

PROTOCOLO de COLABORAÇÃO

O presente Protocolo de Colaboração é elaborado ao abrigo do nº 1, alíneas a) e b) do nº 2 do art.º 78º e do art.º 241 da Constituição da República Portuguesa e da alínea o) do nº 1 do art.º 33º da Lei nº 75/2013, de 12 de setembro, que estabelece o regime jurídico das autarquias locais, bem como o regime jurídico da transferência de competências do Estado para as autarquias locais.

De acordo com o nº 3 do art.º 1º do Código dos Contratos Públicos, na sua atual redação (D.L. nº 111-B/2017, de 31 de agosto), é o mesmo aplicável aos procedimentos destinados à atribuição unilateral, pelas entidades adjudicantes referidas no art.º 2º do diploma já mencionado, de quaisquer vantagens ou benefícios, através de ato administrativo ou equiparado (Protocolo de Colaboração), em substituição da celebração de um contrato público em virtude da aplicação da alínea c) do nº 4 do art.º 5º [Contratação excluída] do CCP, que refere "...a parte II [Contratação Pública] não é igualmente aplicável à formação dos seguintes contratos: (...) c) contratos cujo objeto principal consista na atribuição (...) de subsídios ou de subvenções de qualquer natureza."

Nesta medida, e reconhecendo a Câmara Municipal do Sabugal o benemérito interesse da Raia - Associação de Aldeia do Bispo na difusão cultural e desportiva, e de acordo com os princípios decorrentes da Constituição, dos Tratados da União Europeia e do Código do Procedimento Administrativo, em especial os princípios da legalidade, da prossecução do interesse público, da imparcialidade, da proporcionalidade, da boa-fé, da tutela da confiança, da sustentabilidade e da responsabilidade, bem como os princípios da concorrência, da publicidade e da transparência, da igualdade de tratamento e da não-discriminação é celebrado o presente Protocolo de Colaboração.

Por fim, na sequência da aprovação pelo Executivo, em reunião extraordinária de 23 de setembro, e em Assembleia Municipal, do mesmo dia e, sua

publicação no Diário da República – 2ª série, nº 200, de 18 de outubro de 2011 (tendo entrado em vigor no dia seguinte ao da sua publicação nos termos legais), do Regulamento de Apoio ao Associativismo Concelhio – Atribuição de subsídio, subvenção, ajuda, incentivo, bonificação, donativo ou similar às associações do Concelho do Sabugal, informa-se que:

- de acordo com os arts. 4º e 5º do supra citado Regulamento, a Raiar – Associação de Aldeia do Bispo reúne as condições necessárias para se candidatar a atribuição de subsídios ou subvenções;

Deste modo:

- A Câmara Municipal do Sabugal, contribuinte n.º 506 811 662, com sede na Praça da República, 6324 - 007 Sabugal, neste ato representado pelo seu Presidente, António dos Santos Robalo, adiante designado por primeiro outorgante e,

- A Raiar – Associação de Aldeia do Bispo, Contribuinte Fiscal n.º 506 969 002, com sede na Rua das Eiras, nº 10, 6320-021 Aldeia do Bispo, adiante designada por segundo outorgante.

É celebrado o presente protocolo de colaboração que se rege pelas seguintes cláusulas:

1ª – OBJETIVOS

A Câmara Municipal do Sabugal e a Raiar – Associação de Aldeia do Bispo, celebram nesta data o presente Protocolo de Colaboração, com o objetivo de apoiar o Plano Anual de Atividades da Associação apresentado para o ano de 2019, no sentido de estimular a dinâmica da Associação e num compromisso de fortalecer laços de amizade e boa convivência entre os associados, reforçando a oferta de atividades.

De realçar que o Plano de Atividades apresentado e alvo do presente Protocolo de Colaboração respeita e visa a Promoção Identitária do Património Cultural, Natural e das Tradições do Concelho do Sabugal.

2ª – OBRIGAÇÕES DO PRIMEIRO OUTORGANTE

Em cumprimento da deliberação de Câmara Municipal de -- de abril de 2019, a Câmara Municipal compromete-se a:

1. Apoiar a Associação transferindo 1.000,00 € (mil Euros), ao qual corresponde o número de compromisso sequencial: 15365, em resultado dos objetivos propostos;
2. O valor acima referido será transferido da seguinte forma: 50% com a outorga do presente protocolo, ou seja 500, 00 €; 25 % em julho mediante entrega de relatório intermédio e os restantes 25 %, ou seja 250,00 €, mediante a entrega do relatório final de execução, que deverá ocorrer até ao dia 8 de dezembro, viabilizando assim a última transferência do ano em curso;
3. A Divulgar na Agenda Municipal as atividades mais relevantes do segundo Outorgante.

