



REGULAMENTO

baseado nas regras Swimrun (cortesia de ÖTILLÖ The Island to Island Race)

1. ORGANIZAÇÃO

O **AZORES ISLANDS SWIMRUN** é organizado pelo Clube Açoriano de Todo o Terreno e Turismo (CATT), em parceria com a Associação Swimrun Portugal (ASRP), com o apoio da Câmara Municipal de Vila Franca do Campo e do Governo dos Açores. Esta prova está inserida no Circuito Nacional Swimrun Portugal 2020 sendo a primeira etapa deste circuito.

Site do AZORES ISLANDS SWIMRUN: <https://www.azoresislandsswimrun.pt>

Site Oficial SwimRun Portugal: www.swimrunportugal.com

Emails: azoresislandsswimrun@gmail.com

2. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

2.1. IDADE DE PARTICIPAÇÃO NA PROVA

A Idade mínima de participação nas provas é de 18 anos.

2.2. INSCRIÇÃO REGULARIZADA

Para a participação no evento o atleta deverá ter a sua inscrição devidamente regularizada, e o pagamento da mesma ter sido efetuado dentro dos prazos estipulados. O acesso ao processo de inscrição deverá ser feito através site do evento em <https://www.azoresislandsswimrun.pt/> ou do site www.swimrunportugal.com

2.3. CONDIÇÕES FÍSICAS

O **AZORES ISLANDS SWIMRUN STANDARD** envolve a prática da natação em águas abertas, e percorre maioritariamente trilhos com algum desnível acumulado, o que torna a prova especialmente dura, exigindo dos atletas experiência prévia de Trail Run e Natação. Neste tipo de ambientes, será necessária uma boa condição física, e uma adequada gestão do esforço físico e mental que lhes permita terminar este desafio. O **AZORES ISLANDS SWIMRUN SPRINT** é uma prova indicada para todos os que possuem um nível de experiência mais reduzido nestas duas modalidades e ainda para todos os outros que pretendem efetuar uma prova mais curta. Ainda assim, exige também uma preparação física adequada.

2.4. AJUDA

Não é permitido o apoio aos atletas por parte de elementos externos à própria organização da prova, sem ser nos pontos de abastecimento e controlo.

A prova decorre em regime de semi auto-suficiência e como tal o atleta deve dispor dos meios adequados que lhe permitam terminar a prova em segurança.

A organização pode recusar a continuidade dos atletas em prova caso julgue que não se encontram capazes fisicamente em prosseguir devido a fadiga ou má condição física.

2.5. COLOCAÇÃO DO DORSAL

Será atribuído um dorsal ao atleta que terá de ser colocado em local visível e deverá ser mostrado aos elementos da organização sempre que tal for pedido.

2.6. REGRAS DE CONDUTA

Comportamento inadequado, recurso a linguagem ofensiva, agressões verbais ou mesmo físicas, serão alvo de advertência, desqualificação ou expulsão.

Qualquer atleta que deite lixo para o chão será automaticamente convidado a abandonar a prova e desqualificado da mesma.

3. PROVA

3.1. ORGANIZAÇÃO

O AZORES ISLANDS SWIMRUN decorrerá no concelho de Vila Franca do Campo a 1ª capital da Ilha de São Miguel, sobejamente conhecida pelas suas belezas naturais e doçaria.

O AZORES ISLANDS SWIMRUN terá uma distância **Standard** com 20km e uma distância **Sprint** com cerca de 11km. Ambas as distâncias terão chegada comum no Hotel Pestana Bahia Praia, na praia de Água d'Alto. A partida da prova standard será no Ilhéu da Vila e a partida da prova Sprint será no Hotel Pestana Bahia Praia.

A participação na distância **Standard** está aberta aos seguintes formatos:

- Participação em equipa (duplas), formato elegível para classificação do Circuito Nacional Swimrun;
- Participação individual.

No que respeita à distancia **Sprint**, a participação será exclusivamente individual.

A organização do evento é da responsabilidade do CATT e Swimrun Portugal e conta com o apoio institucional da Câmara Municipal de Vila Franca do Campo e Governo dos Açores.

O regulamento do Circuito Nacional Swimrun Portugal está disponível em:

www.swimrunportugal.com

3.2. PROGRAMA/HORÁRIO

Sábado, 07 março 2020

Hotel Pestana Bahia Praia

17h00 – Abertura do secretariado

18h00 – Briefing técnico detalhado

19h00 - Encerramento do secretariado.

