



**TROTAMONTES**

**BACKYARD**

*6706 METER* **ULTRA**<sup>®</sup> *4.167 MILES*

**OLIVEIRA DE AZEMÉIS**

1.	INTRODUÇÃO .....	3
2.	INSCRIÇÕES .....	4
3.	TAXA DE INSCRIÇÃO.....	4
4.	A PARTICIPAÇÃO NO EVENTO DÁ DIREITO A: .....	4
5.	ALTERAÇÃO INSCRIÇÃO .....	4
6.	CONDIÇÕES DE VOLUÇÃO DA INSCRIÇÃO .....	5
7.	CRONOMETRAGEM / CLASSIFICAÇÃO .....	5
8.	PONTOS ITRA / UTMB .....	5
9.	PARTIDAS .....	5
10.	AS VOLTAS.....	6
11.	ASSISTÊNCIA.....	6
12.	LOGÍSTICA NO LOCAL .....	6
13.	CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO .....	6
14.	DORSAIS /NÚMEROS IDENTIFICAÇÃO / BIB.....	7
15.	MATERIAL OBRIGATÓRIO/RECOMENDADO .....	7
16.	PUBLICIDADE E IMAGEM .....	7
17.	ISENÇÃO DE RESPONSABILIDADE.....	8
18.	RESGATE / SAÚDE .....	8
19.	RESPEITO PELO MEIO AMBIENTE.....	8
20.	RESPEITO PELOS PARTICIPANTES, ORGANIZADORES E OUTROS .....	8
21.	SEGURO.....	8
22.	CANCELAMENTO .....	9
23.	ESTABILIDADE E INTERPRETAÇÃO DO REGULAMENTO .....	9
24.	CASOS OMISSOS.....	10



# TROTAMONTES BACKYARD ULTRA-OLIVEIRA DE AZEMÉIS

## 1. INTRODUÇÃO

### O QUE É UM BACKYARD ULTRA?

Criado por Lazarus Lake, o organizador das lendárias Maratonas Berkley no Parque Natural Frozen Head do Tennessee, o princípio desta nova forma de tortura é muito simples:

- O percurso consta de uma Volta (loop) de 6.706 km;
- Há uma partida a cada hora;
- O atleta tem que completar uma volta em menos de uma hora;
- Se o atleta terminar antes, pode iniciar o descanso enquanto espera pelo início da nova volta, ou seja, uma hora depois do anterior;

**Exemplo:** se você completar o primeiro circuito em 45 minutos, terá 15 minutos de descanso antes da próxima partida. Se você completar o circuito em 58 minutos, terá um intervalo de 2 minutos antes da próxima partida.

- O vencedor é a última pessoa a completar a volta sozinho a tempo;
- O objetivo é simples: fazer o máximo de voltas dentro do tempo possível;
- Se o atleta não conseguir completar a última volta em menos de uma hora ou desistir, a edição ficará sem vencedor.

Porquê a distância de 6.706 km?

Porque Lazarus queria que, ao completar 24 voltas, ou seja, levando 24 horas, um total de 100 milhas (quase 161 km) fossem percorridas.

A **Trotamontes Backyard** foi em 2022 a primeira prova deste género em Portugal, organizada pela **Confraria Trotamontes** e o **Concelho de Oliveira de Azeméis**, a terceira edição realiza-se a 30 de Março de 2024 e tem início às 10h, percorrendo o lindo vale de Ossela.

A edição de 2024 tem certificação **Silver**, o Vencedor terá acesso direto ao Mundial.

O percurso está sinalizado com fitas e balizagem noturna e terá um desnível positivo de 90mt.

**Nesta 3ª edição iremos ter duas variantes a Backyard Litle - 5 Loops e o Backyard Medium -10 Loops**



## O QUE É O BACKYARD LITLE E MEDIUM?

Para quem quer viver a aventura do Backyard Ultra e pretende percorrer menos voltas, nesta edição pode participar no Backyard Litle, podendo efetuar 5 voltas ou no Backyard Medium tendo que percorrer mais de 5 voltas e até 10 voltas.

