controlo realizado através dum chip inserido no dorsal.

2.6. Postos de controlo

Os controlos intermédios estarão em local a definir pela organização.

2.7. Partidas e Chegadas

Se na data de realização do evento a Pandemia por COVID-19 ainda se mantiver serão aplicadas as medidas de segurança que se descreverão neste e nos pontos seguintes do regulamento.

Em função do estado da Pandemia e das restrições inerentes à data do evento, a organização orientará a forma de fazer a partida, de acordo com as orientações das autoridades de saúde.

O uso de máscara facial é obrigatório na partida e até 400m após a mesma, podendo depois ser retirada em local que estará devidamente assinalado.

O relógio iniciará a contagem no momento estabelecido, com ou sem a presença dos participantes. À chegada, após cortar a meta, todos os participantes são obrigados a colocar novamente a máscara de proteção.

2.8. Bases de Vida/Abastecimentos

TPG 165KM

CP's	KM's	BARREIRAS HORÁRIAS	SACOS	DORMIDAS	DUCHE
Lamas de Mouro	26	22H00 SEXTA-FEIRA	—	—	—
Lindoso	59	05:00 SÁBADO	✓	—	—
Gerês	90	14:00 SÁBADO	✓	✓	✓
Abastecimento Cabril	108	—	—	—	—
Paradela	130	06:00 DOMINGO	✓	✓	✓
Abastecimento Pitões	145	10:00 DOMINGO	—	—	—
Meta	168	48H	✓	✓	✓

TPG 105KM

CP's	KM's	BARREIRAS HORÁRIAS	SACOS	DORMIDAS	DUCHE
Gerês	30	—	✓	✓	✓
Abastecimento Cabril	48	—	—	—	—
Paradela	70	17:00 SÁBADO	✓	✓	✓
Abastecimento Pitões	85	21:00 SÁBADO	—	—	—
Meta	105	29h	✓	✓	✓

TPG 60KM

ABASTECIMENTOS	KM's	BARREIRAS HORÁRIAS	DUCHE
Muro de Cabril	8	—	—
Paradela	22	—	—
Pitões das Júnias	37	—	—
Travassos	43	—	—
Meta	60	14h	✓

TPG 42KM

ABASTECIMENTOS	KM's	BARREIRAS HORÁRIAS	DUCHE
Fronteira	9	_____	_____
Pitões das Júnias	18	_____	_____
Travassos	28	_____	_____
Meta	42	12h	✓

TPG 27KM

ABASTECIMENTOS	KM's	BARREIRAS HORÁRIAS	DUCHE
Travassos	13	_____	_____
Meta	27	7h	✓

À entrada nas Bases de Vida e abastecimentos é obrigatória a desinfeção das mãos e o uso de máscara de proteção durante a permanência nas mesmas. São aconselhados todos os participantes a manter o distanciamento social de 2m e fazer a lavagem eficaz das mãos sempre que possível.

Apenas para os participantes no TPG 165Km e TPG 105km será permitido ter o apoio de um elemento externo nas bases de vida. O elemento externo deverá entrar ao mesmo tempo que o atleta nas Bases de Vida/Abastecimentos para poder prestar o apoio.

Os elementos externos devem obedecer às mesmas regras de segurança que os participantes: uso obrigatório de máscara durante a permanência na Base de Vida/Abastecimentos, desinfeção das mãos e distanciamento social.

Os elementos da organização irão gerir o bom funcionamento das Bases de Vida/Abastecimentos e o cumprimento das regras de segurança, nomeadamente no que diz respeito ao tempo de permanência nas mesmas, apelando sempre ao bom senso dos intervenientes.

Os participantes e elementos externos de apoio devem sempre obedecer às orientações dos elementos da organização.

Nas bases de vida os participantes terão disponível comida, bebida e uma área de descanso.

Alimentação nas Bases de Vida

As várias provas deste evento realizam-se em semi-autonomia, sendo fundamental que cada atleta se faça acompanhar por uma quantidade mínima de calorias e líquidos, de forma a satisfazer as suas necessidades entre bases de vida/abastecimentos. Nas bases de vida/abastecimentos estarão sempre disponíveis os seguintes alimentos: laranja, banana, batata frita, bolachas/biscoitos variados, barras energéticas, frutos secos, canja/sopa, sal, água, café, coca-cola e isotónico.

