



**MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL**  
**F O R Ç A A É R E A**  
COMANDO DE PESSOAL  
CENTRO DE FORMAÇÃO MILITAR E TÉCNICA

## **REGULAMENTO**

### **III TRAIL DA BASE AÉREA DA OTA – CFMTFA**

#### **1. INFORMAÇÕES TÉCNICAS**

##### 1.1 ORGANIZAÇÃO

O III Trail da Base Aérea da Ota – CFMTFA é um evento organizado pelo Centro de Formação Militar e Técnica da Força Aérea Portuguesa (CFMTFA). A prova realiza-se maioritariamente dentro do perímetro militar do Centro de Formação Militar e Técnica da Força Aérea Portuguesa (CFMTFA) em Ota – Alenquer.

##### 1.2 PROVA – DISTÂNCIA / DATA / LOCAL / HORA

1.2.1 TRAIL 15 km: dia 22 de setembro de 2019, às 10:00h, no CFMTFA, em Ota.

1.2.2 Caminhada 9 km: 22 de setembro de 2019, às 10:05h, no CFMTFA, em Ota.

##### 1.3 PERCURSO

1.3.1 TRAIL 15 km – Percurso misto (asfalto, tout-venant e trilhos), com passagem em zonas arborizadas, no interior do CFMTFA.

1.3.2 Caminhada 9 km – Percurso misto (asfalto e tout-venant), com passagem em zonas arborizadas, totalmente no interior do CFMTFA.

1.3.3 O local de partida e de chegada situa-se na Parada do Corpo de Alunos, junto do ginásio e alojamentos.

1.3.4. Existirão ao longo do percurso, marcações com fita de engenharia, colocadas em elementos da natureza ou outros, bem como placas de PVC ou madeira, ou outros, sempre que existam alterações ao sentido de marcha ou separação de provas.

1.3.5. Os participantes não deverão andar em caminhos não sinalizados. A prova estará marcada em intervalos máximos de 100 metros. Caso aconteça falta de sinalização e houver dificuldade em seguir o trilho certo, ligue para o número de telemóvel impresso no seu peitoral.

1.3.6. Os atletas deverão cumprir o percurso estipulado, não falhando nenhum dos postos de controlo intermédios existentes, sob pena de serem desqualificados.

#### 1.4 ABASTECIMENTOS

1.4.1 Os participantes têm de ter capacidade de semi-autonomia (definida como a capacidade de ser autónomo entre dois postos de abastecimento).

1.4.2 TRAIL 15 km – A organização disponibilizará 3 abastecimentos, dois no percurso (SÓLIDOS E LÍQUIDOS) e outro na meta. Sensivelmente aos 5/6 kms, 10/12kms e final da prova.

1.4.3 Caminhada 9 km – A organização disponibilizará 2 abastecimentos, um no percurso (SÓLIDOS E LÍQUIDOS) e outro na meta. Próximo do km 5.

#### 1.5 PARTIDA

Os participantes deverão apresentar-se no local da partida, na Parada do Corpo de Alunos, com o peitoral da prova devidamente colocado.

#### 1.6 DURAÇÃO – TEMPO LIMITE

A prova terá a duração máxima de quatro horas (4h) após o início, terminando às 14:00h. Os participantes que não concluíam o percurso no tempo limite serão recolhidos pela organização.

#### 1.7 LIMITE DE PARTICIPANTES

O Trail 15 km e a Caminhada 9 km estão limitadas a 500 participantes e 500 participantes respetivamente. A organização reserva-se no direito de aumentar, ou reduzir o número limite de vagas por razões de segurança, ou por qualquer outro motivo que possa afetar o bom funcionamento do evento.

## 1.8 CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

A participação no Trail 15 Km e na Caminhada de 9 Km está aberta a todos os interessados, desde que devidamente inscritos de acordo com o presente Regulamento e dentro do prazo estabelecido.

A idade mínima para participação na prova de TRAIL 15km é de 18 anos, completados até à data da sua realização. Para a Caminhada 9 km a idade mínima é de 7 anos, completados até à data da sua realização.

Para segurança dos participantes não será permitida a participação de pessoas que se desloquem em bicicletas, skates, patins ou se façam acompanhar por animais.

## 1.9 SISTEMA DE CRONOMETRAGEM

A organização registará o tempo de cada atleta participante no TRAIL de 15km e afixará os tempos e classificações após o final da prova.