Domingo, 08 março 2020

Hotel Pestana Bahia Palace

07H30 - Abertura do secretariado

08h00 - Encerramento do secretariado

08h15 – Transporte atletas da Prova Standard para partida em Vila Franca do Campo

Vila Franca do Campo

08h30 - Controlo 0: Verificação de equipamento.

08h45 - Briefing técnico resumido

09h00 – Partida da Prova Standard

Hotel Pestana Bahia Praia

09H30 - Abertura do secretariado

09h30 - Controlo 0: Verificação de equipamento.

09h45 - Briefing técnico resumido

10h00 - Encerramento do secretariado

10h10 – Partida da Prova Sprint

11h30 – Chegada prevista 1º atleta SPRINT

12h00 – Chegada prevista 1º atleta STANDARD

13H00 – Encerramento da meta

13H30 - Entrega dos prémios

3.3. DISTÂNCIA / ALTIMETRIA

AZORES SWIMRUN STANDARD – 20 km

Distância total – 20.550 m

Distância natação – 3.100 m / Distância corrida – 17.450 m

Transições - 3 Natação / 3 Corrida

Distância nado mais longo – 1.300 m / Distância corrida mais longa - 10.300 m

Ganho total elevação – 863 D+

Tempo limite: 4 horas

AZORES ISLANDS SWIMRUN SPRINT – 11 Km

Distância total – 11.050 m

Distância natação – 2.100 m / Distância corrida – 8.850 m

Transições - 2 Natação / 3 Corrida

Distância nado mais longo – 1.300 m / Distância corrida mais longa - 6.500 m

Ganho total elevação – 420 D+

Tempo limite: 3 horas

3.4. MAPA/PERFIL ALTIMÉTRICO

PERFIL AZORES ISLANDS SWIMRUN STANDARD



PERFIL AZORES ISLANDS SWIMRUN SPRINT



3.5. TEMPO LIMITE

O **AZORES ISLANDS SWIMRUN STANDARD** e o **AZORES ISLANDS SPRINT** têm um tempo limite de 4 horas e 2h50, respetivamente, para completar a prova. Cada atleta deverá completar corretamente a totalidade do percurso, acatando sempre as diretivas dos diversos elementos da organização.

3.6. CRONOMETRAGEM DA PROVA

Será utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos. Nos postos de controlo existirá um dispositivo eletrónico que registará a passagem dos atletas.

Haverá controlo de passagens e de tempos na transição de cada segmento e no final da prova.

3.7. MARCAÇÃO DOS PERCURSOS

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, sendo que nos percursos de corrida, estará sinalizado por fitas identificadoras, idênticas às utilizadas no Trail. Os atletas devem obrigatoriamente respeitar o percurso sinalizado ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos.

3.8. POSTOS DE CONTROLO E CUT OFF's

Ao longo do curso, haverá tempos de corte em que os participantes precisam de passar em determinado tempo limite para poderem continuar em prova.

AZORES ISLANDS SWIMRUN STANDARD: (CP 10.7km, CP 12.8km, CP 19.1km)

AZORES ISLANDS SWIMRUN SPRINT: (Não aplicável)

3.9. LOCAIS DOS ABASTECIMENTOS

O **AZORES ISLANDS SWIMRUN STANDARD** terá 4 postos de abastecimento (L- líquidos / S – sólidos):

- Senhora da Paz – 4k L
- Café Araújo – 10.7k L
- Hotel Pestana – 12.8k L+S
- Prainha – 19.1k L

O **AZORES ISLANDS SWIMRUN SPRINT** terá 2 postos de abastecimento (L- líquidos / S – sólidos):

- Hotel Pestana – 3.3k L+S
- Prainha – 9.6k L

3.10. MATERIAL OBRIGATÓRIO E VERIFICAÇÃO DE MATERIAL

3.10.1. MATERIAL OBRIGATÓRIO

AZORES ISLANDS STANDARD e AZORES ISLANDS SWIMRUN SPRINT

Dorsal corrida a ser usado visível durante toda a corrida

Toucas de natação devem ser usadas visíveis durante todos os troços de natação

3.10.2. MATERIAL RECOMENDADO

Fato Neoprene adequado para temperatura da água de 14 graus Celsius (caso se justique)

Calçado apropriado para percursos offroad e trail running

Óculos de natação

Palas

Pullbouy com elástico ou fecho semelhante

Reserva água e alimentar

3.10.3. MATERIAL NÃO PERMITIDO

Ajuda na flutuação maior que 100 cm x 60 cm

A utilização de barbatanas não é permitida caso o comprimento da mesma exceda os 15 cm de comprimento. A medição deve ser efetuada desde o dedo do pé até o final da barbatana.

