

# Tabua Vertical Kilometer®

## Campeonato Regional 2017 - Skyrunning

13 Maio 2017

### **Apresentação**

O Tabua Vertical Kilometer® é uma prova de Skyrunning que percorre uma distância aproximada de 4km e sobe 1000m de desnível positivo, numa das vertentes do vale da ribeira Tabua, concelho de Ribeira Brava. A prova está inserida no calendário de provas da Taça de Portugal, Troféu de Clubes e Troféu Juventude de Skyrunning da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal e constitui o Campeonato Regional da disciplina de Vertical Kilometer® 2017, e pontua para a Taça da Madeira – Vertical 2017.

### **REGULAMENTO**

#### **Art.º 1 – Organização**

O Tabua Vertical Kilometer® é uma organização do Clube Aventura da Madeira (CAMadeira) em parceria com a Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal (FCMP), sendo regulada pelo presente regulamento e pelo Regulamento de Competições de Skyrunning da FCMP.

#### **Art.º 2 – Definição**

**Vertical Kilometer®** – É uma disciplina da modalidade **Skyrunning** que consiste na ascensão de 1000 metros de desnível num percurso que não exceda os 5 km de extensão linear.

#### **Artigo 3.º – Descrição do Percurso e âmbito da prova**

O Tabua Vertical Kilometer® é uma competição de Skyrunning, com um desnível positivo de 1.000 metros e uma distância aproximada de 4000 metros, com início no sítio da Ribeira da Tabua, a 430 metros de altitude e fim no Paúl da Serra, a 1430 metros de altitude.

O Tabua Vertical Kilometer® constitui o Campeonato Regional 2017, título que será atribuído ao vencedor da classificação geral em ambos os géneros.

Somente os atletas federados na Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal, através de um clube com sede na Região Autónoma da Madeira e residência na região, e com a licença desportiva que englobe a prática do Skyrunning válida para o ano 2017, poderão disputar o título regional de Vertical Kilometer®.

A organização apresentará um percurso alternativo, que será utilizado caso as condições climáticas condicionem parcialmente alguma parte do percurso principal.

### **Artigo 5.º – Classificações – Escalões**

Serão premiados os três melhores atletas à geral masculina e feminina e ainda os seguintes escalões:

- Juvenis M/F (idade entre os 16 e os 17 anos);
- Juniores M/F (idade entre os 18 e os 19 anos);
- Seniores M/F (idade entre os 20 e os 39 anos);
- Veteranos M40/F40 (idade entre os 40 e os 49 anos);
- Veteranos M50/F50 (idade entre os 50 e os 59 anos);
- Veteranos M60/F60 (idade entre os 60 e os 69 anos);
- Veteranos M70/F70 (a partir dos 70 anos).

Para efeito de determinação do escalão, nesta prova é considerada a idade que o atleta tem no dia da prova. Para os atletas federados na Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal são considerados os escalões com base nas idades que os atletas têm a 31 de Dezembro de 2017 – A definição geral do sistema de inscrição considera a data no dia da prova, tendo os atletas federados que verificar a situação da sua inscrição e informar a organização do ajustamento relativo a situação de federados/escalão/critério de idade.

Todos os atletas inscritos são responsáveis por verificar o seu escalão na lista de inscritos e comunicar à organização antes da realização da prova.

#### **Art.º 5 – Normas de Conduta**

O Tabua Vertical Kilometer® realiza-se maioritariamente numa área de montanha do concelho da Ribeira Brava. Os participantes devem preservar o ambiente de realização do evento, tendo especial cuidado para não abandonar qualquer tipo de resíduo ao longo do percurso, nem ter comportamentos prejudiciais à fauna e flora.

O Tabua Vertical Kilometer® é uma competição de Skyrunning que decorre em caminhos florestais e por vezes num trilho único, existindo a possibilidade dos diversos participantes se encontrarem em ritmos diferentes, sendo obrigatório ceder passagem aos participantes mais rápidos. Os princípios do fair-play no desporto deverão ser cumpridos por todos os participantes.

#### **Art.º 6 – Inscrição**

- A) As inscrições estão disponíveis on-line, no site do evento em <http://kmvertical.camadeira.com/>
- B) Ao formalizar a inscrição o interessado receberá no endereço de correio eletrónico fornecido uma referência para pagamento da inscrição (Atenção para a correta introdução do endereço de correio eletrónico no ato de inscrição).
- C) A confirmação da inscrição é feita com o pagamento, que deverá ser efetuado até à data limite referente ao período de inscrição que termina a 5 de maio de 2017.
- D) A taxa de inscrição é de 7 Euros.
- E) O transporte da Chegada para o regresso à zona de concentração, no centro da Freguesia da Tabua, é uma facilidade disponibilizada pela organização mediante indicação no ato de inscrição.
- F) O cancelamento de inscrições só é possível até ao dia 5 de Maio de 2017, sendo o valor pago pela inscrição devolvido depois de subtraído 1 euro, para taxa de serviço. Nestes casos os interessados deverão facultar um NIB, sendo a devolução efetuada no mínimo uma semana depois da realização do evento.