As regras serão as mesmas que para o Backyard Ultra, com a diferença que não existirá vencedor, nem pontuará para o Backyard Ultra.

## 2. INSCRIÇÕES

As inscrições são feitas exclusivamente online, no site da LaptGo, até ao dia 15 de março de 2024, ou até preencher as vagas disponíveis.

## 3. TAXA DE INSCRIÇÃO

**Backyard Ultra - 40€.**

**Backyard Medium -30€**

**Backyard Litle - 20€**

## 4. A PARTICIPAÇÃO NO EVENTO DÁ DIREITO A:

- Dorsal personalizado;
- TShirt do evento;
- Abastecimentos líquidos a partir da 3ª volta;
- Abastecimento sólido a partir da 5ª volta;
- Entrada na Seleção Portuguesa para os 15 melhores das afiliadas Portuguesas para a final Mundial de 2024 aos participantes do Backyard Ultra
- Vencedor do Backyard Ultra terá acesso direto ao Mundial.
- Troféu vencedor Backyard Ultra
- Assistência primeiros socorros.

## 5. ALTERAÇÃO INSCRIÇÃO

- Até à data limite, é permitida a alteração do titular;
- O cancelamento deve ser solicitado por correio eletrónico: [confrariatrotamontestrail@gmail.com](mailto:confrariatrotamontestrail@gmail.com)



## 6. CONDIÇÕES DEVOLUÇÃO DA INSCRIÇÃO

Em caso de desistência por parte do participante, os reembolsos serão efetuados nos seguintes períodos:

- **Até 30 de Janeiro 2024:** 50% da inscrição;
- **De 1 de Fevereiro a 29 fevereiro 2024:** 25% da inscrição;
- **A partir de 01 de março (inclusive):** 0% da inscrição;

## 7. CRONOMETRAGEM / CLASSIFICAÇÃO

- Só o total de voltas finais é considerado para a classificação. O tempo de cada volta é irrelevante. Será apenas informativo;
- A última pessoa a fazer uma volta completa em 60 minutos é declarada vencedora e o evento termina. Os demais participantes são declarados como DNF;
- Se ninguém conseguir completar a volta final sozinho dentro dos 60m, não será declarado o vencedor.

## 8. PONTOS ITRA / UTMB

A Backyard, por sua exclusividade, é a única modalidade de “Trail” que pode atribuir pontos **ITRA-UTMB** aos corredores DNF e também é capaz de atribuir todas as pontuações numa única prova, sendo que o corredor obtém a maior pontuação tida com o número de voltas alcançadas da seguinte forma:

- **1 ponto ITRA-UTMB** de 7 a 11 Voltas
- **2 pontos ITRA-UTMB** 12 a 14 Voltas
- **3 pontos ITRA-UTMB** 15 a 19 Voltas
- **4 pontos ITRA-UTMB** 20 a 23 Voltas
- **5 pontos ITRA-UTMB** 24 a 30 Voltas
- **6 pontos ITRA-UTMB** de 31 voltas

## 9. PARTIDAS

- Cada largada ocorre exatamente 1 hora após a partida anterior;
- No início, todos os participantes devem estar na Zona de partida, caso contrário, não poderão iniciar a volta;
- Os participantes serão notificados do início do novo Loop antes do seu início com sinais acústicos: 3 minutos, 2 minutos e 1 minuto.



## 10. AS VOLTAS

- Os participantes só podem sair do percurso para satisfazer necessidades fisiológicas e terão de regressar ao ponto de saída;
- Ajuda externa não é permitida durante a volta;
- Cada volta deve ser concluída dentro da hora estipulada, incluindo o da volta final;
- Estão proibidos o uso de meios artificiais, tais como bastões ou qualquer outro suporte, como bengalas;
- Os “Phones” por questões de segurança e atenção às instruções que serão dadas, estão proibidos;
- Os participantes mais lentos devem facilitar a passagem, sempre que necessário, aos mais rápidos;
- Qualquer desvio ao percurso marcado, resulta em desqualificação do corredor.