Para além destes teremos outros alimentos que variarão ao longo das bases de vida: massas variadas, presunto/queijo, pão, aletria, bolos, melancia/melão, tomate, carnes grelhadas...

Informamos também que os **abastecimentos líquidos não serão fornecidos através de garrafas nem de copos plásticos. Cada atleta é responsável por levar consigo o (s) recipiente (s) que julguem mais adequado (s) para a sua hidratação (preferencialmente servindo também para bebidas quentes).**

Apenas os elementos do staff tocarão nos recipientes com a comida e bebidas disponibilizadas. **Os atletas não devem tocar nos recipientes e apenas indicar o que pretendem.**

Após abastecerem-se os atletas devem sair da Área de alimentação, manter o distanciamento social de 2m recomendado pela DGS relativamente a outros atletas e, só após, retirarem a máscara de proteção para poderem comer.

Sacos individuais – apenas para os participantes no TPG 165KM e TPG 105KM

Cada participante irá receber da organização **um saco para cada base de vida** onde pode colocar os seus pertences individuais e o material que irá necessitar ao longo da prova.

Esses sacos deverão ser entregues à organização antes da partida, devidamente identificados com os cartões que serão fornecidos no levantamento do dorsal, e serão transportados para as respetivas Bases de Vida/abastecimentos pela organização.

2. 9. Material obrigatório e recomendado

O controle do material obrigatório poderá ser feito durante a entrega do dorsal ou em qualquer momento no decorrer da prova desde a partida.

É obrigatório o uso de máscara de proteção no recinto de levantamento dos dorsais, na arena do evento, no local da partida até ponto devidamente assinalado, nas Bases de Vida e logo após o corte da meta.

MATERIAL OBRIGATÓRIO	165KM	105KM	60KM	42KM	27KM
Sistema GPS	✓	—	—	—	—
2 frontais operacionais	✓	✓	—	—	—
Telemóvel operacional	✓	✓	✓	✓	✓
Manta de sobrevivência	✓	✓	✓	✓	✓
Apito	✓	✓	✓	✓	✓
Máscara facial	✓	✓	✓	✓	✓
Saco único <small>(para transporte entre bases de vida)</small>	✓	✓	—	—	—
Saco-cama <small>(caso queiram descansar nas bases de vida)</small>	✓	✓	—	—	—
Casaco impermeável com capuz	✓	✓	—	—	—
Camisola térmica de mangas compridas	✓	✓	—	—	—
Reserva alimentar entre bases de vida	✓	✓	✓	✓	✓
Copo reutilizável	✓	✓	✓	✓	✓
Banda elástica adesiva	✓	✓	✓	—	—
MATERIAL RECOMENDADO	165KM	105KM	60KM	42KM	27KM
Bastões	✓	✓	✓	✓	—
Calças impermeáveis	✓	✓	✓	✓	—
Luvas/Boné	✓	✓	✓	✓	—

Independentemente das condições climatéricas os participantes devem considerar este material como o seu **Kit de Sobrevivência**, portanto aconselha-se que acompanhe sempre os atletas em terreno montanhoso de difícil acesso.

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

A organização terá um sistema de segurança ao longo de todo o percurso, contudo, dado que será impossível realizar corte de tráfego rodoviário nalgumas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas estradas de uso público, devendo ainda respeitar o meio envolvente ao percurso, tendo consciência de que o mesmo pode atravessar propriedade privada, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

2.11. Desclassificações

Ficará desclassificado todo aquele que:

- Não cumpra o presente regulamento;
- Não complete a totalidade do percurso;
- Deteriore ou suje o meio por onde passe;
- Não leve o seu dorsal bem visível;
- Ignore as indicações da organização;
- Tenha alguma conduta antidesportiva.

A organização impedirá, em futuras edições, a inscrição de participantes que sejam abrangidos por alguma das últimas duas alíneas.

