



COUOTOS NATURA CHALLENGE

DADE-COUYOS DE VISEU



2023
SETEMBRO 30

2023 SETEMBRO 30



REGULAMENTO

O Coutos Natura Challenge (CNC) é um evento de Trail Running e Skyrunning que concilia a prática desportiva de corrida em ambiente natural, com a beleza da zona Florestal na região de Dade, Coutos de Viseu, Viseu, Portugal.

A organização resulta de uma parceria do Município de Viseu com a coorganização da Junta de Freguesia dos Coutos de Viseu e a equipa Trail Runners Family, uma família que se transformou numa equipa, e ficou conhecida no "mundo" do Trail e Skyrunning como tal.

Cresceu a praticar o desporto na região, nomeadamente Trail Running e, mais tarde, na versão de Skyrunning.

Destaca-se o atleta Gabriel Marques, que, desde muito cedo, gostou de praticar desporto, iniciando a sua prática na modalidade de Trail e passando depois para o Skyrunning, onde conseguiu em 2021 ser Campeão Nacional da Taça da Juventude e Campeão Nacional de Skyrunning Vertical no seu escalão, tendo representado a Seleção Nacional no Campeonato Mundial Jovem em Itália nesse ano. E foi deste atleta de Dade que surgiu a ideia de explorar a nossa serra e floresta, e desta forma juntar os amigos/companheiros de provas nessa exploração. E a ideia cresceu mais ainda quando pensou em alargar esta possibilidade a quem pratica a modalidade.

Coutos Natura Challenge pretende assim ser um evento em Portugal, que possa reunir numa só prova a distância de 10km Sky, com vários escalões de jovens a competir no campeonato nacional de Skyrunning, o Trail Curto de 15km e o Trail Longo de 25km, assim como, de forma a envolver toda a população de idades diversificadas, será preparada também uma caminhada.

A prova começa com uma colorosa receção ao participante no dia do evento principal. Tudo será pensado ao pormenor! O speaker, que aquecerá a arena, os abastecimentos fartos e quentes, os fotógrafos a cada esquina, a grande quantidade de público, a chegada calorosa dos participantes por quem os espera e o almoço final, farão deste evento a autêntica festa do Trail e Skyrunning Nacional.

Os trilhos são quilómetros preparados em primeira mão para os participantes nesta primeira edição. Haverá trilhos onde terão oportunidade de transpor as belas formações graníticas que fazem parte da nossa região, assim como pequenas travessias em "estradao".

Técnicos, selvagens, duros e divertidos, são os trilhos do Coutos Natura Challenge, os trilhos da Freguesia dos Coutos de Viseu.

A Prova tem data de realização agendada para o dia **30 de Setembro de 2023**.



MUITO IMPORTANTE

- É preciso ter a condição física adequada às características desta prova, que junta, ao mesmo tempo, quilometragem, terreno montanhoso, algumas zonas rochosas, alguns desníveis, possível exposição a condições climatéricas desfavoráveis, 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, inclusivé para efeitos de Seguro.
- Em caso de um participante não poder participar e/ou as condições climatéricas não permitirem a realização do evento ou o seu cancelamento, a organização não se vê no dever de devolver o valor das inscrições, assim como o reembolso aos participantes.
- Não se aceitam alterações dos dados fornecidos pelos participantes após o dia 15 de setembro de 2023.
- Atendendo à necessidade imperiosa de preservar um património natural, 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.
- A Organização reserva-se o direito de aceitar inscrições de última hora. O presente regulamento está sujeito a alterações.



1.0 – DEFINIÇÃO / PERCURSOS

A Prova de CoutosSky Mini é uma disciplina da modalidade de Skyrunning, que consiste em percorrer 10 km pelas zonas mais rochosas da zona florestal da Freguesia dos Coutos de Viseu, numa ascensão de 640D+. Esta prova será tutelada pela Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal.

A Prova de CoutosTrail Curto ((TC) é uma disciplina da modalidade de Trail, que consiste em percorrer 15km de trilhos abertos pela zona florestal da Freguesia dos Coutos de Viseu e caminhos usados, em tempos, para acessos a terrenos agrícolas, com 500D+.

A Prova de CoutosTrail Longo (TL) é uma disciplina da modalidade de Trail, que consiste em percorrer 25km de trilhos abertos pela zona florestal da Freguesia dos Coutos de Viseu, algumas zonas rochosas e caminhos usados, em tempos, para acessos a terrenos agrícolas, com 1100D+.

