



Marco Barbosa | All Rights Reserved

GRANDE TRAIL SERRA D'ARGA REGULAMENTO

Índice

| | |
|---|----|
| Índice | 01 |
| 1. Condições de participação | 04 |
| 1.1. Idade participação das diferentes provas | 04 |
| 1.2. Inscrição regularizada | 04 |
| 1.3. Condições físicas | 04 |
| 1.4. Definição possibilidade ajuda externa | 04 |
| 1.5. Colocação da dorsal | 04 |
| 1.6. Regras conduta desportiva | 04 |
| 2. Prova | 05 |
| 2.1. Apresentação da prova / organização | 05 |
| 2.2. Programa | 06 |
| 2.3. Distância, altimetria e caracterização de dificuldade ATRP | 06 |
| 2.4. Mapa / perfil altimétrico / descrição percurso | 07 |
| 2.5. Tempo limite | 07 |
| 2.6. Metodologia de controlo de tempos | 07 |
| 2.7. Postos de controlo | 07 |
| 2.8. Locais de abastecimento | 07 |
| 2.9. Material obrigatório | 08 |
| 2.10. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário | 08 |
| 2.11. Penalizações / desqualificações | 08 |
| 2.12. Responsabilidades perante o atleta / participante | 09 |
| 2.13. Seguro desportivo | 09 |
| 3. Inscrições | 09 |
| 3.1. Processo inscrição (local, página web, transferência bancária) | 09 |
| 3.2. Valores e períodos de inscrição | 09 |
| 3.3. Condições devolução do valor inscrição | 10 |
| 3.4. Material incluído com a inscrição | 10 |
| 3.5. Secretariado da prova / horários e locais | 10 |
| 4. Categorias e Prémios | 11 |
| 4.1. Data, local e hora entrega de prémios | 11 |
| 4.2. Categorias etárias / sexo individuais e equipas | 11 |
| 5. Informações | 13 |
| 5.1. Como chegar | 13 |
| 5.2. Onde ficar | 13 |
| 6. Marcação e controles | 13 |
| 7. Responsabilidade ambiental | 13 |
| 8. Direitos de imagem | 14 |
| 9. Apoio de emergência | 14 |
| 10. Casos omissos | 14 |
| 11. Diversos | 14 |

O secretariado não funcionará no Domingo

Pelo que os atletas deverão levantar os dorsais previamente à prova, dispondo para tal do seguinte horário e local:

| Levantamento de dorsais GTSA | | |
|-------------------------------------|----------------------|--------------------------------------|
| Data | Horário | Local |
| 19 de Setembro | 16h00 – 20h00 | Porto (local a confirmar) |
| 20 de Setembro | 19h00 – 20h00 | Caminha (Paços do Concelho) |
| 21 de Setembro | 07h00 – 07h30 | Centro de Caminha |
| 21 de Setembro | 17h00 – 18h30 | Caminha (Paços do Concelho) |
| 22 de Setembro | 07h00 – 09h00 | Centro de Dem (local da meta) |
| 22 de Setembro | 15h00 – 19h00 | Centro de Dem (local da meta) |

Apelamos a todos os participantes que tenham em atenção o facto de estarem inscritos neste evento milhares de participantes, e terem a necessidade de estacionar atempadamente num local que provavelmente desconhecem.

MUITO IMPORTANTE

- É preciso ter a condição física adequada às características desta prova de extrema dureza, que junta ao mesmo tempo alta quilometragem, longa duração, terreno montanhoso, grandes desníveis, exposição ao sol, etc.
- Ao inscrever-se está a concordar na íntegra com o presente regulamento.
- É imprescindível beber em todos os abastecimentos e alimentar-se convenientemente.
- Como amostra da dureza da prova prevê-se que os primeiros corredores completarão o percurso em cerca de 5h, no caso da prova rainha, com uma distância de cerca de 53 km e 3000 d+.
- A inscrição é pessoal e intransmissível e é aceite por ordem de chegada.
- A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro.
- Em caso de um participante não poder participar e/ou as condições climatéricas não permitirem a realização do evento ou seu cancelamento, a organização não se vê no dever de devolver o valor das inscrições, assim como o reembolso aos patrocinadores.
- Não se aceitam alterações dos dados fornecidos pelos participantes após o dia 7 de Setembro 2018.
- Atendendo à necessidade imperiosa de preservar um património natural de uma enorme riqueza, 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 (preferencialmente servindo também para bebidas quentes);**
- **A Organização reserva-se o direito de aceitar inscrições de última hora.**
- **Para inscrições realizadas no último mês antes da prova, a organização não garante tamanho de t-shirt.**
- O presente regulamento está sujeito a alterações.