2.12. Responsabilidades perante o atleta/ participante

- A inscrição na prova implicará total aceitação do presente regulamento.
- Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais, ou de qualquer outra natureza, a si mesmos e/ou a terceiros.
- A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente, de negligência, ou de roubo de objetos e/ou valores, relativamente aos participantes.
- Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de responsabilidade resultante dos atos acima descritos.
- Durante a prova os atletas poderão efetuar ultrapassagens desde que as mesmas não coloquem em risco a sua integridade e a dos seus concorrentes, tendo o cuidado de a sinalizar, devendo manter sempre um afastamento de 2 metros do atleta a ser ultrapassado. Os atletas ultrapassados devem facilitar a manobra de ultrapassagem, encostando-se ao máximo ou parando se necessário.

2.13. Seguro desportivo

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

3. Inscrições

3.1. Processo de inscrição (página web)

A inscrição deverá ser realizada *online* através do site:

<https://www.carlossanatureevents.com/pt/tpg>

3.2. Valores e períodos de inscrição

As inscrições *online* abrem em 23 de Maio de 2021 e encerram a 15 de Maio 2022 ou quando forem atingidos os limites de inscrição.

TPG 165 km

De 23 de Maio de 2021 a 15 de Maio 2022 - 140€

(nota: possibilidade de pagamento em 2 partes)

O valor de inscrição inclui: dorsal, Jersey oficial, seguro de acidentes pessoais, colete oficial TPG, medalha de finalista, 4 bases de vida + 1 abastecimento, serviço de segurança e socorro, transporte para a meta em caso de desistência, banhos, reforço alimentar no final da prova. A organização poderá substituir algumas destas ofertas por outras similares.

TPG 165 km 4 Days

De 23 de Maio de 2021 a 15 de Maio 2022 - 350€

(Extra Hotel 3 noites em quarto partilhado + 100€)

(Extra Hotel 3 noites em quarto Single + 200€)

(nota: possibilidade de pagamento em 2 partes)

O valor de inscrição inclui: dorsal, Jersey oficial, seguro de acidentes pessoais, colete oficial TPG, medalha de finalista, abastecimentos, serviço de segurança e socorro, espaço para acampar, reforço alimentar no final de cada etapa, transferes para os alojamentos. A organização poderá substituir algumas destas ofertas por outras similares.

TPG 105 km

De 23 de Maio de 2021 a 15 de Maio 2022 - 95€

(nota: possibilidade de pagamento em 2 partes)

O valor de inscrição inclui: dorsal, Jersey oficial, seguro de acidentes pessoais, colete oficial TPG, medalha de finalista, 2 bases de vida + 1 abastecimento, serviço de segurança e socorro, banhos, transporte para a meta em caso de desistência, reforço alimentar no final da prova. A organização poderá substituir algumas destas ofertas por outras similares.

TPG 60 km

De 23 de Maio de 2021 a 15 de Maio 2022 - 60€

O valor de inscrição inclui: dorsal, Jersey oficial, seguro de acidentes pessoais, medalha de finalista, abastecimentos, serviço de segurança e socorro, transporte para a meta em caso de desistência, banhos, reforço alimentar no final da prova. A organização poderá substituir algumas destas ofertas por outras similares.

TPG 42 km

De 23 de Maio de 2021 a 15 de Maio 2022 - 50€

O valor de inscrição inclui: dorsal, Jersey oficial, seguro de acidentes pessoais, medalha de finalista, abastecimentos, serviço de segurança e socorro, transporte para a meta em caso de desistência, banhos, reforço alimentar no final da prova. A organização poderá substituir algumas destas ofertas por outras similares.

TPG 27 km

De 23 de Maio de 2021 a 15 de Maio 2022 - 40€

O valor de inscrição inclui: dorsal, Jersey oficial, seguro de acidentes pessoais, medalha de finalista, abastecimentos, serviço de segurança e socorro, transporte para a meta em caso de desistência, banhos, reforço alimentar no final da prova. A organização poderá substituir algumas destas ofertas por outras similares.