A prova Coutos Caminhada é uma prova constituída por uma caminhada de dificuldade média e de carácter não competitiva (sem regulamento específico), onde se pretende que, de uma forma mais descontraída, todos possam participar no Coutos Natura Challenge.

O percurso será marcado com placas direcionais e informativas (zonas perigosas, separação de percursos e pontos de abastecimento) e fitado com fitas de cor. Todos os participantes devem acatar as indicações da organização sob pena de desclassificação.

Todos os percursos serão circulares, e pede-se especial atenção às travessias de estrada, uma vez que poderá apenas estar sinalizada convenientemente com sinalética.

2.0 – CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

2.1. Idade de participação nas diferentes provas

No CNC estão enquadradas as seguintes provas com os respetivos escalões etários:

CoutosSky Mini – atletas com idade superior aos 13 anos, e a participar no Campeonato Nacional da Juventude. Os participantes com idade inferior a 18 anos devem apresentar uma autorização do Encarregado de Educação.

CoutosTrail Longo – atletas com idade superior a 18 anos, no dia do evento;

CoutosTrail Curto – atletas com idade superior a 16 anos cuja condição física assim o permita e mediante autorização parental, a preencher conforme formulário presente na última página do regulamento.

Coutos Caminhada – prova para todos os Participantes cuja condição física assim o permita.



2.2 – Condições Físicas

É da responsabilidade de cada atleta a escolha da prova a realizar, bem como a consciência da sua capacidade física em relação às características das provas.

Para participar é indispensável:

✓ Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas, e de se encontrar adequadamente preparado física e mentalmente.

✓ Adquirir antes do evento, capacidades reais de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas.

✓ Conseguir enfrentar, sem ajuda externa, condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro, chuva ou até neve.

✓ 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.

- Cada atleta deverá garantir uma capacidade de auto-suficiência durante o trajeto, que lhe permita a gestão de todo o tipo de problemas naturais deste tipo de provas.

2.3 REGRAS DE CONDUTA DESPORTIVA

Todos os participantes devem ter consciência social e ecológica, respeitar e proteger o meio ambiente, deixando-o tal como o encontraram, designadamente observando os seguintes deveres e regras de conduta:

- Auxiliar qualquer praticante, em caso de acidente, desde que as circunstâncias o exijam;
- Respeitar as áreas marcadas do percurso e as instruções dadas pela Organização;
- Não danificar o meio ambiente;
- Não provocar danos em áreas privadas ou cultivadas;
- Não abandonar embalagens vazias ao longo do percurso, mas apenas nos locais apropriados;
- O comportamento inadequado, agressivo ou o recurso de linguagem ofensiva será punido com desclassificação.



2.4 INSCRIÇÃO

A inscrição no evento Coutos Natura Challenge implica compreender e aceitar sem reservas as regras e o regulamento da prova, bem como o regulamento de Competições de Skyrunning, no caso da prova do Coutos Sky Mini.

É necessário efetuar corretamente a inscrição em <https://waitastart.com> ou aceder à nossa página do Facebook, onde será reencaminhado para a plataforma de inscrição.

Será necessária a inscrição no evento, escolhendo a prova que pretende realizar, e proceder ao pagamento da mesma, tendo consciência da prova em que se inscreve e a exigência que a mesma requer, sendo totalmente responsável pela sua participação.

2.5 DEFINIÇÃO DE AJUDA EXTERNA

Os atletas poderão receber ajuda externa durante a prova, desde que não cause interferência com outro atleta em prova, e em zonas identificadas pela organização.

A ajuda externa entende-se por assistência ao mesmo, quer seja no fornecimento de alimentação, primeiros socorros ou similar e nunca poderá ser confundida com ajudar no transporte ou ação que ajude o participante a transpor o percurso com maior facilidade.

2.6. COLOCAÇÃO DO DORSAL

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado à frente, de modo a estar visível aquando os pontos de controlo.

Os concorrentes serão obrigados a mostrar o dorsal de identificação a todos os controladores e à Organização do evento quando exigido, sob pena de desclassificação ou exclusão da prova.

A organização não disponibilizará alfinetes, pelo que o atleta deve trazer alfinetes ou porta-dorsal.

Não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.