3ª – OBRIGAÇÕES DO SEGUNDO OUTORGANTE

A Associação compromete-se a:

1. Prosseguir os objetivos enunciados na clausula 1ª, executando as ações constantes do Plano de Atividades para o ano de 2019, que constitui o Anexo A a este Protocolo;
2. Manter a atividade da Associação e captar membros para o associativismo, bem como, fomentar a prática associativa junto da comunidade;

3. Divulgar o apoio da Câmara Municipal e colaborar na Agenda Municipal;
4. Colaborar com a Câmara Municipal nas atividades e ações promovidas pela mesma;
5. Estimular o desenvolvimento de atividades atrativas e de promoção do território concelhio;
6. Apresentar até 8 de dezembro 2019 a avaliação dos termos do Protocolo e da mais-valia funcional imprimida pelo mesmo.

4ª – DURAÇÃO

O presente Protocolo produz efeitos a partir da data da assinatura e é valido até final do ano civil.

No final de tal prazo, o protocolo deverá ser reavaliado e sujeito a novo cabimento/compromisso e respetiva deliberação camarária.

Nesta medida, de acordo com o nº 1 do art.º 290º-A do Código dos Contratos Públicos, na sua atual redação (D.L. nº 111-B/2017, de 31 de agosto), o contraente público designa como gestor do contrato o/a colaborador(a) Matilde Cardoso da Divisão de Desenvolvimento Social e Qualidade de Vida deste Município, com a função de acompanhar permanentemente a execução do mesmo.

5ª – REVISÃO DO PROTOCOLO

Qualquer alteração ou adaptação ao presente Protocolo carece de prévio acordo dos dois outorgantes, a prestar por escrito.

6ª – INCUMPRIMENTO e/ou RESCISÃO

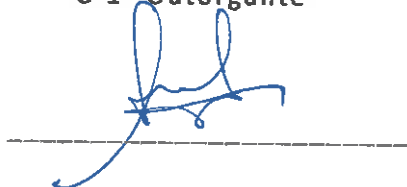
1. A falta de cumprimento do presente Protocolo ou o desvio dos seus objetivos por parte de qualquer um dos outorgantes, constitui justa causa de rescisão.
2. O apoio financeiro atribuído pela Câmara Municipal é obrigatoriamente afeto à prossecução dos fins a que se destina, não podendo a Raiar – Associação de Aldeia do Bispo utilizá-lo para outros fins, sob pena de rescisão unilateral imediata deste Protocolo, por parte da Câmara e restituição das verbas recebidas.

7ª – OUTROS

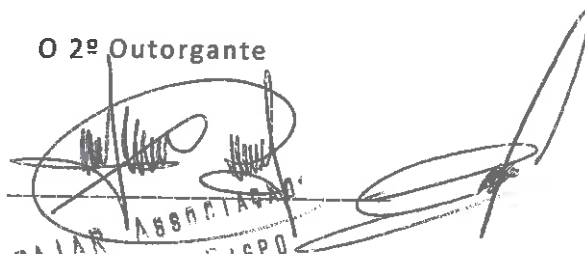
Outros assuntos não descritos/contemplados no presente Protocolo deverão ser acordados entre ambas as partes.

Sabugal, 5 de abril de 2019
Mário

O 1º Outorgante



O 2º Outorgante



RAIAR ASSOCIAÇÃO
ALDEIA DO BISPO
NIPC506969002

ANEXO A



Câmara Municipal do Sabugal
Praça da República

6324-007 SABUGAL

Aldeia do Bispo, 6 de Fevereiro de 2019

Assunto: apoio logístico “Trail da Raia” em Aldeia do Bispo (terceira edição)

Ex. mo Senhor Doutor Amadeu Neves,

A associação RAIAR de Aldeia do Bispo, tem vindo a realizar várias iniciativas, nomeadamente ao nível de percursos pedestres e provas de Trail, contribuindo desta forma para o desenvolvimento do desporto na natureza na região da Raia Sabugalense ;
Pretende a Raiar, em parceria com a Associação Mocidade de Aldeia do Bispo, com o apoio do Lar de Santo Antão e da Junta de Freguesia de Aldeia do Bispo, levar a efeito a realização da 3a edição do evento « **Trail da Raia** » *Correr por terras da Raia Sabugalense* - que decorrerá no próximo dia 10 de Agosto de 2019.

Esta prova é co-organizada pela Raiar - Associação de Aldeia do Bispo e pela associação Mocidade de Aldeia do Bispo com o apoio do Lar de Santo Antão, da Junta de Freguesia de Aldeia do Bispo e da Câmara Municipal do Sabugal.
Reveste um cariz solidário em relação ao Lar de Santo Antão e também visa contribuir para o desenvolvimento das relações sociais e geracionais através da prática desportiva.

Assim, os participantes e seus familiares poderão usufruir das instalações das piscinas do Lar de Santo Antão. Várias animações gimnodesportivas serão propostas no local a todos os que quiserem praticar exercícios físicos.

Esta prova, realiza-se por trilhos sinalizados (antigos caminhos rurais), em piso acidentado e obstáculos naturais com partida e chegada na freguesia de Aldeia do Bispo (Sabugal).
Foram definidas três distâncias com objectivos distintos: a mais longa com 21 km foi pensada para satisfazer o desejo de aventura dos praticantes confirmados de trail running, uma intermédia de 8 km que cada participante pode percorrer em função do nível próprio (corrida ou caminhada) e outra de 2 km destinada aos mais jovens no intuito de se iniciarem à prática desportiva na natureza.