## 1.10 ASSISTÊNCIA MÉDICA

A organização disponibilizará assistência médica prestada pelo Centro de Saúde do Centro de Formação Militar e Técnica da Força Aérea Portuguesa (CFMTFA) e pelos Bombeiros locais.

A equipa médica terá autoridade para retirar da prova qualquer participante que considere não esteja em condições de participar ou que tenha recebido cuidados médicos vitais.

## 1.11 CANCELAMENTO

O cancelamento da prova pode ocorrer devido a fatores externos à organização, nomeadamente: limitações à utilização da infra-estrutura aeronáutica, catástrofes naturais, impossibilidade de usar telecomunicações, alteração ao estado de segurança, nova legislação. Nestas situações os participantes serão ressarcidos do valor da inscrição.

## 1.12 RECLAMAÇÃO

As reclamações deverão ser apresentadas de imediato e serão resolvidas pelo Júri Técnico da Prova no tempo necessário para comprovar e consultar os dados apresentados.

### 1.13 SEGURANÇA NO PERCURSO

Incumbe à Esquadilha de Policia Aérea do CFMTFA a gestão, planeamento, controlo e eliminação do trânsito não autorizado no decorrer das provas, bem como a garantia da segurança dos participantes.

#### **Material Obrigatório**

1.13.1 Telemóvel;

1.13.2 Reservatório de água com capacidade mínima de 0,5lt;

1.13.3 Peitoral fornecido pela organização e mantido ao longo de todo o percurso na zona frontal do tronco;

### 1.14 RESPEITO PELA NATUREZA

Não respeitar o meio ambiente e ter atitudes incorrectas perante a organização e os outros participantes pode levar à exclusão imediata do evento. Tais atos poderão inclusive levar a pagamentos de coimas definidas pela legislação portuguesa.

## **2. INSCRIÇÕES**

### 2.1 PRAZO E VALOR DA INSCRIÇÃO

O valor da inscrição para o TRAIL de 15km é de 12€ até dia 15 de julho e de 15€, do dia 16 de Julho até ao dia 15 de setembro. Para a Caminhada de 9km o valor será 10€, até dia 15 de julho e de 12€ do dia 16 de Julho até ao dia 15 de setembro. A organização encerrará as inscrições assim que se atingirem os limites estabelecidos – consultar 1.7.

### 2.2 FORMAS DE INSCRIÇÃO E DE PAGAMENTO

As inscrições deverão ser efetuadas no endereço eletrónico [www.emfa.pt/cota](http://www.emfa.pt/cota) ou em alternativa através do email: [jmbf52@hotmail.com](mailto:jmbf52@hotmail.com) , fazendo prova de pagamento, sendo só aceites pagamentos processados através do depósito ou transferência na conta/ IBAN **PT50 0035 0822 0001 7006 4000 5**.

Os militares e civis da Força Aérea poderão efetuar a inscrição e pagamento diretamente na tesouraria do CFMTFA.

No momento da inscrição os participantes declaram, sob a sua responsabilidade, que apresentam as condições de saúde necessárias à participação nas provas e que abdicarão da participação nas mesmas, caso essas condições se alterem.

Para mais informações poderão contactar:

[jmbf52@hotmail.com](mailto:jmbf52@hotmail.com) / 967337612;

[cfmtfa\\_eventos@emfa.pt](mailto:cfmtfa_eventos@emfa.pt) / 263740146 / ext: 502 331.

### 2.3 DADOS DE INSCRIÇÃO

No momento da inscrição será necessário, disponibilizar o **nome, número do cartão de cidadão ou bilhete de identidade, número de identificação fiscal, data de nascimento, telefone e e-mail de contacto e tamanho da t-shirt preferido.**

### 2.4 ALTERAÇÃO DO PRAZO E LIMITE DE INSCRIÇÕES

A organização poderá, em qualquer momento, suspender ou prolongar o prazo para as inscrições. Poderá ainda adicionar ou limitar o número de inscrições na prova, sem aviso prévio, em função de diversas necessidades ou disponibilidades técnicas e estruturais que possam surgir.

### 2.5 ACEITAÇÃO

Ao inscrever-se, o participante aceita o presente Regulamento e, em caso de dúvida ou de necessidade de esclarecimento de alguma situação não prevista no mesmo, deverá informar a organização.

