Regulamento Interno do
Circuito dos Trilhos de Valongo

FEVEREIRO 2023

1. Apresentação

O Circuito dos Trilhos de Valongo é constituído por 5 Trails, que decorrem anualmente, de novembro a outubro do ano seguinte, nas Serras do Concelho de Valongo, sendo apurados os Rankings dos melhores tempos das duas provas Trail Curto e Trail Longo, que se enquadram entre os 10 e 30 quilómetros.

2. Trails / Associações

- Trilhos do Paleozóico – Grupo Dramático e Recreativo de Retorta
- Trail Terra do Brinquedo – Alfena - Kemedo Team - Associação Desportos em Natureza
- Trail Santa Justa – Amigos do Trail Associação Desportiva
- Trail da Quinta das Arcas – Candibyke – Associação de Ciclismo
- Trail Noturno de Valongo – Kemedo Team - Associação Desportos em Natureza

3. Objetivos Gerais

- Dar a conhecer a região onde decorrem as provas do Circuito;
- Promover um conjunto de provas com distâncias variáveis, para atletas de trail;
- Criar oportunidades de prática desportiva e competição saudável para as populações e para ambos os sexos;
- Contribuir para uma melhor qualidade de vida, reforçar a saúde e a alegria de viver;
- Promover a prática de desporto na Natureza, sem impacto ambiental;
- Promover a preservação do meio ambiente.

4. Características

O Circuito consiste numa classificação anual, individual e coletiva de atletas e equipas. Todos os Trails são pontuáveis contribuindo para os Rankings do Circuito. Não importa a distância ou altimetria, desde que as características do percurso contenham na sua maioria trilhos.

As provas que pontuam para o Circuito serão o Trail Curto e o Trail Longo.

5. Comissão Técnica do Circuito / Organização

A Comissão Técnica do Circuito é composta por um elemento de cada Trail, que apenas controla as classificações e premiados, mantendo as listagens gerais atualizadas, apenas dos atletas que escolham fazer parte do circuito.

Após a realização de cada Trail, no máximo até uma semana após a sua realização, as listagens dos tempos deverão ser disponibilizadas para a plataforma do Ranking do Circuito do Município.

Os Organizadores dos Trails que pontuam para o Circuito são independentes e autónomos da Comissão Técnica do Circuito, e de todas as outras entidades que organizam as restantes provas.

6. Participação

O circuito é aberto a todos os participantes dos 5 Trails, sem qualquer custo adicional para o atleta ou equipa.

As inscrições nos Trails são da responsabilidade dos Clubes.

Para pontuar num Trail do Circuito é necessário preencher corretamente todos os dados pessoais no ato da inscrição, e com consentimento dado para participação.

7. Idade para efeitos de pontuação

Para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões, será considerada a idade que o atleta terá a 31 de outubro da época correspondente ao Ranking.

Exemplo: Um atleta que faz 40 anos entre 1 de novembro e 31 de outubro, da época correspondente ao Ranking, será classificado no escalão M40 durante todo o circuito.

8. Inscrições

As inscrições para cada Trail do Circuito serão sempre da responsabilidade dos Clubes, devendo a ficha de inscrição permitir a escolha do atleta participar no Ranking do Circuito (consentimento).

No ato da inscrição (individual ou coletiva) é necessário indicar corretamente:

- Nome
- N.º de Cartão de Cidadão - CC
- Data de nascimento
- Escalão
- Equipa

Nota:

a) Números de Cartões de Cidadão fictícios implicam pontuação nula (= 0);
b) Não serão corrigidos números de CC após a publicação de resultados de cada prova;
c) Cada atleta ao inscrever-se, individualmente ou coletivamente, deverá manter essas características durante todos os Trails do Circuito.
d) d) Caso os atletas mudem de equipa no decorrer do circuito, apenas contribuirão no Ranking de Equipas para a equipa com que se inscreveram no 1.º Trail em que participaram;
e) e) Os atletas que inicialmente se inscrevam como individuais podem passar a integrar uma Equipa ao longo do Circuito;
f) Um atleta que efetue a inscrição de outros com o seu nome, mas com CC e data de nascimento dos colegas que inscrevem, será considerada inscrição nula (= 0).

9. Ranking Individual

Em cada Trail pontuam todos os atletas da geral masculina e feminina dos diferentes escalões.
O Ranking Individual será obtido pela soma de pontos em todos os Trails do Circuito em que o atleta participar.
Assim, pontua para o trail curto e para o trail longo:

- Geral feminina;
- Geral masculina;
- Seniores femininos;
- Seniores masculinos;
- Femininos 40, 50 e 60;
- Masculinos 40, 50 e 60;
- Sub 23 Feminina
- Sub 23 Masculina

10. Ranking Equipas

Em cada Trail pontuam todas as equipas de 3 atletas ou mais, pela soma das pontuações dos seus 3 melhores elementos Masculinos e Femininos. Esta forma de atribuição de pontos é igual para todos os Trails do Circuito.
O Ranking das Equipas será obtido pela soma das pontuações coletivas de todos os Trails do Circuito e pontuam:

- Geral Feminino Trail Longo e Trail Curto;
- Geral Masculino Trail Longo e Trail Curto;
- Absoluto Trail Longo e Trail Curto.

11. Prémios

Após o último Trail do Circuito será apurada a classificação final e entregue os prémios, em cerimónia a realizar, em data e local a indicar.
Além dos troféus atribuídos aos lugares de pódio, cada organização pode também premiar com inscrições.
Outros prémios que se consigam angariar.

Troféus a atribuir aos lugares de pódio do Trail Curto e do Trail Longo:

Equipa	Feminina	1.ª, 2.ª e 3.ª
Equipa	Masculina	1.ª, 2.ª e 3.ª
Equipa	Absoluto	1.ª, 2.ª e 3.ª
Individual Femininos	Geral Feminina, Seniores-F, F40, F50, F60, Sub 23	1.ª, 2.ª e 3.ª
Individual Masculinos	Geral Masculina, Seniores-M, M40, M50, M60, Sub 23	1.º, 2.º e 3.º

12. Pontuação

A pontuação é calculada em separado para Masculinos e Femininos, em função do tempo gasto pelos vencedores M/F à geral.
A vencedora da geral feminina tem 1000 pontos. Os pontos das restantes atletas femininas são calculados em relação ao tempo da 1.ª.
O vencedor da geral masculina tem 1000 pontos. Os pontos dos restantes atletas masculinos são calculados em relação ao tempo do 1.º.

Fórmula de pontuação em cada prova:

```
PONTOS_ATLETA = TRUNCAR( ( TEMPO_VENCEDOR_GERAL / TEMPO_ATLETA ) x 1000)
```

Exemplo:

Vencedor à geral	1h 47m 39s	1000 Pontos
Tempo participante A	1h 49m 05s	986 Pontos
Tempo participante B	3h 08m 26s	571 Pontos

13. Omissões

Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos soberanamente pela Comissão Técnica do Circuito.

FIM