

TRAIL MADEIRA

REGULAMENTO 2022/2023



1. INTRODUÇÃO

O Circuito Regional *TRAIL MADEIRA* é um projeto da AARAM iniciado na época de 2015/2016 que tem por objetivo enquadrar esta vertente da modalidade e corresponder à crescente e elevada adesão à corrida em trilhos na natureza. Constitui o presente Regulamento um documento orientador que especifica as normas que devem reger o formato e a composição do Circuito Regional doravante designado TRAIL MADEIRA.

2. OBJECTIVOS

- 2.1. Permitir a prática organizada de corridas em trilhos.
- 2.2. Contribuir para uma ocupação organizada dos tempos livres dos cidadãos.
- 2.3. Contribuir para que tenhamos uma população cada vez mais ativa e participativa nos eventos desportivos desta natureza.
- 2.4. Promover a regularidade e competitividade entre atletas participantes no conjunto das provas.
- 2.5. Organizar um “Circuito” competitivo, culminando com uma classificação final.

3. CARACTERIZAÇÃO DO TRAIL RUNNING

- 3.1. Cada prova de corrida em trilhos (*Trail Running*) é classificada de acordo com o padrão oficial como: **TRAIL** (até 42,195km) ou **TRAIL ULTRA** (acima de 42,195km).
 - 3.1.1. As provas de TRAIL subdividem-se em **TRAIL CURTO** (TC - até 21,0975km) e **TRAIL LONGO** (TL - acima de 21,0975km até 42,195km).
 - 3.1.2. As provas de TRAIL ULTRA subdividem-se em: **TRAIL ULTRA MÉDIO** (TUM - acima de 42,195km até 69km), **TRAIL ULTRA LONGO** (TUL - entre 70 e 99km) e **TRAIL ULTRA ENDURANCE** (TUXL – a partir de 100km).
- 3.2. Cada tipo de Trail pode ainda ter diferentes graus de dificuldade. O grau de dificuldade é dependente do quociente entre o desnível positivo acumulado (D+) e a distância total da prova (DT) de acordo com a seguinte fórmula: $D+/DT*100$ (distância e desnível em metros). Estão definidos quatro graus de dificuldade:
 - Grau 1: $D+/DT*100 \leq 3$ (dificuldade MODERADA)
 - Grau 2: $D+/DT*100 \leq 5$ (dificuldade DIFÍCIL)
 - Grau 3: $D+/DT*100 \leq 7$ (dificuldade MUITO DIFÍCIL)
 - Grau 4: $D+/DT*100 > 7$ (dificuldade EXTREMA)
- 3.3. Cada evento pode incluir um ou mais tipos de Trail e diferentes graus de dificuldade.
- 3.4. Os percursos escolhidos estarão sujeitos à avaliação por parte da Direção Técnica da AARAM.

4. ORGANIZAÇÃO

- 4.1. O *TRAIL MADEIRA* é constituído por um conjunto de provas, a realizar em diferentes concelhos da R.A.M., conforme consta do regulamento de cada prova inserida no Calendário Regional da AARAM. É um projeto da responsabilidade da AARAM, contando com a colaboração das várias entidades organizadoras de provas de *Trail Running*.
- 4.2. As provas serão realizadas de acordo com as normas regulamentares da *Federação Portuguesa de Atletismo*, devendo ser asseguradas as condições mínimas de segurança.

- 4.3. Cada evento poderá integrar mais do que uma corrida de *Trail* (ver caracterização – ponto 3).
- 4.4. À AARAM caberá o papel de supervisão técnica, avaliação, seleção, validação das provas e do respetivo regulamento, assim como o de manter atualizadas as tabelas de classificações deste circuito.
- 4.5. A AARAM providencia o seguro de acidentes pessoais a todos os atletas filiados nesta associação (seguro AARAM ou outro associado à filiação desportiva) e providenciará, sempre que possível, apoio logístico e administrativo diverso.
- 4.6. Caberá às entidades organizadoras elaborar o Regulamento da Prova, respeitando as orientações presentes no “Regulamento Tipo” aprovado; efetuar o licenciamento da prova, cumprindo os prazos estipulados por lei; garantir a colocação dos logótipos da AARAM e do Circuito em toda a documentação relativa ao evento e materiais de divulgação e participar nas reuniões de coordenação e de preparação da prova.
- 4.7. Caberá às entidades organizadoras garantir toda a logística inerente à organização das provas, nomeadamente em termos de segurança das mesmas.
- 4.8. Os valores de inscrição para atletas filiados na AARAM a praticar nas provas do *TRAIL MADEIRA* têm de cumprir os seguintes limites:
- **Trail CURTO – 10 a 15 €**
 - **Trail Longo – 15 a 25 €**
 - **Trail ULTRA – 25 até um máximo de 0,85€ por km**
- 4.9. As entidades organizadoras devem, num prazo máximo de **48 horas** após o término do respetivo evento, remeter à AARAM, para homologação, os resultados finais das provas em formato de folha de cálculo (.xls ou .xlsx). Essa folha de cálculo deve, obrigatoriamente, conter informação organizada nas seguintes **colunas**:
- Número de Cartão de Cidadão
 - Nº de peitoral
 - Sexo
 - Nome de competição (utilizado pela AARAM ou primeiro e último)
 - Data de nascimento (DD.MM.AAA)
 - Nacionalidade (pode ser abreviado – ex. POR)
 - Clube
 - Escalão
 - Classificação
 - Resultado (HH:MM:SS)
- Erros decorrentes da incorreta introdução de dados são da exclusiva responsabilidade das entidades organizadoras. Eventuais reclamações terão de ser colocadas no prazo máximo de 48 horas após a publicitação dos resultados no website da AARAM, após o que os resultados homologados não serão passíveis de recurso.
- 4.10. Atletas e clubes serão pontuados de acordo com o estipulado neste regulamento (pontos 6 e 7).
- 4.11. As provas do *TRAIL MADEIRA* são destinadas aos escalões de seniores e veteranos – atletas de escalões inferiores poderão participar nas provas mediante as restrições regulamentares aplicáveis ao respetivo escalão etário (ver em ANEXOS).