- G) Em caso de interrupção ou cancelamento do evento, porque as condições meteorológicas assim o exigem, ou no caso de ser efetuado um percurso alternativo, as taxas de inscrição não serão devolvidas.
- H) O número de inscrições disponíveis é de 150, podendo a organização alterar conforme a disponibilidade logística.
- I) A taxa de inscrição, para além da realização da prova em competição, inclui Seguro de Acidentes Pessoais, Certificado digital de Finisher, transportes previstos, alimentação ligeira no final da prova e acesso aos prémios previstos segundo as classificações obtidas.
- J) Os atletas que beneficiam de desconto ou isenção, de acordo com as regras estabelecidas pela FCMP, para atletas premiados na época 2016, devem confirmar com a organização a situação da sua inscrição, que deve ser obrigatoriamente feita on-line.

#### **Art.º 7 – Requisitos para Participação**

- A) Ter 16 anos ou mais, no dia da prova. No caso dos atletas federados, idades/escalões a partir de Juvenis, de acordo com a informação constante no Artigo 4.º do presente regulamento e definições do regulamento de competições da FCMP;
- B) Efetuar corretamente a inscrição e o respetivo pagamento da taxa (7€).
- C) Ter previamente assegurado avaliação médica que ateste não possuir contra-indicações para a prática do Skyrunning.
- D) Conhecer e aceitar as condições do presente regulamento.

#### **Art.º 8 – Termo de Responsabilidade/Declaração**

Os participantes inscritos no Tabua Vertical Kilometer® terão de preencher e assinar um Termo de Responsabilidade/Declaração, a entregar no momento de registo no secretariado.

Os mesmos declaram participar voluntariamente e sob a sua própria responsabilidade na competição, não podendo exigir/reclamar da organização e seus colaboradores qualquer responsabilidade que exceda a cobertura dos seguros legalmente previstos. Igualmente

declaram conhecer o regulamento e a que a sua situação de saúde não apresenta contraindicações para a prática do Skyrunning, em particular para a disciplina de Vertical Kilometer®, decorrente de avaliação médica.

#### **Art.º 9 – Secretariado**

O levantamento do peitoral no secretariado só poderá ser efetuado pelo participante apresentando documento legal de identificação. Deverá ainda apresentar Termo de Responsabilidade/Declaração de conhecimento sobre os dados informados, o conhecimento dos regulamentos e da sua capacidade física e psicológica para a participação na prova.

#### **Art.º 10 – Direitos de Imagem**

A organização reserva em exclusivo o direito à imagem do Tabua Vertical Kilometer®. Qualquer projeto ou suporte publicitário deve ter prévia autorização da organização.

#### **Art.º 11 – Sistema de Cronometragem e Controlo de Pontos de Passagem**

A cronometragem da prova envolve os momentos de partida, controlo de passagem e chegada. A organização disponibiliza o sistema de Cronometragem Sportident, onde os participantes são responsáveis pela sua cronometragem.

Os pontos intermédios de passagem a cada Km acumulado são opcionais. A partida e a Chegada são pontos obrigatórios de controlo e do seu registo correto depende a classificação do participante.

Os participantes serão portadores de um chip (SI-CARD) de registo eletrónico cedido pela organização ou do próprio, devendo proceder do seguinte modo:

- 1- O registo de tempo é feito mediante a introdução do chip na estação SportIdent, sendo o tempo registado quando a estação emitir um som bip ou acender um sinal luminoso.

- 2- Na Partida o participante introduz o chip na Estação START até ouvir o bip ou ver o sinal luminoso e inicia a sua prova. Nos pontos intermédios de passagem (facultativo) e na CHEGADA o procedimento é igual.
- 3- Na linha de Chegada existirão duas estações FINISH, o participante opta pela que for mais acessível, sendo o registo feito pelo participante o que define o seu tempo final e respetiva ordenação na classificação.
- 4- Após o registo na Estação FINISH, o participante deve dirigir-se ao local indicado pela organização para descarregar o seu tempo e entregar o chip, se cedido pela organização.
- 5- A perda do chip impede o registo de tempo, o que pode implicar a não classificação do participante em causa. A perda do chip implica, o pagamento de uma taxa igual ao valor de aquisição em montante igual a 30 euros.

#### **Art.º 12 – Partida e Chegada – Tempo Limite**

- A) O tempo de prova considerado é estabelecido com base na hora de partida prevista e a hora efetiva de Chegada do atleta à Meta, exceto se utilizado sistema eletrónico de registo de partida (START).
- B) Os participantes que não estiverem presentes até 10 minutos após a sua hora de partida serão desclassificados.
- C) A partida na prova será intervalada. A ordem de partida será sorteada ou ordenada de acordo com critérios a indicar pela Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal e será anunciada previamente aos atletas inscritos.
- D) Na chegada, os atletas registam o seu tempo de chegada sobre a linha de chegada, numa das estações FINISH, terminando a sua prova.
- E) O tempo final para efeitos de classificação é o tempo que decorre entre a hora de partida e o tempo registado à chegada pelo atleta.
- F) O tempo limite para a realização da prova é de 2h30.