Nenhum fato neoprene pode ser modificado com tinta ou cor que se saia em contacto com a água. Isso resultará na desqualificação imediata.

3.10.4. VERIFICAÇÃO DE MATERIAL

Será feita verificação de material antes da partida de cada uma das provas e durante o percurso.

A organização reserva-se o direito de alterar a composição do equipamento obrigatório, comprometendo-se a comunicar esse fato a todos os participantes via e-mail, até 48h antes da realização do evento.

3.11. INFORMAÇÕES SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRÁFEGO RODOVIÁRIO

Aplicam-se as regras de trânsito em vigor sendo o atleta responsável pela sua segurança e a dos outros transeuntes.

Quando a prova se desenrolar na berma da estrada o atleta deverá encostar-se o mais possível à berma e seguir em fila indiana.

Atenção: Nos atravessamentos de vias abertas ao trânsito o atleta deverá redobrar a atenção e acatar as indicações dos controladores de passagem, sob pena de ter de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

3.12. PENALIZAÇÕES / DESCLASSIFICAÇÕES

A organização desta prova rege-se perante o CÓDIGO DE CONDUTA E BOAS PRÁTICAS DOS VISITANTES EM AREAS PROTEGIDAS.

Os atletas deverão cumprir este regulamento e ter uma conduta desportiva e ambiental adequadas, e deverão cumprir com estas normas e da Lei Portuguesa.

As provas decorrem em zonas de protecção ambiental, e como tal deverão ser respeitadas todas as regras vigentes no mesmo, nomeadamente:

- Não sair dos trilhos;
- Não colher plantas e flores;
- Não deixar qualquer tipo de lixo (embalagens de gel, invólucros de barras etc) nos trilhos;
- Não perturbar a fauna existente.

Caso o atleta não cumpra estas regras poderá ter de responder perante as autoridades da Parque Natural de Ilha, uma vez que são estas as responsáveis pelo cumprimento da lei e, por conseguinte, do próprio regulamento. **O não cumprimento destas regras, a ser comprovado, acarreta automaticamente a desqualificação do atleta.**

Caso o atleta falhe um ponto de controlo será desclassificado.

Caso o atleta não possua um item do material obrigatório será penalizado com 30' no tempo final. Caso não possua mais do que um, será desclassificado.

Não é permitido receber assistência de outras pessoas a não ser por membros da organização. Todos os atletas terão que fazer a sua prova do início ao fim.

No formato de equipa, a dupla de atletas deve permanecer sempre junta em todos os segmentos e devem permanecer juntas a menos de 100 metros de distância em terra e a 10 metros de distância na água. Se um dos membros da equipa por algum motivo não conseguir progredir e desistir, o restante membro não pode continuar sozinho.

3.13. RESPONSABILIDADES PERANTE OS ATLETAS

A organização da prova compromete-se a prestar o auxílio necessário aos atletas, prestando primeiros socorros em caso de necessidade e fornecendo transporte até à meta ou hospital mais próximo em caso de incapacidade física para continuar em prova.

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 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, de cada participante.

Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de responsabilidade dos atos acima descritos.

3.14. SEGURO

A organização contratualiza o seguro obrigatório, conforme o Decreto-Lei n.º 10/2009 de 12 de janeiro, para este tipo de prova, estando o seu prémio incluído no valor da inscrição. O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas. A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

4. INSCRIÇÕES

4.1. PROCESSO INSCRIÇÃO

A inscrição, independentemente da prova escolhida, deverá ser efetuada através do Site oficial: <https://www.azoresislandsswimrun.pt> e www.swimrunportugal.com

O levantamento do dorsal depende da exibição do comprovativo de pagamento da inscrição correspondente, e da exibição de um documento de identificação.

Qualquer reclamação deverá ser colocada para o seguinte email:
azoresislandsswimrun@gmail.com

Não é possível efetuar mudanças de inscrições entre provas do Circuito Nacional Swimrun Portugal.

4.2. VALORES E PERÍODOS DE INSCRIÇÃO

AZORES ISLANDS SWIMRUN SPRINT: 15 euros até dia 23 de Fevereiro e 20 euros após 23 de Fevereiro

AZORES ISLANDS STANDARD Individual: 30 euros até dia 23 de Fevereiro e 40 euros após dia 23 de Fevereiro

AZORES ISLANDS STANDARD Duplas: 60 euros até dia 23 de Fevereiro e 70 euros após dia 23 de Fevereiro. Nesta inscrição apenas um dos elementos da dupla paga a inscrição dos 2 indicando no local adequado o NIF da sua DUPLA)

Atenção: a data limite de inscrições é o dia 02 março 2020.