2.7 PROVA

O evento COUTOS NATURA CHALLENGE é composto por 4 percursos e está limitado a **600** participantes por razões de logística e para manter a qualidade do evento, podendo a qualquer momento a organização acrescentar vagas caso haja condições para o mesmo.

O número de vagas das diferentes provas está distribuída, inicialmente, da seguinte forma:

CoutosSkyMini	CoutosTrailLongo TL	CoutosTrailCurto TC	Coutos Caminhada .
10km	25km	15km	+/- 8km
100	150	250	100



2.8 HORÁRIOS E TEMPOS LIMITE DE PROVA

As barreiras horárias são calculadas para permitir aos participantes alcançar a linha de meta no tempo limite imposto, contabilizando já possíveis paragens, e serão incluídas no perfil de altimetria entregue, junto com o guia de atleta.

Sendo que para concluir :

- Prova CoutosTrail Curto terá 15km - Partida às 09h00 e tempo limite de 04H00 Horas
- Prova CoutosTrail Longo terá 25km - Partida às 09h00 e tempo limite de 05H00 Horas
- Prova CoutosSkyMini terá 10km – Partida às 09h30 e tempo limite de 03H00 Horas.
- Caminhada terá +/- 8km Partidas às 09H45 e como limite o final da prova mais longa.

A organização reserva-se ao direito de afastar um atleta devido ao seu estado de saúde, sempre e quando o mesmo vise a garantia do seu bem-estar.

As barreiras horárias, bem como as horas de partida, podem ser alteradas pela organização devido a condições atmosféricas ou outros condicionantes externos.

2.9 METODOLOGIA DE CONTROLO DE TEMPOS

Será assegurado pela organização o controlo eletrónico dos tempos na Prova de Skyrunning e nas duas provas de Trail através de Chips descartáveis colocados no dorsal.

Os tempos e classificações provisórias serão de consulta em <https://waitastart.com>, sendo posteriormente colocadas no site do evento (versão final oficial).

Durante o percurso poderão existir controlos surpresa por parte da organização para controlo do dorsal e equipamento obrigatório pelo que o atleta deve facilitar sempre o exigido.

Eventuais protestos relativos à classificação provisória deverão ser apresentados à organização até 30 minutos após a sua publicação por escrito e com a devida assinatura do próprio.

Da deliberação tomada pela organização da prova sobre o protesto, não haverá direito a recurso.

3. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

A Organização encarrega-se de fornecer os líquidos nos locais de abastecimento, não fornecendo recipientes para a ingestão dos mesmos, como já anteriormente referido.

Os atletas deverão transportar consigo um copo ou recipiente similar para que possam abastecer nos locais proporcionados pela Organização.

- Abastecimentos líquidos - local a definir
- Abastecimentos sólidos e líquidos - local a definir



Nos PA (Pontos de Abastecimento) será disponibilizado apoio líquido e sólido para hidratação / alimentação do atleta, existindo um último após corte da meta.

3.1 MATERIAL OBRIGATÓRIO/VERIFICAÇÃO DE MATERIAL

Antes da partida será realizado um controlo 0 para verificação de material. Todos os participantes devem transportar todo o material obrigatório até à conclusão do percurso.

Em qualquer momento, juízes ou organização podem solicitar o mesmo para verificação, devendo o participante aceitar o controlo de forma pacífica sem contestação, sob pena de exclusão do evento.

A organização aconselha os participantes, para sua segurança, a transportarem consigo o seguinte material durante a prova:

Material Obrigatório ou Recomendado	CoutosSKY Mini	CoutosTrail Longo TL	CoutosTrail Curto TC	Coutos Caminhada
Telemóvel operacional, com bateria e saldo	X	X	X	X
Peitoral (número de participante) fornecido pela organização	X	X	X	X
Recipiente para enchimento de líquidos nos locais de abastecimento (copo ou recipiente similar)	R	R	R	R
Manta de sobrevivência	X	X	X	R
Reservatório de água com mínimo de 1 Litro (provas de trail 25Km) e 0,5L (prova de skyrunning 10km e trail 15Kms)	X	X	X	R
Impermeável	R	R	R	R
1 Apito	X	X	X	R

Legenda : X - Obrigatório R - Recomendado

3.2 PENALIZAÇÕES/DESCLASSIFICAÇÕES

A Organização de prova e os juízes presentes nos percursos são responsáveis pela aplicação das regras e regulamento que regem o evento, por isso estão autorizados a aplicar as penalizações e desclassificações estabelecidas.