1. Condições de participação

1.1. Idade de participação

As provas do evento Grande Trail Serra d' Arga são destinadas apenas a atletas maiores de 18 anos.

1.2. Inscrição regularizada

Para a participação na prova o atleta deverá ter a sua inscrição previamente regularizada nos prazos estabelecidos e aceitar todas as normas constantes do presente regulamento.

1.3. Condições físicas

É imprescindível ter a condição física adequada às características desta prova de extrema dureza, onde estão presentes em simultâneo, elevada quilometragem, longa duração de tempo para a sua conclusão, terreno extremamente montanhoso com características de alta montanha e grandes desníveis, com trilhos técnicos. O terreno onde se desenrola a prova está sujeito a alterações climatéricas repentinas, pelo que os atletas poderão estar expostos a situações meteorológicas tão diferentes como: calor, frio, vento forte, nevoeiro denso e precipitação intensa. É fundamental que o atleta tenha a noção de autogestão do esforço, quer físico, quer mental, perante situações adversas extremas às quais poderá ficar exposto, sem que seja possível ajuda/resgate imediato. É fundamental o atleta saber como atuar em caso de pequenas lesões, indisposições gástricas, entre outras situações normais, decorrentes de atividades em montanha.

1.4. Possibilidade de ajuda externa

O apoio aos atletas por elementos externos à organização é apenas permitido nos postos de abastecimento, devendo o atleta, de acordo com o ponto 1.3., ter noção das suas necessidades durante a prova, assim como a sua capacidade de resolução dos problemas perante situações inesperadas.

1.5. Colocação da dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível. O dorsal do atleta deve estar em local facilmente visível aos elementos da organização e demais entidades que apoiam e/ou colaboram com a mesma. Em caso de desistência o atleta deverá entregar o dorsal à organização no secretariado da prova, comunicando dessa forma a sua desistência.

1.6. Conduta desportiva

O comportamento inadequado, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou de qualquer outra espécie, será comunicado às autoridades sempre que o ato seja merecedor de tal.

2. Prova

2.1. Apresentação da prova / organização

O **Grande Trail da Serra d'Arga** é organizado pela Carlos Sá Nature Events® com o apoio e colaboração da Desnível Positivo. Conta ainda com a colaboração das Câmaras Municipais de Caminha, Viana do Castelo e Ponte de Lima e das Juntas de Freguesias de Dem, São Lourenço da Montaria, Estorãos, Arga S. João, Arga de cima e Arga de Baixo.

Provas:

No dia **21 de Setembro** decorrerão as provas **GTSA Aventura 80 Km**, **GTSA Vertical**, **GTSA Sunset 13 Km** e **GTSA Kids**.

GTSA Aventura 80 Km/8000 Dac – A concentração dos atletas participantes será feita no centro da Vila de Caminha às 07h00. Posteriormente, às 07h30, será feita a travessia do Rio Minho em Ferry Boat e a partida da prova será às 08h00, na margem espanhola (La Guardia). Seguir-se-à a subida ao Monte de Santa Tecla e nova travessia do Rio Minho, em kayak, ao Km8. No restante percurso, que se desenrolará na Serra d'Arga, os participantes poderão usufruir de várias atividades como slide e rapel, entre outras.

GTSA Vertical – Tem início às 11h em Estorãos e termina no mítico Alto da Senhora do Minho, percorrendo 4 km de distância com 800m D+. A entrega de dorsais para esta prova será feita, para além dos locais descritos na tabela acima, junto à linha de partida, 30 minutos antes da mesma.

O **GTSA Kids** tem início às 15h no centro de Caminha. Terá os seguintes escalões e distâncias:

- Até aos **7 anos** – **500 m**
- Dos **7 anos aos 10 anos** – **1000 m**
- Dos **10 anos aos 13 anos** – **1500 m**
- Dos **13 anos aos 16 anos** – **2000 m**

GTSA Sunset 13 Km – A concentração dos atletas participantes será feita no centro da Vila de Caminha às 18h15. Posteriormente, às 18h30, será feita a travessia do Rio Minho em Ferry Boat e a partida da prova será às 19h00, na margem espanhola (La Guardia). Com uma distância de 13 Km e com 800 D+, percorrerá o monte de Santa Tecla, de onde será possível visualizar um dos melhores Sunsets do mundo. Na parte final do percurso haverá travessia do Rio Minho em kayak, terminando a prova no centro da Vila de Caminha.