5. PARTICIPAÇÃO

5.1. O circuito *TRAIL MADEIRA* incorpora classificações nas seguintes vertentes de Trail:

- Trail CURTO
- Trail LONGO
- Trail ULTRA

5.1.1. Quando, no mesmo evento, exista mais do que uma prova do mesmo tipo, a entidade organizadora identificará aquela que será pontuável para o respetivo ranking.

5.1.2. Só serão pontuáveis as provas cuja distância seja superior a 5km.

5.2. Cada prova é aberta à participação de toda a população residente e presente na Região, nomeadamente atletas federados e não federados de ambos os sexos.

5.3. A classificação no *TRAIL MADEIRA*, porém, destina-se exclusivamente aos atletas filiados na AARAM.

5.4. Será garantida quota de participação nas provas do *TRAIL MADEIRA* aos seguintes atletas:

- Aos 3 primeiros classificados, masculinos e femininos, do *TRAIL MADEIRA* da época anterior;
- Aos vencedores de cada prova do *TRAIL MADEIRA* da época em curso.

Notas: a) as quotas referem-se às três vertentes da competição (Curto, Longo e Ultra).

b) a quota de participação não isenta do pagamento do valor de inscrição.

6. CLASSIFICAÇÕES INDIVIDUAIS:

6.1. Para cada tipo de Trail haverá uma classificação individual por sexo.

6.1.1. São elegíveis para esta classificação os atletas nascidos em 2003 ou antes (seniores e veteranos).

6.2. Partindo da classificação geral individual por sexo de cada prova de trail, será atribuída a cada atleta uma pontuação correspondente à percentagem do seu tempo relativamente ao tempo do melhor atleta filiado na AARAM (1º=100p; 2º= $T1º/T2º \times 100$...)

6.3. As classificações finais do circuito *TRAIL MADEIRA* em cada sexo são determinadas pela soma das melhores pontuações obtidas por cada atleta nas diferentes provas de cada tipo de trail, de acordo com o seguinte critério:

- Trail **CURTO** – **8 melhores** pontuações
- Trail **LONGO** – **6 melhores** pontuações
- Trail **ULTRA** – **3 melhores** pontuações

Vence o atleta que obtiver a maior soma em cada tipo de trail.

6.4. Em caso de empate, dá-se preferência ao atleta que tenha obtido o maior número vitórias no confronto direto e, se o empate persistir, ao que tenha obtido o maior número de melhores classificações.

7. CLASSIFICAÇÃO COLETIVA

- 7.1. A **classificação coletiva** do TRAIL MADEIRA, é reservada aos clubes filiados na AARAM.
- 7.2. Haverá apenas uma classificação coletiva por sexo, englobando as provas de Trail Curto, Trail Longo e Trail Ultra.
- 7.3. A classificação coletiva, em cada sexo, é elaborada a partir das pontuações obtidas por cada clube nas várias provas que integram o TRAIL MADEIRA.
- 7.4. A pontuação em cada evento de Trail é determinada pela soma das 3 melhores pontuações individuais de atletas do mesmo sexo e do mesmo clube (independentemente do tipo de trail em que os atletas tenham participado).
- 7.5. A classificação final, em cada sexo, é ditada pela **soma das 7 melhores pontuações** obtidas por cada clube e vence o clube que obtiver a maior soma.

8. PRÉMIOS

- 8.1. Os vencedores femininos e masculinos de cada tipo de trail (Curto, Longo e Ultra) serão premiados na **Gala Anual do Atletismo** com os seguintes prémios:

- 1º classificado – 350 €
- 2º classificado – 250 €
- 3º classificado – 150 €
- 4º e 5º classificado – 100 €

- 8.1.1. O mesmo atleta não pode receber prémio em mais do que uma classificação.

8.1.1.1. Nestes casos, o atleta recebe o prémio de maior valor.

8.1.1.2. Caso um atleta obtenha a mesma classificação em dois circuitos, recebe o prémio correspondente ao circuito de maior distância.