4.3. CONDIÇÕES DE DEVOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO

Em caso de lesão devidamente comprovada com relatório médico a enviar por e-mail para azoresislandsswimrun@gmail.com

Após 23 de fevereiro - 0%

Até dia 23 de fevereiro - 50%

4.4. MATERIAL/ SERVIÇOS INCLUIDOS COM A INSCRIÇÃO

- Estacionamento;
- Transfer Hotel Pestana Bahia Palace – Partida **AZORES ISLANDS STANDARD**
- Dorsal;
- Touca;
- Abastecimentos;
- Prémio de finalista;
- Seguro de acidentes pessoais;
- Transporte para a meta (em caso de desistência);
- Duches (a confirmar);
- Assistência médica e socorro nos locais devidamente assinalados;
- Outros brindes que a organização possa angariar e anunciar oportunamente.

4.5. SECRETARIADO DA PROVA / HORÁRIOS E LOCAIS

O secretariado da prova irá funcionar nos seguintes locais:

Sábado, 07 março – 17h00/19h00

Domingo, 08 março – 07h30/08h00 e 09h30/10h00

Hotel Pestana Bahia Palace

Coordenada GPS no Google Maps - 37.71484, -25.46918 (utilizar a pontuação exata como indicado)

5. CATEGORIAS E PRÉMIOS

5.1. DEFINIÇÃO DATA, LOCAL E HORA PARA ENTREGA DE PREMIO

A cerimónia de entrega de prémios terá lugar às 13h30 no Hotel Pestana Bahia Palace

5.2. DEFINIÇÃO DAS CATEGORIAS ETÁRIAS/SEXO, INDIVIDUAIS E EQUIPAS

Serão atribuídos prémios aos 3 primeiros da geral masculina e feminina individual nas distâncias standard e sprint e para as 3 primeiras equipas masculina, feminina e mista.

6. EXPOSIÇÃO DE PATROCINIOS E MEDIA

6.1 Patrocínios

Os participantes podem usar patrocínios no seu equipamento de corrida.

6.2 Dorsais de corrida

Os dorsais não podem ser modificados de nenhuma maneira e deverão ser usados visíveis ao longo de toda a corrida.

7. DIREITOS DE IMAGEM E PUBLICIDADE

A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem deste evento, e de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do mesmo.

Qualquer projeto ou suporte publicitário produzido para publicação deve obter o prévio consentimento da organização.

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza a utilização da sua imagem para a difusão da prova em todas as suas formas de comunicação (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, cartazes, meios de comunicação social, etc.) e que esta possa ser utilizadas de forma intemporal em qualquer ação publicitária, com o único fim de promoção e divulgação do evento. Cede também todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que a organização considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

8. DADOS PESSOAIS

Os dados dos participantes indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora e pela empresa responsável pelo controlo de tempos e classificações, para efeitos de processamento, 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 azoresislandsswimrun@gmail.com

9. INFORMAÇÕES

9.1. COMO CHEGAR

9.1.1 - Ilha de São Miguel Açores – Transporte aéreo através das companhias:

- SATA (Azores Airlines) <https://www.azoresairlines.pt/pt-pt>

- TAP <https://www.flytap.com/pt-pt/>

- Ryanair <https://www.ryanair.com/pt/pt>

9.1.2 – Hotel Pestana Bahia Praia (Transfer Partida Prova Standard e Meta)

Coordenada GPS no Google Maps - 37.71484, -25.46918 (utilizar a pontuação exata como indicado)

9.1.3 – Local de Partida de barco para o Ilhéu da Vila

Coordenada GPS no Google Maps - 37.71326, -25.43143 (utilizar a pontuação exata como indicado)

9.2. ONDE FICAR

Hotel Pestana Bahia Praia

Existem preços especiais – contactar o Hotel

9.3. LOCAIS A VISITAR E ATRACÇÕES LOCAIS

Mais informação aqui:

<https://www.visitazores.com/pt/the-azores/the-9-islands/sao-miguel/geography>

10. ALTERAÇÕES AO REGULAMENTO

O presente regulamento poderá sofrer alterações, as quais serão comunicadas a todos os participantes através de e-mail e na página de Facebook da prova.

11. OUTROS

A organização decidirá sobre todos os assuntos relacionados com o evento e que não foram objeto deste regulamento, ou sobre eventuais interpretações do texto do presente regulamento.