No dia **22 de Setembro** decorrerá a prova rainha deste evento: **Ultra Trail 53 km**.

Ultra Trail 53 km – Tem início às 9h00 e percorre trilhos da magnífica Serra d'Arga na distância de cerca de 53 km, com um desnível acumulado de 6 000 metros, tendo início e fim no centro da freguesia de Dem. Esta fantástica prova passa por várias aldeias preservadas como S. João d'Arga, Mosteiro S. João de Arga, Arga de Baixo, Arga de Cima, Cerquido, S. Lourenço da Montaria (com o seu fantástico rio Âncora) e Dem, pertencentes a três concelhos: Caminha, Ponte de Lima e Viana do Castelo.

No dia **23 de Setembro** decorrem em simultâneo três provas competitivas: **Trail Longo, 33 km e 21 km e Trail Curto 14 km**. Decorrerá também uma **caminhada com a distância de 7 km**. Todas estas provas são circulares, com partida e chegada a S. Lourenço da Montaria.

Trail Longo 33km – Tem início às 9h00, com uma distância de cerca de 33km e um desnível acumulado de 3400m. Percorre trilhos da Serra d’Arga passando por várias zonas de interesse como o Rio Âncora, Pedrulhos, Calçadas Romanas, Cerquido, Planalto da Senhora do Minho e S. Lourenço da Montaria.

Trail Longo 21km e Trail Curto 14km - Terão início às 10h00. Com um desnível acumulado de 2000m e 1300m respetivamente, partem na Freguesia de S. Lourenço da Montaria, percorrendo trilhos da Serra d’Arga com passagem pelo fantástico rio Âncora, pela localidade de Chão e com chegada a S. Lourenço da Montaria.

A **caminhada** terá início às 10:10h com partida e chegada em S. Lourenço da Montaria.

No final das suas provas todos os participantes terão direito a banhos e reforço alimentar.

2.2. Programa

21 de Setembro (Sexta)

07h00 – Abertura do secretariado (centro da Vila de Caminha)

07h30 – Travessia do Rio Minho em Ferry Boat

08h00 – Partida do GTSA Aventura 80 Km

10h30 – Entrega de dorsais para o GTSA Vertical (junto à linha de partida)

11h00 – Partida GTSA Vertical e encerramento do secretariado

12h30 – Entrega de prémios GTSA Vertical

17h00 – Abertura do secretariado nos Paços do Concelho de Caminha

18h30 – Travessia do Rio Minho em Ferry Boat

19h00 – Partida do GTSA Sunset 13 Km e encerramento do secretariado

21h30 – Entrega de prémios GTSA Sunset e GTSA Aventura 80Km (centro da vila de Caminha)

22 Setembro (Sábado)

07h00 – Abertura do secretariado em Dem

09h00 – Início da prova Ultra Trail 53km e encerramento do secretariado

15h00 – Abertura do secretariado em Dem

17h30 – Entrega de prémios em Dem (GTSA Ultra Trail 53 km)

19h00 – Fim das atividades

23 Setembro (Domingo)

09h00 – Partida Trail Longo 33 km

10h00 – Partida Trail Longo 21 km e Trail Curto 14 km em S. Lourenço da Montaria

10h10 – Partida da Caminhada 7 km

11h30 – Chegada prevista dos primeiros atletas do Trail Curto 14 km (S. Lourenço da Montaria)

11h50 – Chegada prevista dos primeiros atletas do Trail Longo 21 km e Trail Longo 33 km (S. Lourenço da Montaria)

15h00 – Cerimónia de entrega de prémios Trail Longo 33 km, Trail Longo 21 km e Trail Curto 14 km S. Lourenço da Montaria)

Os atletas devem dirigir-se para o local de partida de forma autónoma.