3.3. Condições de devolução do valor de inscrição

No caso do atleta cancelar a sua participação será devolvido parte do valor já pago conforme a tabela a baixo:

Data de Cancelamento	Percentagem de Reembolso
até 28 de Fevereiro	70% da taxa de inscrição será devolvido
01 de Março a 30 de Abril	40% da taxa de inscrição será devolvido
Após 1 de Maio	Sem Reembolso

No caso de as condições climatéricas ou motivos de força maior não permitirem a realização do evento e levarem ao seu cancelamento, as inscrições serão automaticamente transferidas para a edição de 2023, se for pedida a devolução pelo participante será feita a devolução de 70% do valor;

3.4. Material incluído com a inscrição

Ver ponto 3.2.

3.5. Serviços de Transporte

Haverá vários transferes opcionais para facilitar a logística aos atletas que não viagem em família ou grupo.

- 26 Maio 2022, **09:00h** - Transfer dos atletas **TPG 4 Days** do aeroporto do Porto para Melgaço (cerca de 2h de viagem); custo de 10€; reserva no ato da inscrição
- 27 Maio 2022, **08:00h** - Transfer dos atletas **TPG 165km** do aeroporto do Porto para Melgaço (cerca de 2h de viagem); custo de 10€; reserva no ato da inscrição
- 27 Maio 2022, **08:00h** - Transfer dos atletas **TPG 165Km** de Montalegre para Melgaço (cerca de 2h de viagem); custo de 10€; reserva no ato da inscrição
- 27 Maio 2022, **21:00h** - Transfer dos atletas **TPG 105Km** de Montalegre para Castelo Lindoso ; custo de 10€; reserva no ato da inscrição
- 28 Maio 2022, **06:30h** - Transfer dos atletas **TPG 60Km** de Montalegre para Cabril (cerca de 1h de viagem); custo de 5€; reserva no ato da inscrição
- 28 Maio 2022, **09:00h** - Transfer dos atletas **TPG 42Km** de Montalegre para Tourém (cerca de 40min de viagem); custo de 5€; reserva no ato da inscrição
- 29 Maio 2022, **07h30** – Transfer dos atletas **TPG 27Km** de Montalegre para Pitões das Júnias (cerca de 40min de viagem); custo de 5€; reserva no ato da inscrição
- 29 Maio 2022, **17:30h** - Transfer dos atletas para **Aeroporto do Porto** ; custo de 10€; reserva no ato da inscrição

3.6. Secretariado da prova

Para a distância **TPG 165 Km** o secretariado funcionará no dia 26 de Maio de 2022, nos Bombeiros Voluntários de Melgaço, entre as 11h e as 15h, e no dia 27 de Maio de 2022, nos Bombeiros Voluntários de Melgaço, entre as 10h e as 14h30.

Para a distância **TPG 4 Days** o secretariado funcionará no dia 26 de Maio de 2022, nos Bombeiros Voluntários de Melgaço, entre as 11h e as 14h

Para os atletas **TPG 105Km** o secretariado funcionará no Castelo de Lindoso, no dia 27 de Maio às 22h00.

Para a distância **TPG 60Km** o secretariado funcionará no Pavilhão Multiusos de Montalegre, no dia 27 de Maio, entre as 19h00 às 22h00, em casos excecionais no dia 28 de Maio na linha de Partida das 07h às 08h00.

Para a distância **TPG 42Km** o secretariado funcionará no Pavilhão Multiusos de Montalegre, no dia 27 de Maio, entre as 19h00 e as 22h00, em casos excecionais no dia 28 de Maio no Multiusos de Montalegre, das 07h00 às 09h00.

Para a distância **TPG 27Km** o secretariado funcionará no Pavilhão Multiusos de Montalegre, no dia 29 de Maio, entre as 05h00 e as 07h30.

Todos os participantes devem levantar o seu dorsal nos dias e horários previstos, para evitar constrangimentos no secretariado facilitando o cumprimento das orientações da DGS relativamente à Pandemia por COVID-19. Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de um documento de identificação, do Termo de Responsabilidade e de quatro alfinetes.