3.2.1 Júri da Competição

O Júri da competição é constituído pelo Diretor de prova e pelos juízes-árbitro, sendo um deles o Presidente do Júri. O presidente do júri e os juízes-árbitro são nomeados pelo Conselho de Arbitragem da FCMP.

3.2.2 Penalizações

Serão motivo de penalização os atletas que:

- Não apresentarem o material obrigatório (15 min por cada item em falta).

3.2.3 Desclassificação

- Perda de chip ou peitoral
- Falhar um ou mais pontos de controlo
- Comportamento anti-desportivo
- Retirar sinalização do percurso
- Partilhar o peitoral com outra pessoa
- Desobedecer às medidas de segurança indicadas
- Utilizar caminhos que não estejam sinalizados, atalhando intencionalmente
- Exceder o tempo limite das barreiras horárias

3.2.4 – Reclamações

Toda e qualquer reclamação deve ser colocada por escrito e remetida ao Presidente do Júri, acompanhada de uma caução de 50,00 € (não reembolsável caso a reclamação seja indeferida) até 30 minutos após a chegada do participante em questão.

Na reclamação deve constar o nome do reclamante, n.º de BI/CC ou passaporte, nome do(s) participante(s) afetado(s), n.º do peitoral e alegados motivos. As classificações provisórias também podem ser alvo de reclamação, 15 minutos após a sua publicação.

O Júri da competição, que analisará a reclamação, é composto pelo Presidente do Júri, pelo Director da prova e por um dos juízes-árbitro (não envolvido no incidente). O Júri pronunciar-se-á no menor tempo possível.

Qualquer apelo contra uma decisão tomada pelo Júri de competição deverá respeitar o exposto no Capítulo 10 do *Regulamento de Competições de Skyrunning* da FCMP.



3.2.5 - Casos Omissos

Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pelo Júri da competição. Destas decisões poderá haver lugar a recurso, de acordo com o estipulado no Regulamento de Competições de Skyrunning da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal.

3.2.6 Outros

O Júri da competição decidirá sobre todos os assuntos relacionados com o evento e que não foram objeto de regulamentação ou sobre más interpretações do presente regulamento.

3.3 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.

O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas.

Qualquer acidente ou incidente, que ocorra durante o decorrer do percurso é da responsabilidade dos participantes, em tudo o que exceder o risco coberto pelo seguro.

A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

Para acionamento do seguro, e em caso de o mesmo não ser acionado durante a prova, pelo atleta e/ou organização deverá ser utilizado o email coutoschallenge@gmail.com.

Seguidamente são apresentadas as condições particulares do seguro.

- A franquia será da responsabilidade do sinistrado, bem como qualquer tipo de taxa (e.g. taxas moderadoras).

3.4 RESPONSABILIDADES PERANTE ATLETA/PARTICIPANTE

A inscrição na prova implica 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, a cada participante.

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



3.5 VALORES E PERÍODO DE INSCRIÇÃO

O período das inscrições tem início a 19 de Março de 2023 e estende-se até às 00h00 do dia 24 de Setembro de 2023, sendo que, no mês de Setembro, os valores em causa poderão sofrer aumentos ou serem encerradas as inscrições antes da data da prova por atingir o limite de participantes.

- CoutosTrail Longo – 18€
- CoutosTrail Curto – 15€
- CoutosSkyMini – 12€
- CoutosCaminhada – 9€

Poderá haver lugar a inscrições no dia do evento para a Caminhada.

3.6 CONDIÇÕES DE DEVOLUÇÃO DO VALOR DA INSCRIÇÃO

Não haverá lugar ao reembolso do valor da inscrição em caso de desistência ou cancelamento da prova por razões externas à organização.

Em caso de cancelamento da prova, a inscrição transita automaticamente para a próxima edição.

3.7 MATERIAL INCLUIDO COM A INSCRIÇÃO

A inscrição no evento inclui:

- Participação na prova escolhida;
- Seguro de acidentes pessoais;
- Dorsal/Peitoral;
- T-Shirt técnica promocional;
- Medalha Finisher;
- Abastecimentos líquidos e sólidos;
- Almoço no final da prova;
- Assistência médica durante o evento;
- Cronometragem (exceto caminhada)



3.8 SECRETARIADO DA PROVA /HORÁRIOS E LOCAL

O horário e local do secretariado do evento será divulgado posteriormente.