2.3. Distância, altimetria e caracterização de dificuldade ATRP

GTSA Aventura - 80 Km – 4000m d+(8000dac) – grau 3

GTSA Vertical – 4 Km – 800m d+ (1600dac) Trail Curto – grau 4

GTSA Sunset – 13Km – 800m d+ (1600dac) Trail Curto – grau 3

Ultra Trail – 53 km – 3000m d+ (6000dac) Trail Ultra Médio – grau 3

Trail Longo – 33 km – 1700m d+ (3400dac) Trail Longo – grau 3

Trail Longo – 21 km – 1000m d+ (2000dac) Trail Longo – grau 3

Trail Curto – 14 km – 650m d+ (1300dac) Trail Curto – grau 2

2.4. Mapa / perfil altimétrico / descrição percurso

Ver ponto 2.1. e mais informações em:

<http://carlossanatureevents.com/evento.aspx?idevento=GTSA>

2.5. Tempo limite

- O corredor que se retirar deverá avisar a organização do seu abandono, comunicando à mesma o seu nº de dorsal.
- O tempo para concluir o **GTSA Aventura 80Km** é de **16h**, para o **Ultra Trail 53 km** é de **11h** e para o **Trail Longo 33 km** é de **7h**. Já para as provas de Trail Longo 21 Km e Trail Curto 14 Km não haverá tempo limite.
- Barreiras Horárias para o **GTSA Aventura 80Km**:
 - Ao Km 50, com 11h de prova;
 - Ao Km 65, com 14h de prov.
- Barreiras Horárias para o **Utra Trail 53Km**:
 - Ao Km 33, com 7h de prova;
 - Ao Km 44, com 9h de prova.

2.6. Metodologia de controlo de tempos

Controlo realizado através dum chip que o atleta tem de validar em cada um dos postos de controlo. A não entrega e/ou perda de um chip à organização é da exclusiva responsabilidade do participante. Ficarão a cargo dos participantes todos os custos associados à sua reposição

2.7. Postos de controlo

Os controlos intermédios estarão em lugar a definir pela organização.

2.8. Locais de abastecimento

- **GTSA Aventura 80 Km**
 - **Abastecimento 1** – 10 Km (Foz do Minho)
 - **Abastecimento 2** – 23 Km (Dem)
 - **Abastecimento 3** – 30 km (Arga S. João)
 - **Abastecimento 4** – 38 km (Arte na Leira)
 - **Abastecimento 5** – 47km (Cerquido)
 - **Abastecimento 6** – 56 km (Montaria)
 - **Abastecimento 7**- 68 Km (Sra. das Neves)

- **GTSA Vertical**
 - **Abastecimento 1** – Meta (Alto da Senhora do Minho)

- **GTSA Sunset 13 km**
 - **Abastecimento 1** – 8 km (Santa Tecla)

- **Ultra Trail 53 km**
 - **Abastecimento 1** – 7 km (Arga S. João)
 - **Abastecimento 2** – 15 km (Arte na Leira)
 - **Abastecimento 3** – 24km (Cerquido)
 - **Abastecimento 4** – 33 km (Montaria)
 - **Abastecimento 5** – 44 km (Pedrulhos)

- **Trail Longo 33 km**
 - **Abastecimento 1** – 8 km (Viveiros)
 - **Abastecimento 2** – 15 km (Chão)
 - **Abastecimento 3** – 22 km (Cerquido)

- **Trail Longo 21 km:**
 - **Abastecimento 1** – 8 km (Viveiros)
 - **Abastecimento 2** –15 km (Chão)

- **Trail Curto 14 km:**
 - **Abastecimento 1** – 8 km (Viveiros)

2.9. Material recomendado

| Material recomendado | GTSA Aventura 80 Km | GTSA Vertical | GTSA Sunset 13Km | GTSA 14 km | GTSA 21 km | GTSA 33 km | GTSA 53 km | Caminhada |
|-------------------------|---------------------|---------------|------------------|------------|------------|------------|------------|-----------|
| Luz frontal ou lanterna | x | | x | | | | X | |
| Reservatório de água | X | | X | x | x | x | x | |
| Manta de sobrevivência | X | | X | x | x | x | x | |
| Apito | X | | X | x | x | x | x | |
| Impermeável | X | | X | x | x | x | x | |
| Telemóvel | x | | X | x | x | x | x | |

Independentemente das condições climáticas os participantes devem considerar este material como o seu Kit de Sobrevivência, portanto aconselha-se que acompanhe sempre os atletas em terreno montanhoso de difícil acesso.

2.10. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

A organização terá um sistema de segurança ao longo de todo o percurso, contudo, dado que será impossível realizar corte de tráfego rodoviário nalgumas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas estradas de uso público, devendo ainda respeitar o meio envolvente ao percurso, tendo consciência de que o percurso pode atravessar propriedade privada sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

2.11. Desqualificações

Ficará ainda desclassificado todo aquele que:

- Não cumpra o presente regulamento;
- Não complete a totalidade do percurso;
- Deteriore ou suje o meio por onde passe;
- Não leve o seu número bem visível;
- Ignore as indicações da organização;
- Tenha alguma conduta antidesportiva.