É obrigatória a desinfecção das mãos e o uso de máscara durante a permanência no secretariado.

O levantamento do dorsal será pessoal, isto é, o dorsal só será entregue ao atleta em questão.

Tendo em conta as orientações da DGS no combate à COVID-19, no ato do levantamento do dorsal será solicitado a cada participante a assinatura de um Termo de Responsabilidade, no qual assumirá o seguinte:

- Que leu e aceita na íntegra o presente regulamento;
- Que tem capacidade física e psicológica para participar neste tipo de evento;
- Que não apresenta sintomatologia suspeita de infeção por COVID-19;
- Que não teve contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-Cov2 ou Covid-19 nos últimos 14 dias.

O Termo de Responsabilidade deve ser impresso, devidamente assinado e entregue no secretariado no ato do levantamento do dorsal. O link para download do ficheiro será facultado brevemente.

4. Categorias e prémios

4.1. Data, local e hora entrega prémios

Cerimónia de Entrega de Prémios no dia 29 de Maio de 2022, pelas 16h00h no Castelo de Montalegre.

4.2. Premiação

No que diz respeito à classificação geral serão atribuídos troféus e prémios monetários segundo a tabela abaixo:



				Time Split
	M/F	Male	Female	Male / Female
TPG - 165k				
Record		1.000€	1.000€	
1º Place*	✓	700€	700€	250€
2º Place	✓	500€	500€	Castro Laboreiro
3º Place	✓	300€	300€	Castle
4º Place	✓	250€	250€	km_17
5º Place	✓	150€	150€	
6º Place	✓	125€	125€	250€
7º Place	✓	100€	100€	Lindoso Castle
8º Place	✓	75€	75€	km_59
9º Place	✓	50€	50€	
10º Place	✓	50€	50€	
TPG - 105k		—	—	
1º Place	✓			250€
2º Place	✓			Vila do Gerês
3º Place	✓			km_30
TPG - 60k		—	—	
1º Place	✓			250€
2º Place	✓			Cabril
3º Place	✓			km_5,5
TPG - 42k		—	—	
1º Place	✓			
2º Place	✓			
3º Place	✓			
TPG - 27k		—	—	
1º Place	✓			
2º Place	✓			
3º Place	✓			

Haverá classificação e prémios por equipas para a qual contam os tempos dos 3 melhores atletas na classificação geral, (não há distinção de sexo ou idade).

Irá também haver classificação segundo os seguintes escalões etários:

- M/F Juniores – 18 e 19 anos
- M/F Sub 23 - dos 20 aos 22 anos
- M/F Seniores - dos 23 aos 39 anos
- M/F40 – dos 40 aos 49 anos
- M/F50 – dos 50 aos 59 anos
- M/F60 - mais de 60 anos

Serão atribuídos troféus aos 3 primeiros homens e 3 primeiras mulheres de cada escalão etário.

5. Informações

5.1 Como Chegar

<https://www.cm-melgaco.pt/visitar/como-chegar/#mainContentOfPageID>

<https://www.cm-montalegre.pt/pages/409>

5.2 Onde ficar

<https://www.cm-melgaco.pt/visitar/onde-dormir/#mainContentOfPageID>

<https://www.cm-montalegre.pt/pages/388>

6. Marcação e controles

O percurso do TPG 165Km estará apenas pré-marcado em viragens ou em locais de difícil orientação, sendo que será obrigatório ter um GPS para seguir o track fornecido pela organização.

Nas restantes distâncias (TPG 105KM, TPG 60Km, TPG 42km e TPG 27Km) o percurso estará marcado com fitas e bandeiras de cor viva.

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 abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

Para 2022 a Carlos Sá Nature Events quer propor, a todos os que decidam inscrever-se nos seus eventos, uma pequena contribuição de 5€ (opcional) para a compra de árvores autóctones. Em conjunto com os parceiros locais que nos têm acompanhado ao longo dos últimos anos, a Carlos Sá Nature Events, compromete-se, com os fundos angariados, a desenvolver ações de plantação de árvores e reflorestação de zonas ardidas nas áreas geográficas onde desenvolve a sua atividade. Estas ações serão agendadas e levadas a cabo pela CSNE seguindo as orientações destes parceiros locais que, melhor do que ninguém, conhecem a região, as espécies e as alturas certas para fazer as plantações.