- O não levantamento do Dorsal/kit de atleta pelo próprio, não dá direito a qualquer reembolso ou envio/entrega posterior ao evento.
- O termo de responsabilidade parental dos atletas menores deve ser preenchido e entregue em formato de papel no ato de levantamento do dorsal.

3.9 PROGRAMA / HORÁRIO

Dia 29 09 2023

- 15 :00 – Abertura Secretariado (Local a designar)
- 20:00 – Encerramento Secretariado (Local a designar)

Dia 30 09 2023

- 07:00 – Abertura Secretariado na antiga Escola Primária de Dade
- 08:30 – Encerramento do Secretariado
- 08:45 – Chamada dos Atletas Para Controlo 0
- 09:00 – Partida da Prova CoutosTrail Curto 15Km e CoutosTrail Longo 25Km
- 09:15 – Chamada dos atletas de Skyrunning para controlo de material e Controlo 0
- 09:30 – Partida da Prova CoutosSkyMini 10Km
- 09:45 – Partida da Prova Coutos Caminhada
- 10:40 - Prevista a chegada do 1º atleta dos 15km Trail
- 11:00 - Prevista a chegada do 1º atleta dos 10km Skyrunning
- 11:30 – Prevista a chegada do 1º atleta dos 25km Trail
- 14:00 – Cerimónia Protocolar de entrega de Prémios prova Skrunning
- 14:20 – Cerimónia Protocolar de entrega de Prémios prova 15km Trail
- 14:30 – Cerimónia Protocolar de entrega de Prémios prova 25km Trail
- 18:00 – Encerramento da prova

Nota: Os horários apresentados são estimados pela organização, face ao decorrer da prova, podendo ser alterados durante o decorrer da mesma, se assim se justificar.



4. PRÉMIOS E CATEGORIAS

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

- A cerimónia da entrega de prémios do Coutos Natura Challenge terá lugar no próprio dia da prova.

4.2 Prémios

Haverá a entrega de prémio:

- 3 Primeiros classificados da geral de cada uma das 3 distâncias;
- 3 Primeiros classificados de cada categoria (ver ponto 4.3) de cada uma das 3 distâncias ;
- 3 Melhores Equipas - definida pelo somatório dos 3 melhores atletas
- Haverá Prémios monetários para os primeiros F/M de cada Prova
- Os prémios só serão entregues aos premiados ou a quem os represente no ato.

A Equipa mais numerosa será agraciada pelo seu feito.

4.3 Definição das categorias etárias/sexo/individuais e equipas

CoutosTrail Longo (25Km):

- Sub-23 M/F (idade entre os 18 e os 23 anos)
- Seniores M/F (idade entre os 24 e os 39 anos)
- Veteranos M40/F40 (idade entre os 40 e os 45 anos)
- Veteranos M45/F45 (idade entre os 45 e os 50 anos)
- Veteranos M50/F50 (idade entre os 50 e os 55 anos)
- Veteranos M55/F60 (idade entre os 55 e os 60 anos)
- Veteranos M60/60 (idade entre os 60 e os 65 anos)
- Veteranos M65/65 (idade entre os 65 e os 70 anos)
- Veteranos M70/70 (idade superior 70 anos)



CoutosTrail Curto (15Km):

- Juvenis M/F (idade entre os 17 e os 18 anos)
- Sub-23 M/F (idade entre os 18 e os 23 anos)
- Seniores M/F (idade entre os 24 e os 39 anos)
- Veteranos M40/F40 (idade entre os 40 e os 45 anos)
- Veteranos M45/F45 (idade entre os 45 e os 50 anos)
- Veteranos M50/F50 (idade entre os 50 e os 55 anos)
- Veteranos M55/F60 (idade entre os 55 e os 60 anos)
- Veteranos M60/60 (idade entre os 60 e os 65 anos)
- Veteranos M65/65 (idade entre os 65 e os 70 anos)
- Veteranos M70/70 (idade superior 70 anos)

CoutosSky (10Km):