8.1.1.3. Os prémios não atribuídos passam para o(s) atleta(s) seguinte(s) na classificação.

- 8.2. Os clubes vencedores em cada sexo serão premiados na **Gala Anual do Atletismo** com os seguintes prémios:

- 1º clube – 400 €
- 2º clube – 250 €
- 3º clube – 200 €

9. CAMPEONATOS REGIONAIS E REPRESENTAÇÃO NAS COMPETIÇÕES NACIONAIS

- 9.1. Serão elegíveis para apoio à participação em campeonatos nacionais os vencedores individuais e coletivos, em cada sexo, das provas que forem designadas como Campeonatos Regionais de Trail e de Trail Ultra.
- 9.2. Dada a necessidade de apoio à deslocação, o *Porto Santo Nature Trail* será sempre uma das provas designadas como Campeonatos Regionais, pelo que a AARAM atribuirá a designação de *Campeonatos Regionais de Trail* ou de *Trail Ultra* a outra das provas, mediante candidatura das organizações das provas do circuito TRAIL MADEIRA.

10. SELEÇÃO DAS PROVAS E DIVULGAÇÃO DO CIRCUITO TRAIL MADEIRA

- 10.1. Todas as organizações terão de formalizar a candidatura à integração do seu evento no circuito regional *TRAIL MADEIRA*
- 10.2. A escolha das provas que em cada época desportiva integram o circuito *TRAIL MADEIRA* será da responsabilidade de uma *Comissão de Avaliação de Trail* constituída por um representante da AARAM e seis representantes dos organizadores de eventos de trail.
- 10.3. Esta comissão é responsável por elaborar um *ranking* de qualidade de organização dos eventos de trail de acordo com os seguintes critérios:
 - i. Segurança
 - ii. Sinalização dos percursos
 - iii. Qualidade dos percursos
 - iv. Número de participantes
 - v. Publicação de resultados
 - vi. Preços praticados
 - vii. Satisfação dos atletas
- 10.4. Esta comissão será também responsável pela avaliação da qualidade dos novos candidatos a integrar o circuito *TRAIL MADEIRA*, por eventual substituição das provas pior classificadas no ranking de qualidade.
- 10.5. Serão também tidos em conta outros aspectos de natureza organizativa, como o **equilíbrio do quadro competitivo**, tendo em conta o número de provas, distâncias, dispersão territorial e eventual conflito de datas (relativamente ao último item, preconiza-se um intervalo mínimo de três semanas entre cada prova do circuito - ou duas em casos excecionais e desde que não envolvam provas de trail Ultra nas duas competições).
- 10.6. O processo de escolha das provas para o *TRAIL MADEIRA* da época seguinte terá de ser concluído até a data da realização da **reunião de calendário de Trail** a realizar preferencialmente durante o mês de **setembro**.
- 10.7. Nesta reunião anual serão também decididas eventuais retificações aos regulamentos ou às características das provas (distâncias, data, etc.) e a harmonização de procedimentos a implementar na época seguinte.
- 10.8. A aceitação formal das decisões emanadas da reunião de calendário é condição essencial para a integração do evento no *TRAIL MADEIRA*.
- 10.9. A divulgação do circuito regional *TRAIL MADEIRA* será feita antes do início da época a que corresponde.
- 10.10. Após definido o calendário de provas, a alteração de datas só é possível em circunstâncias muito excecionais e devidamente fundamentadas.

11. PUBLICITAÇÃO DO CIRCUITO TRAIL MADEIRA

- 11.1. As entidades organizadoras deverão divulgar os respetivos eventos e a sua integração no circuito *TRAIL MADEIRA*, cabendo à AARAM assegurar a divulgação do circuito numa dimensão mais

abrangente, visando a promoção do circuito na sua globalidade. Neste sentido, publicitará o circuito através seus meios de comunicação oficiais, nomeadamente através da sua página web atletismodamadeira.pt, reservando-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do Circuito. Qualquer projeto ou suporte publicitário com menção ao mesmo e produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da AARAM.

12. ANEXOS

Escalões e distâncias máximas permitidas por escalão etário em **cada prova**:

Escalão	Idade	Quando	Distância Máxima
Sub18 (juvenis)	16 e 17 anos	no ANO da prova	15 km
Sub20 (juniores)	18 e 19 anos	no ANO da prova	25 km
Sub23 e Seniores	20 anos ou mais	no ANO da prova	Sem limite
Veteranos:			
V35 (F35 ou M35)	35 a 39 anos	No DIA da prova	Sem limite
V40 (F40 ou M40)	40 a 44 anos	No DIA da prova	Sem limite
V45 (F45 ou M45)	45 a 49 anos	No DIA da prova	Sem limite
V50 (F50 ou M50)	50 a 54 anos	No DIA da prova	Sem limite
V55 (F55 ou M55)	55 a 59 anos	No DIA da prova	Sem limite
V60 (F60 ou M60)	60 a 64 anos	No DIA da prova	Sem limite
V65 (F65 ou M65)	65 a 69 anos	No DIA da prova	Sem limite
V70 (F70 ou M70)	70 a 74 anos	No DIA da prova	Sem limite