Poderão associar-se a esta iniciativa selecionando o EXTRA “Compensação Carbónica” no ato da inscrição.

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 ao direito de realizar as modificações que considere necessárias, dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova, se as condições meteorológicas assim o obrigarem, ou por motivos de força maior.

12. Regulamento do Circuito Best Trail Series

12.1. Apresentação do Circuito

O Circuito de Trail, denominado Best Trails Series (BTS), é da responsabilidade da Carlos Sá Nature Events. Será realizado durante o ano de 2021, sendo constituído por 5 provas de Trail Running conforme calendário abaixo.

Se, por motivos de força maior, alguma ou algumas das provas não se realizarem ou as datas das mesmas tiverem de ser alteradas, este regulamento poderá sofrer alterações nas quais a organização é soberana.

Os participantes do circuito comprometem-se a cumprir e a respeitar integralmente os regulamentos das provas que o compõem.

12.2 Apresentação do Calendário

- Data ainda por definir – Douro Trail Adventure
- 26 a 29 Maio - TransPeneda-Gerês (27k, 42k, 60k, 105k, 165k e TPG 4Days)
- Data ainda por definir – Serra Amarela Sky Marathon (Prólogo 2k, 15k, 34k, 48k)
- Data ainda por definir - Penacova Trail do Centro (Prólogo 3,5k, 17k, 30k, 43k)
- Data ainda por definir - Grande Trail Serra D'Arga (GTSA Vertical, Prólogo 3,5k, 15k_Sunset, 17k, 27k, 45k, 110k)
- Data ainda por definir - Gerês Extreme Marathon (Prólogo2.5k, Extreme_Mile, 14k, 21k, 32k, 42k, Extreme_90k)

12.3. Objectivos

12.3.1 – Promover e premiar a participação nas provas organizadas pela Carlos Sá Nature Events;

12.3.2 - Promover um Circuito de provas com grande qualidade e com distâncias variáveis, para atletas de trail e de estrada;

12.3.3 - Dar maior visibilidade aos atletas de elite e do pelotão;

12.3.4 - Valorizar o esforço dos atletas de elite e atletas de pelotão;

12.3.5 - Dar maior visibilidade aos patrocinadores e parceiros da Carlos Sá Nature Events.

12.4. Características

12.4.1 - Pontuam para o Circuito BTS todas as distâncias de cada uma das provas.

12.4.2 - Cada distância contribui para o Circuito BTS com a sua classificação geral e por escalões.

12.4.3 - Ao inscrever-se numa das provas do Circuito BTS, o atleta fica logo habilitado a obter pontuação no Circuito.

12.4.4 - Só serão considerados *Finisher do Circuito BTS*, os atletas que sejam finalistas em pelo menos 3 das 5 provas do Circuito. O prémio de Finisher serão Colete alusivo ao Circuito.

12.4.5 – Para poder disputar os prémios finais do Circuito será necessário ser Finisher em pelo **menos 4 das 5 provas, sendo escolhidos os melhores resultados**.

12.4.6 – As provas Gtsa Vertical, GTSA Sunset, Extreme Mile e os Prólogos são provas que contribuem com pontos bónus para a classificação final dos atletas. Não podem individualmente ser consideradas como provas classificativas para o circuito, ou seja, não basta ser finisher em 3 destas provas para ser considerado finisher do circuito.

12.4.7 - Não haverá classificação por equipas no Circuito BTS.

12.5. Inscrições

12.5.1 - As inscrições são feitas através de www.carlossanatureevents.com

12.6. Pontuações para o circuito Best Trail Series

Poderá ser consultada a tabela das provas que pontuam para o Circuito Best Trail Series e respetivas pontuações aqui:

https://www.carlossanatureevents.com/pdfs/publicfiles/RegulamentoCircuito2021_PT.pdf

12. 7. Prémios finais do Circuito Best Trail Series

12.7.1 - No final do Circuito haverá uma classificação geral F/M e por escalões com excelentes prémios, conforme descrição abaixo.