- Iniciados M/F (idade entre os 15 e os 16 anos)
- Juvenis M/F (idade entre os 17 e os 18 anos)
- Juniores M/F (idade entre os 19 e os 20 anos)
- Sub-23 M/F (idade entre os 16 e os 23 anos)
- Seniores M/F (idade entre os 24 e os 39 anos)
- Veteranos M40/F40 (idade entre os 40 e os 45 anos)
- Veteranos M45/F45 (idade entre os 45 e os 50 anos)
- Veteranos M50/F50 (idade entre os 50 e os 55 anos)
- Veteranos M55/F60 (idade entre os 55 e os 60 anos)
- Veteranos M60/60 (idade entre os 60 e os 65 anos)
- Veteranos M65/65 (idade entre os 65 e os 70 anos)
- Veteranos M70/70 (idade superior 70 anos)



* Aos escalões acresce Troféu para as melhores equipas (pontuam os 3 melhores atletas)

Conforme o Regulamento de competições de Skyrunning da FCMP, os escalões dos atletas são determinados pelo seu ano de nascimento e pelo ano civil da época desportiva. Deste modo, a idade a ter em conta para o apuramento do escalão de competição de cada atleta, será a que o atleta tiver em 31 de dezembro de 2023.

4.4 DIREITOS DE IMAGEM E PUBLICIDADE

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza utilizar a 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 estas possam ser utilizadas com a finalidade de promoção e divulgação do evento.

Cede também todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do participante, a receber qualquer compensação económica. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um email para coutoschallenge@gmail.com

No caso de o participante ser federado na FCMP – Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal, o ato de inscrição pressupõe a autorização para que os seus dados sejam transmitidos para efeitos de elaboração da classificação e ranking das diversas taças, procedimentos da responsabilidade daquela Federação.

4.5 INFORMAÇÕES

4.5.1. Como chegar

Calce as sapatilhas e rume a Dade - Coutos de Viseu no concelho de Viseu, região centro do país, aproveitando as ligações rodoviárias da A25, A24, antiga IP5 e IP3. Todas estas ligações convergem no nó da Antiga IP5 (Vil de Soito) a 2 km de Dade, a uma hora e meia do Porto, a uma hora das cidades de Aveiro e Coimbra e a dois passos de Vouzela e S. Pedro do Sul. Podem ainda aproveitar o fim de semana para um passeio pela Serra da Estrela, ali pertinho, cuja beleza podem ver dos nossos trilhos. É entre serras e riachos que vai encontrar uma freguesia bafejada pela natureza, e dotada de bem receber.

Deixe-se conquistar pelas singularidades e contrastes deste território.

Local partida ANTIGA ESCOLA de DADE

4.5.2 Serviços disponibilizados

A organização disponibiliza a todos os participantes:



- Serviço de Bar ;
- Banhos - Pavilhão (local a designar) (Possibilidade de Transfer de 10 em 10 Minutos)
- outros a divulgar posteriormente

4.6 ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO/ALTERAÇÕES

O preenchimento e envio da ficha de inscrição implicam que o atleta que se inscreve, tome conhecimento e aceite sem quaisquer reservas o presente regulamento.

Estas regras podem ser editadas, alteradas ou melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora, sem aviso prévio.

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 de aceitar inscrições de última hora.

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações ao programa e ao percurso que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova, se as condições meteorológicas assim o obrigarem, ou devido a caso de força maior.

O evento também pode ser cancelado desde que seja decretado pela Proteção Civil, Direção Geral da Saúde ou qualquer outra instância superior.

Coutos Natura Challenge 30 Setembro 2023

TERMO DE RESPONSABILIDADE - DECLARAÇÃO

Participantes Menores de 18 Anos (A preencher pelo encarregado de educação/tutor)

Eu, (nome) _____
_____, Residente
_____, (código postal e
localidade) _____, portador/a do
B.I./C.C. nº. _____, **declaro que autorizo** o meu/minha filho (a) /tutelado/a
(nome) _____
_____, nascido/a em ____/____/____, portador/a do B.I./C.C. nº



_____, **a participar na prova** (referir distância) _____
no Coutos Natura Challenge , e que sou conhecedor do regulamento da prova , do material obrigatório para a participação e das características do percurso, e assumo a especial obrigação de me assegurar, previamente, de que o meu educando não tem quaisquer contraindicações de saúde ou outras, para a prática da atividade de corrida em montanha, em particular para a participação na prova na qual está inscrito no âmbito do evento Coutos Natura Challenge, que decorre maioritariamente na Freguesia de Coutos de Viseu, concelho de Viseu.

Assumo a responsabilidade pelos riscos inerentes à participação do menor.

Declaro que li e aceito o regulamento do evento.

_____ de _____ de 2023

(Assinatura do Representante)