### **Art.º 13 – Meios de Progressão na Competição**

O único meio de progressão permitido em todo o percurso é a deslocação a pé, sendo proibido qualquer tipo de ajuda, que não seja o seu físico e os bastões.

### **Art.º 14 – Segurança**

Os participantes devem ajudar um outro participante que esteja em dificuldades. Em caso de acidente no decorrer da prova, e na situação de não poder prosseguir, o participante deve entrar em contacto imediato com a organização ou pedir a alguém que informe sobre a sua situação, caso contrário deverá tentar chegar ao final onde será socorrido. Um atleta pode retirar-se da prova sempre que o desejar, mas deve ter em atenção o seguinte:

- A) Apresentar-se num posto de controlo e entregar o seu peitoral;
- B) O atleta assume toda a responsabilidade desde que abandona voluntariamente a corrida ou é desclassificado.

### **Art.º 15 – Desclassificação**

Será motivo de desclassificação se o participante:

- A) Chegar para além do tempo limite para a execução da prova (2h 30 horas);
- B) Não se apresentar à Partida na hora previamente divulgada no site do evento e no secretariado, com uma tolerância máxima de 10 minutos;
- C) Os atletas eventualmente atrasados partem em nova hora definida pela organização;
- D) Provocar danos em áreas privadas ou ajardinadas;
- E) Desrespeitar as normas gerais de proteção da floresta;
- F) Atirar lixo para o chão;
- G) Infringir outras regras estabelecidas pela organização;
- H) Não ajudar um participante que necessite de ajuda;
- I) Solicitar ajuda sem necessidade;
- J) Não ter o peitoral ou este não esteja no local indicado (colocado na zona abdominal);
- K) Não ter ou perder o elemento de cronometragem (Chip SI-Card);

- L) Não registar nos controlos indicados pela organização, da partida e meta;
- M) Não facilitar a passagem de um atleta mais rápido;
- N) Não ser portador do material obrigatório definido pela organização.

### **Art.º 16 – Material Obrigatório**

A participação no Tabua Vertical Kilometer® exige que os participantes sejam portadores do peitoral e do elemento de cronometragem, fornecidos pela organização, bem como do vestuário e calçado adequados, em conformidade com as regras estabelecidas no Regulamento de Competições de Skyrunning da FCMP. O impermeável e a manta térmica são também materiais obrigatórios, a não ser que, após observação das condições no dia da prova e/ou das previsões climatéricas, a organização os possa considerar como materiais facultativos.

A organização dará a possibilidade aos participantes de entregarem uma muda de roupa que será disponibilizada na Chegada. Os momentos e locais de entrega serão divulgados no site do evento: <http://kmvertical.camadeira.com/>

### **Art.º 17 – Abastecimentos**

Não está previsto abastecimento durante o percurso. No entanto, em razão de condições climatéricas que assim o justifiquem, a organização poderá disponibilizar um abastecimento líquido em zona intermédia. À chegada, a organização disponibilizará hidratação e alimentação ligeira.

### **Art.º 18 – Marcação do Percurso**

O percurso estará integralmente marcado no dia da prova, com fitas plásticas, bandeiras e setas, divulgadas no site do evento e na informação disponível no secretariado. Os participantes devem seguir em exclusivo a sinalização, e sempre que existirem opções ao longo do percurso, devem verificar quais as que estão sinalizadas. A não existência de sinalização à entrada de uma opção de trajeto e numa extensão superior a 200 metros deve



ser avaliada pelo participante se tomou a opção correta, reavaliando e corrigindo a continuação da sua prova, se necessário.

### **Art.º 19 – Júri da Competição**

O Júri da competição é nomeado pelo Conselho de Arbitragem da FCMP.

### **Art.º 20 – Seguro de Prova**

Os participantes no Tabua Vertical Kilometer® estão cobertos por um seguro de acidentes pessoais, com coberturas iguais ou superiores aos montantes mínimos definidos pela lei. Em caso de acidente, o participante deverá contactar a organização, que fará o seu encaminhamento para a instituição médica mais adequada ao seu estado de saúde, juntamente com uma cópia da respetiva participação de sinistro. Por vezes e, dada a urgência/gravidade de alguns acidentes, torna-se impossível diligenciar o preenchimento da participação no ato do sinistro. Nestas circunstâncias, a participação do sinistro poderá ser tratada, após concluídos os primeiros socorros ao participante.

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

A organização estará coberta por um seguro de responsabilidade civil, de acordo com os montantes mínimos exigidos por lei ou superiores.

### **Art.º 21 – Casos Omissos, regulamento final e alteração da prova**

A organização da prova pode suspender, reduzir, neutralizar ou parar a prova por motivos de segurança ou de força maior, para além do seu controlo (clima, mudanças no fluxo hidrográfico, etc.). O regulamento poderá ser atualizado até ao final das inscrições por necessidades da organização. Os participantes devem consultar a versão final a partir dessa data. A organização decide em conjunto com o Júri nomeado pela FCMP, qualquer caso de omissão ou dificuldade de interpretação no presente regulamento, sendo, em primeira instância, tido em conta o Regulamento de Competições de Skyrunning da FCMP.