Geral	
	M/F
FINAL	
1º Place	700€
2º Place	500€
3º Place	300€
4º Place	250€
5º Place	150€
6º Place	125€
7º Place	100€
8º Place	75€
9º Place	50€
10º Place	50€

12.7.2 Todos os Finishers terão direito a um colete alusivo ao circuito Best Trail Series. Haverá ainda um prémio extra para os atletas que sejam finishers nas 5 provas do circuito.

12.7.3 - Poderão ser distribuídos por sorteio outros prémios que a Organização do Circuito consiga angariar.

12.7.4 – A Cerimónia de Entrega de Prémios do final do Circuito Best Trail Series será realizada no evento Gerês Extreme Marathon, no dia 5 de Dezembro de 2021. Quem não comparecer na cerimónia e quiser o prémio de finalista, o mesmo será enviado por correio com os portes pagos pelo atleta.

12.7.5 – Os atletas que tenham direito a prémios monetários terão de apresentar à organização um recibo de valor equivalente (passado pelo clube ou recibo verde). Caso contrário a organização terá de descontar 23% do IVA.

12.8. Escalões

12.8.1 - Femininos:

- F Juniores – 18 e 19 anos
- F Sub 23 - dos 20 aos 22 anos
- F Seniores - dos 23 aos 39 anos
- F40 – dos 40 aos 49 anos
- F50 – dos 50 aos 59 anos
- F60 - mais de 60 anos

12.8.2 - Masculinos:

- M Juniores – 18 e 19 anos
- M Sub 23 - dos 20 aos 22 anos
- M Seniores – dos 23 aos 39 anos
- M40 – dos 40 aos 49 anos
- M50 – dos 50 aos 59 anos
- M60 - Mais de 60 anos

Categories		VOUCHERS
		M/F
Junior- 18/19 years		
1º Place		100€
2º Place		70€
3º Place		50€
		VOUCHERS
		M/F
Sub 23_ 20-22 years		
1º Place		100€
2º Place		70€
3º Place		50€

VOUCHERS	
M/F	
Senior_ 23/39 years	
1º Place	100€
2º Place	70€
3º Place	50€

VOUCHERS	
M/F	
M/F 40_ 40-49 years	
1º Place	100€
2º Place	70€
3º Place	50€

VOUCHERS	
M/F	
M/F 50_ 50-59 years	
1º Place	100€
2º Place	70€
3º Place	50€

VOUCHERS	
M/F	
M/F 60_ over 60 years	
1º Place	100€
2º Place	70€
3º Place	50€

12.8.3 – Os atletas que mudem de escalão durante este ano, ficam a pontuar para o circuito no escalão etário considerando a idade completada até 31 de Outubro, conforme regulamentação da ATRP.

12.8.4 - Os vouchers de prémio atribuídos aos vencedores nos escalões, terão que ser usados na época seguinte e para qualquer evento da Carlos Sá Nature Events: provas, Trail Tours, Trail Camps, Hiking Tours ou merchandising.

12.9. Desempate entre atletas

12.9.1 - Em caso de empate tem vantagem o atleta com mais participações em provas do Circuito;

12.9.2 - Mantendo-se o empate, os prémios monetários dessa posição e da posição seguinte são somados e divididos igualmente entre os dois atletas.

12.10. Atualização da classificação

12.10.1 - A atualização da classificação geral, e escalões, está a cargo da Direção do Circuito, que terá a obrigatoriedade de atualizar e divulgar as tabelas classificativas;

12.10.2 – Toda a informação relativa ao Circuito e às provas que o integram, bem como as tabelas classificativas, estará disponível em www.carlossanatureevents.com

12.11. Omissões

Os casos omissos neste Regulamento serão resolvidos soberanamente pela Direção do Circuito.

12.12. Prémios em cada prova que integra o Circuito Best Trail Series

Toda a informação disponível em:

https://www.carlossanatureevents.com/pdfs/publicfiles/RegulamentoCircuito2021_PT.pdf