Com a inscrição o participante declara que:

2.5.1 Concorda com o Regulamento do III TRAIL da Base Aérea da Ota – CFMTFA.

2.5.2 Está ciente do seu estado de saúde e apresenta-se física e psicologicamente capacitado para participar.

2.5.3 Assume que abdica da participação no III TRAIL da Base Aérea da Ota – CFMTFA se as suas condições de saúde se alterarem após a inscrição.

2.5.4 Ao participar no III TRAIL da Base Aérea da Ota – CFMTFA, autoriza gratuitamente e de forma incondicional a Força Aérea Portuguesa e os parceiros da prova a utilizarem a sua imagem. Por este instrumento, cede todos os direitos de utilização da sua imagem, tal como captada em fotografias e filmagens que terão lugar durante a realização das provas, renunciando ao recebimento de qualquer quantia que venha a ser auferida com sua divulgação em peças comunicacionais de apoio.

2.5.5 Participa no III TRAIL da Base Aérea da Ota – CFMTFA de livre e espontânea vontade, isentando a Força Aérea Portuguesa e parceiros de qualquer responsabilidade resultante da sua participação na prova, antes, durante e depois da mesma (por ex. perda de objetos pessoais por roubo ou por outras circunstâncias).

2.5.6 No caso da participação de menores, serão os pais, tutores legais e encarregados de educação que aceitam o presente Regulamento e as responsabilidades previstas nas alíneas anteriores.

## 2.6 SEGUROS

Todos os participantes devem reunir as condições de saúde necessárias à prática desportiva, isentando a organização da prova e os seus parceiros, apoiantes e órgãos públicos de quaisquer responsabilidades. A organização da prova assegura aos inscritos um seguro de acidentes pessoais, conforme previsto no D.L. 10/2009 (Seguro Desportivo).

Qualquer acidente que ocorra durante o decorrer do percurso é da responsabilidade dos participantes, em tudo que exceda o risco coberto pelos seguros. As coberturas destes seguros funcionam somente em caso de acidente.

## 2.7 ESCALÕES ETÁRIOS EM COMPETIÇÃO

Prova 15Km

A prova compreenderá os seguintes escalões etários:

### *Masculinos*

Seniores Masculinos dos 18 aos 39 anos.

M40 Masculinos dos 40 aos 49 anos.

M50 Masculinos dos 50 aos 59 anos.

M60 Masculinos a partir dos 60 anos.

### *Femininos*

Seniores Femininos dos 18 aos 39 anos.

F40 Femininos dos 40 aos 49 anos.

F50 Femininos dos 50 aos 59 anos.

F60 Femininos a partir dos 60 anos.

## **O TRAIL 15 Km é limitado a atletas com idade superior a 18 anos.**

Os participantes devem ser portadores de um documento de identificação (Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão ou Carta de Condução) onde conste a sua data de nascimento.

À organização da prova, reserva-se o direito de solicitar o referido documento como confirmação de identidade e idade.

### 2.8 CANCELAMENTO DE INSCRIÇÃO

Em caso de cancelamento de inscrição não haverá lugar à restituição do valor pago. No entanto, até 10 dias antes da data da prova, qualquer inscrito poderá ceder a sua participação a outro atleta, desde que comunique à organização através do e-mail: [jmbf52@hotmail.com](mailto:jmbf52@hotmail.com)

### 2.9 SENSIBILIZAÇÃO E MOTIVAÇÃO PARA A MANUTENÇÃO DA SAÚDE

A Força Aérea e o Centro de Formação Militar e Técnica da Força Aérea Portuguesa incentivam todos os seus militares e civis a participar no III TRAIL 15 Km ou na Caminhada 9 Km, como forma de promoção de um estilo de vida saudável.

## **3. INFORMAÇÕES – KIT**

### 3.1 KIT DE PARTICIPAÇÃO

O kit do atleta e dos participantes na caminhada será constituído por uma T-shirt técnica, um saco alusivo e um peitoral. O Kit poderá incluir outro tipo de material.

As t-shirts estarão disponíveis em vários tamanhos e a sua distribuição será efetuada de acordo com o stock existente. Em caso de rutura de stock em algum dos tamanhos, a organização proporá ao participante um tamanho alternativo.

### 3.2 KIT FINAL DE PARTICIPAÇÃO

Os participantes com inscrição válida que terminem a prova terão direito a uma medalha comemorativa do evento e a uma senha para acesso ao almoço convívio. O Kit poderá incluir outro material de divulgação.