A organização impedirá em futuras edições as inscrições de participantes que sejam abrangidos por alguma das últimas duas alíneas.

2.12. Responsabilidades perante o atleta / participante

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

2.13. 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.

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição (local, página web, transferência bancária)

A inscrição é realizada *online* através do site <http://www.carlossanatureevents.com/>

3.2. Valores e períodos de inscrição

As inscrições *online* abrem no dia 15 de Janeiro de 2018.

- **Ultra Trail 80 km**

50 Euros

O valor de inscrição inclui: colete, dorsal, seguro de acidentes pessoais, t-shirt técnica alusiva à prova, medalha de finalista, abastecimentos, banhos, assim como todas as ofertas que a organização venha ainda a conseguir. A organização poderá substituir algumas destas ofertas por outras similares.

- **GTSA Vertical**

15 euros

O valor de inscrição inclui: dorsal, seguro de acidentes pessoais, abastecimento, banhos, jersey alusivo à prova, assim como todas as ofertas que a organização venha ainda a conseguir.

- **GTSA Sunset**

15 euros

O valor de inscrição inclui: dorsal, seguro de acidentes pessoais, abastecimentos, banhos, jersey alusivo à prova, assim como todas as ofertas que a organização venha ainda a conseguir.

- **Caminhada 7 km**

5 Euros

O valor de inscrição inclui: dorsal, seguro de acidentes pessoais, abastecimentos, banhos, assim como todas as ofertas que a organização venha ainda a conseguir.

- **Ultra Trail 53 km**

35 Euros

O valor de inscrição inclui: colete, dorsal, seguro de acidentes pessoais, t-shirt técnica alusiva à prova, medalha de finalista, abastecimentos, banhos, assim como todas as ofertas que a organização venha ainda a conseguir. A organização poderá substituir algumas destas ofertas por outras similares.

- **Trail Longo 33 km**

25 Euros

O valor de inscrição inclui: dorsal, seguro de acidentes pessoais, t-shirt técnica alusiva à prova, medalha de finalista, abastecimentos, banhos, assim como todas as ofertas que a organização venha ainda a conseguir. A organização poderá substituir algumas destas ofertas por outras similares.

- **Trail Longo 21 km**

20 Euros

O valor de inscrição inclui: dorsal, seguro de acidentes pessoais, t-shirt técnica alusiva à prova, medalha de finalista, abastecimentos, banhos, assim como todas as ofertas que a organização venha ainda a conseguir. A organização poderá substituir algumas destas ofertas por outras similares.

- **Trail Curto 14 km**

15 Euros

O valor de inscrição inclui: dorsal, seguro de acidentes pessoais, t-shirt técnica alusiva à prova, medalha de finalista, abastecimentos, banhos, assim como todas as ofertas que a organização venha ainda a conseguir. A organização poderá substituir algumas destas ofertas por outras similares.

3.3. Material incluído com a inscrição

Ver ponto 3.2.

3.4. Condições devolução do valor inscrição

A organização não se vê no dever de devolver o dinheiro da inscrição dos atletas já confirmados e que não possam comparecer no dia do evento. Caso o atleta solicite alteração de inscrição para uma prova com uma distância inferior, o eventual valor de diferença não será restituído.

3.5. Secretariado da prova / horários e locais

O secretariado funcionará nos seguintes dias e horários:

- Dia 21 de Setembro, das 07h00 às 07h30, no centro da Vila de Caminha
- Dia 21 de Setembro, das 10h30 às 11h00, junto à linha de partida do GTSA Vertical
- Dia 21 de Setembro, das 17h00 às 18h30, Paços do Concelho de Caminha
- Dia 22 de Setembro, das 07h00 às 09h00, na junta de freguesia de Dem
- Dia 22 de Setembro, das 15h00 às 19h00, junto à meta, em Dem

Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de um documento de identificação e de quatro alfinetes.

4. Categorias e Prémios

4.1. Data, local e hora entrega de prémios

Conforme programa.

4.2. Categorias etárias / sexo individuais e equipas

Irá haver classificação por categorias determinada pela ATRP. Para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerada a idade que o atleta terá a 31 de Outubro da corrente época competitiva. Ex: Um atleta que faz 40 anos entre 1 de Janeiro e 31 de Outubro, será classificado no escalão M40 durante todo o Campeonato.