## 11. ASSISTÊNCIA

- A ajuda por terceiros só é permitida na área de descanso, que será logo ao lado da área de Partida / chegada. Cada participante poderá ter toda a ajuda que desejar nesta área, mas não poderá ter auxílio durante qualquer volta;
- As equipas de apoio terão um máximo de 2 pessoas, podendo a organização a qualquer momento limitar apenas a 1 ou aumentar. Tudo dependerá do número de participantes ao longo de toda a corrida.

## 12. LOGÍSTICA NO LOCAL

- Cada prova pode durar vários dias e noites, dependendo da resistência dos participantes. Os corredores são independentes no que diz respeito à sua logística pessoal e podem levar consigo todo o material que considerarem necessário (mochila/cinto), exceto bastões;
- Na área de Partida / Chegada há instalações sanitárias para uso exclusivo dos participantes.

## 13. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

- Para participar, deverá ter 18 anos no dia da corrida. Cada participante, ao efetuar a inscrição, declara estar numa forma física e mental que lhe permita enfrentar o esforço e assumir o risco desta atividade;
- Qualquer membro da equipa médica, ou da organização, pode interromper ou impedir a continuidade em prova de um participante que se considere não estar em condições de saúde físicas ou mentais adequadas para continuar. Se o corredor insistir em continuar, fá-lo-á por sua própria conta e risco e não será qualificado;



- Mesmo com um número ativo, os participantes correm sob a sua responsabilidade, pois o primeiro responsável pela sua segurança é o próprio corredor;
- A organização coloca todos os meios para que a participação tenha o menor risco possível;
- A organização não se responsabiliza por acidentes, mazelas ou danos que os participantes possam ter ou produzir ao longo de todo o desafio. A organização terá um seguro de responsabilidade civil e acidentes pessoais;
- Sempre que algum participante decida abandonar a corrida, a organização deve ser notificada. Em caso de lesão ou impedimento para retornar por meios próprios à meta, será solicitada ajuda da organização que administrará o resgate;
- Os números de telefone de contato para emergências estarão impressos no número de identificação;
- O circuito não estará fechado ao trânsito de veículos automóveis ou outros, pelo que todos os participantes estão obrigados a cumprir as normas de trânsito rodoviário, responsabilizando-se por quaisquer infrações que venham a cometer, devendo respeitar a passagem de pessoas e veículos.

#### **14. DORSAIS /NÚMEROS IDENTIFICAÇÃO / BIB**

- Para efetuar o “Check-In”, os participantes devem apresentar os seguintes documentos: Cartão de Cidadão ou Passaporte;
- O secretariado funcionará das 8h até 30 minutos antes do início da partida, no dia 26 de março de 2022;
- Todos os participantes serão informados da programação do evento por pelo menos um dos meios digitais: e-mail, página web do evento e redes sociais. Em momento algum será produzida informação impressa em papel.
- Cada participante deve usar seu dorsal no início da corrida e guardá-lo até o final. Na ausência do número visível no início ou no final de cada volta, o participante será desclassificado.

#### **15. MATERIAL RECOMENDADO/OBRIGATÓRIO**

- Recomendado calçado e vestuário adequado à prática de corrida fora de estrada e de acordo com as condições climáticas.
- Obrigatório uso de frontal e luz traseira vermelha durante a noite.
- Recomendado telemóvel.

#### **16. PUBLICIDADE E IMAGEM**

Qualquer participante autoriza os organizadores, seus parceiros e a mídia a utilizar as imagens estáticas ou audiovisuais em que possam aparecer durante todo o evento, inclusive em documentos promocionais ou publicitários.



Os participantes que tiverem alguma restrição quanto ao uso da sua imagem deverão notificar a organização com antecedência e por escrito. Caso não o faça, estarão automaticamente a autorizar o uso em qualquer tempo, sem direito a receber compensação financeira por parte da organização.

## 17. ISENÇÃO DE RESPONSABILIDADE

Os organizadores declinarão qualquer responsabilidade em caso de falha física ou psicológica, ou em caso de lesões ocorridas durante o evento, bem como em caso de furto ou dano a bens materiais dos participantes e / ou acompanhantes.