### 3.3 ENTREGA DE KITS – LOCAL / DATA / HORA

O levantamento dos kits de atleta e participante pode ser efetuado:

- 3.3.1 Dias 16, 17, 18, e 19 de setembro, 10h -12h00 e 14h30-17h00, sábado dia 21 setembro das 10h -12h30 e 14h30-17h00, no Centro de Formação Militar e Técnica da Força Aérea Portuguesa (CFMTFA) – OTA;
- 3.3.2 Sexta-feira, dia 20 de setembro, das 10h00 -16h00, na Unidade de Apoio a Lisboa – UAL, no Estado-Maior da Força Aérea, em Alfragide;
- 3.3.3 Não está previsto a entrega de Kits de atleta e participante no dia da prova, exceto em casos especiais, devidamente comprovados.

### 3.4 DOCUMENTOS NECESSÁRIOS PARA A RECOLHA DO KIT DE ATLETA E PARTICIPANTE

Recolha pelo próprio:

- 3.4.1 Confirmação de inscrição recebida na caixa de e-mail após o pagamento.
- 3.4.2 Documento de identificação (Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão ou Carta de Condução).

Recolha por alguém em nome do participante:

- 3.4.3 Confirmação de inscrição recebida na caixa de e-mail após o pagamento.
- 3.4.4 Cópia do documento de identificação do participante (Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão ou Carta de Condução).

### 3.5 KITS NÃO RECOLHIDOS

Deverão ser reclamados até 10 dias depois da data da prova, no Centro de Formação Militar e Técnica da Força Aérea Portuguesa – Ota – Secção de Educação Física e Desportos; As ofertas de final de prova são exclusivas para os participantes que concluírem o percurso e atravessarem a meta com o peitoral oficial.



## **4. INFORMAÇÕES – PEITORAL**

### 4.1 OBRIGATORIEDADE

4.1.1 É obrigatório o uso do peitoral. O peitoral deve ser colocado na parte frontal da t-shirt, utilizando os alfinetes fornecidos pela organização.

4.1.2 O peitoral é pessoal e intransmissível.

4.1.3 Os peitorais dos participantes no III TRAIL serão diferenciados dos da Caminhada, sendo pessoais e intransmissíveis.

4.1.4 Os participantes que não cumpram estes requisitos serão desclassificados.

## **5. PRÉMIOS**

### 5.1 CLASSIFICAÇÃO GERAL

Serão atribuídos aos três primeiros classificados da geral, masculinos e femininos, do TRAIL 15 km:

- Troféu alusivo ao III TRAIL da Base Aérea da Ota – CFMTFA;

### 5.2 CLASSIFICAÇÃO POR ESCALÃO

5.2.1 Serão atribuídos troféus aos três primeiros classificados de cada um dos escalões mencionados em 2.7;

### 5.3 OUTROS PRÉMIOS

5.3.1 Poderão ser atribuídos outros prémios aos vencedores da geral e dos escalões.

5.3.2 Atribuição do troféu Falcões Selvagens à equipa mais numerosa presente no evento.

## **6. DESCLASSIFICAÇÕES E COMPORTAMENTOS ANTIDESPATIVOS**

A organização não permitirá a participação na prova/desqualificará qualquer participante que:

6.1 Falsifique qualquer elemento relativo à sua inscrição.

6.2 Não se apresente na partida com o peitoral devidamente colocado.

6.3 Não respeite as instruções da organização.

6.4 Apresente manifesto mau estado físico.

- 6.5 Não tenha peitoral.
- 6.6 Não leve o peitoral na parte frontal da t-shirt e bem visível nos locais especificados pela organização.
- 6.7 Utilize o peitoral de outro atleta.
- 6.8 Não cumpra a sinalização colocada pela organização e salte as grades para a partida.
- 6.9 Não cumpra o percurso na sua totalidade.
- 6.10 Manifeste comportamento antidesportivo (por ex.: empurrões e obstruções que prejudiquem de forma intencional os outros atletas).
- 6.11 Não respeite os restantes participantes.

## **7. CASOS OMISSOS**

Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos pela organização, de cujas decisões não haverá retorno.

## **8. APOIO AOS PARTICIPANTES**

Para informações adicionais os interessados deverão contactar a organização através dos seguintes meios:

**Tenente Coronel Fragoso Henriques – 911863013 – 590 466 – 502 300**

**Tenente Coronel Reserva - Rui Oliveira – 938351259 –**

## **9. SÍTIOS NA NET**

9.1 Página FAP – [www.emfa.pt/cota](http://www.emfa.pt/cota)

9.2 Facebook – III Trail da Base Aérea da Ota