- M Sub-23 e F Sub-23 – 18 a 22 anos
- M Seniores e F Seniores – 23 a 39 anos
- M40 e F40 – 40 a 44 anos
- M45 e F45 – 45 a 49 anos
- M50 e F50 – 50 a 54 anos
- M55 e F55 – 55 a 59 anos
- M60 e F60 – mais de 60 anos

Para a classificação por equipas contam os tempos dos 3 melhores atletas na classificação geral, (não há distinção de sexo ou idade).

Serão atribuídos prémios por escalões, nas provas GTSA Aventura 80 Km, GTSA Ultra Trail 53Km, GTSA Trail Longo 33 Km, GTSA Trail Longo 21 Km e GTSA Trail Curto 14Km, da seguinte forma:

- M Sub-23 e F Sub-23 – 18 a 22 anos (3 primeiros homens e 3 primeiras mulheres);
- M Seniores e F Seniores – 23 a 39 anos (3 primeiros homens e 3 primeiras mulheres);
- M40 e F40 – 40 a 49 anos (3 primeiros homens e 3 primeiras mulheres) - agrupam-se o M40 e M45;
- M50 e F50 – 50 a 59 anos (3 primeiros homens e 3 primeiras mulheres) - agrupam-se o M50 e M55;
- M60 e F60 – mais de 60 anos (3 primeiros homens e 3 primeiras mulheres);

Prémios (classificação geral)

GTSA Vertical – classificação geral

Masculino:

- 1º – Troféu
- 2º – Troféu
- 3º – Troféu

Feminino:

- 1º – Troféu
- 2º – Troféu
- 3º – Troféu

GTSA Sunset 13 km

Masculino:

- 1º – Troféu
- 2º – Troféu
- 3º – Troféu

Feminino:

- 1º – Troféu
- 2º – Troféu
- 3º – Troféu

GTSA Aventura 80 km

Masculino:

- 1º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 2º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 3º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 4º – Troféu, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 5º – Troféu, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon

Feminino:

- 1º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 2º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 3º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 4º – Troféu, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 5º – Troféu, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon.

GTSA Ultra Trail 53 km

Masculino:

- 1º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 2º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 3º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 4º – Troféu, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 5º – Troféu, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon

Feminino:

- 1º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 2º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 3º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 4º – Troféu, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 5º – Troféu, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon.

GTSA Trail Longo 33 km

Masculino:

- 1º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 2º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 3º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon

Feminino:

- 1º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 2º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 3º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon

GTSA Trail Longo 21 km

Masculino:

- 1º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 2º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 3º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon

Feminino:

- 1º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 2º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon
- 3º – Troféu, inscrição 2019, inscrição numa prova à escolha da Gerês Extreme Marathon

GTSA Trail Curto 14 km

Masculino:

- 1º – Troféu, inscrição 2019
- 2º – Troféu, inscrição 2019
- 3º – Troféu, inscrição 2019

Feminino:

- 1º – Troféu, inscrição 2019
- 2º – Troféu, inscrição 2019
- 3º – Troféu, inscrição 2019

A intenção de usufruir das inscrições oferta para o Gerês Extreme Marathon devem ser comunicadas à organização por e-mail, até dia 18 de Outubro.

Equipas

GTSA Aventura 80 km/ Ultra Trail 53 km / Trail Longo 33 km / Trail Longo 21 km / Trail Curto 14 km

- 1º – Troféu
- 2º – Troféu
- 3º – Troféu

5. Informações

5.1. Como chegar

Auto-estrada A28, saída 28 (Dem).

5.2. Onde ficar

Existe a possibilidade de acampar no local de concentração da prova ou dormir em solo duro no Pavilhão gimnodesportivo de Caminha. Os participantes deverão trazer consigo o material necessário para a dormida.

6. Marcação e controles

O percurso estará marcado com fitas e bandeiras de cor viva, sendo obrigatória a passagem pelos controles estabelecidos.

7. Responsabilidade ambiental

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

8. Direitos de imagem

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza aos organizadores da prova a gravação total ou parcial da sua participação na mesma, pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a imagem do atleta para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, internet, cartazes, meios de comunicação social, etc.) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

9. Apoio e emergência

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem.

10. Casos omissos

Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela comissão organizadora, de cujas decisões não haverá recurso.

11. Diversos

- 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 a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova se as condições meteorológicas assim o obrigarem, ou devido a força maior.