## 18. RESGATE / SAÚDE

- Os participantes têm o dever de prestar auxílio, caso se deparem com um atleta em dificuldade;
- Deverá o atleta alertar a organização que disporá dos meios de intervenção. Se a situação for grave, não deve abandonar o atleta ferido;
- Qualquer violação dessas regras básicas de boa conduta pode ser sancionada com a eliminação do corredor que incorrer na violação.

## 19. RESPEITO PELO MEIO AMBIENTE

Sendo a **Confraria Trotamontes** uma defensora dos valores e respeito pelo Meio Ambiente, será condição básica o respeito pelos mesmos. Qualquer participante que seja visto, antes, durante ou depois da prova a atirar lixo para o chão, será imediatamente desclassificado.

## 20. RESPEITO PELOS PARTICIPANTES, ORGANIZADORES E OUTROS

Quem não respeitar os participantes, organizadores, parceiros e todos os envolvidos, direta ou indiretamente no evento, será expulso da prova e a organização reserva-se o direito de apresentar queixa às autoridades competentes com base na gravidade.

## 21. SEGURO

- A organização contratualiza os seguros obrigatórios, conforme o Decreto-Lei nº10/2009 de 12 de Janeiro, para este tipo de prova: responsabilidade civil e de acidentes pessoal;
- Em caso de acidente, o participante deverá, em primeiro lugar, contactar a organização, a qual providenciará o seu encaminhamento para a instituição médica mais próxima;





- A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno (24h após o encerramento do evento);
- Por imposição das seguradoras, ficam excluídas as Despesas de Tratamento e Invalidez Permanente para atletas com idade superior a 70 anos;
- Todo e qualquer documento de despesa relacionado com um sinistro já participado, será previamente liquidado pelo respetivo sinistrado e os seus originais enviados à seguradora para posterior reembolso.
- **O seguro de acidentes pessoal não cobre despesas referentes a doença súbita, ou outra incidência que não resulte de um acidente, ficando as despesas à responsabilidade do participante**

## 22. CANCELAMENTO

- Em tempo de pandemia motivada pela contaminação do vírus COVID 19, caso não seja permitida a realização do evento pelas autoridades, todos os registos confirmados serão transportados para a edição de 2023;
- Em caso de força maior, desastre natural ou qualquer outra circunstância que coloque em risco a segurança dos competidores ou voluntários que supervisionam o evento (excluindo Covid-19), a organização reserva-se o direito de cancelar o evento sem possibilidade de reembolso.

## 23. ESTABILIDADE E INTERPRETAÇÃO DO REGULAMENTO

- Os participantes, ao inscreverem-se, fazem-no de forma livre e voluntária. Declaram ter conhecimento e aceitar o presente Regulamento e o protocolo COVID-19. Em caso de dúvida ou se surgir alguma situação que não esteja refletida nela, prevalecerão as disposições da Organização;
- Cada participante, com a inscrição, afirma que está numa forma física e mental que lhe permite enfrentar o esforço e assume o risco desta atividade.
- Qualquer registo na **Trotamontes Backyard Ultra**, implica conhecer estas regras e aceitá-las;
- Os organizadores reservam o direito de modificar a totalidade ou parte deste regulamento e do programa, sem aviso prévio e em qualquer momento, mas serão informados os inscritos. Pode ainda cancelar o evento por motivos impostos pelas autoridades competentes;
- A Organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo, assim como dos objetos e valores de cada participante;
- Compete exclusivamente à Organização aprovar qualquer correção que considere oportuna e a qualquer tempo, a qual será divulgada na Internet, no site oficial do evento, no guia do participante e no secretariado;
- Caso o presente Regulamento venha a ser publicado noutros idiomas e em caso de dúvidas relativas à sua interpretação, o texto Português será o único considerado como válido;



- A organização, em casos de mau tempo e/ou por razões de segurança, reserva-se o direito de interromper, mudar horários ou suspender a realização da prova na data e local previsto. Nestes casos, não haverá qualquer reembolso a fazer aos concorrentes das verbas já pagas ou aos patrocinadores.

## **24. CASOS OMISSOS**

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