É preocupação permanente da organização, criar um evento que promova a região e se torne numa grande festa desportiva em meio natural.

No âmbito da política defenida pelo Municipio do Sabugal destinada a promover o desporto na natureza valorizando as condições naturais que o Concelho oferece, vimos solicitar o apoio logístico da Câmara, nomeadamente para:

- Emitir parecer sobre o percurso ;
- Assegurar a cronometragem das provas, com um custo associado de 350,00 € ;
- Disponibilizar 50 barreiras de segurança ;
- Placas de sinalização de desvio de trânsito ;
- Disponibilizar duas tendas de 3 metros por 3m ;
- Disponibilizar arco de meta insuflavel ;
- Disponibilizar pódio para a entrega dos prémios ;
- Disponibilizar o material e o operador de son ;
- Promover o evento nos canais de comunicação da Município ;
- Atribuir um apoio pontual para a realização do evento no valor de 1.000,00 € ;

Muito agradecíamos que o Exmo Senhor Doutor e Vereador da Cultura se dignasse enquadrar no plano de ajuda ao desenvolvimento de eventos excepcionais e ficamos ao inteiro dispôr para analisar as modalidades pretendidas.

Transmitimos em anexo o descriptivo detalhado da prova e orçamento.

Melhores cumprimentos.

Manuel Luiz Gonçalves
Vice-Presidente da Direcção

P.J. Regulamento + descriptivo dos percursos +
Imagens edição 2017 e 2018



Orçamento baseado na hipótese de 100 inscrições :



2019

Custos	Montante
Cronometragem	437,50
Inscrições on line	118,75
Dorsais + chip	116,25
Seguro acidentes pessoais	187,50
Seguro RC	56,88
Cartazes	150,00
Troféus e medalhas	625,00
Sinalização	250,00
Águas	100,00
Reforço alimentar	187,50
Contribuição para o Lar Santo Antão	125,00
T-Sirt	562,50
CUSTO TOTAL	2 916,88

Receltas	Montante
<i>Apoios Comerciais</i>	200,00
<i>Apoio Camara Municipal</i>	1 437,50
<i>Inscrições</i>	1 000,00
<i>Participação Raiair</i>	279,38
Total receitas	2 916,88
SALDO	-

Regulamento

TRAIL DA RAIA

ALDEIA DO BISPO

3º TRAIL DA RAIA
aldeia do bispo (sbg)
2 km - 8 km - 21km

Organização :
Raiar
Mocidade Aldeia do Bispo
Apoio de :
Lar Santo António A&B
Junta Freguesia A&B
Câmara Municipal do Sabugal

Sábado
10 de agosto 2019
inscrições : chrono.pt

The poster features a background image of a stone archway leading into a wooded area. To the right of the archway, there are four stylized running figures in blue, green, purple, and red. The text is overlaid on the image in various colors and fonts.



Trail da Raia – Aldeia do Bispo

1. Objetivos :

O Trail da Raia – Aldeia do Bispo é uma prova de montanha, realizada por trilhos e caminhos agrícolas sinalizados, em piso acidentado e obstáculos naturais, com partida e chegada na Freguesia de Aldeia do Bispo, junto ao Lar de Santo Antão (espaço das piscinas).

Esta prova é co-organizada pela Raia – Associação de Aldeia do Bispo e pela associação Mocidade de Aldeia do Bispo em parceria com o Lar de Santo Antão e com o apoio da Junta de Freguesia de Aldeia do Bispo e da câmara Municipal do Sabugal.

Reveste um cariz solidário dado participar à angariação de fundos destinados ao funcionamento do Lar de Santo Antão.

Esta prova tem como objectivos, a nível individual, de proporcionar um contacto directo com a natureza permitindo a expressão ou melhoramento da condição física e psíquica e a nível colectivo, visa contribuir para o desenvolvimento das relações sociais e geracionais através da prática desportiva.

Os percursos foram definidos num intuito recreativo e lazer, mas também com vista à obtenção de resultados em competição contemplando as várias motivações que movem os participantes.

Para favorecer uma participação de âmbito familiar, os participantes e seus familiares poderão usufruir das instalações das piscinas. Várias animações ginnodesportivas serão propostas no local a todos os que quiserem realizar exercícios físicos.

A sinalização do percurso é perene e dispõe de pontos de informação de geolocalização assim como relativos às especificidades do meio ambiente da zona.

2. Tipo de provas :

Os participantes podem inscrever-se individualmente numa das três distâncias propostas (2 km, 8 km ou 21 Km), podendo associar-se para a classificação por equipas (mistas ou não) compostas por um mínimo de 5 participantes.

Todos os participantes em qualquer uma das provas, devem estar conscientes das condições físicas em que se encontram, devendo gozar de boa saúde e com uma preparação física e psíquica apta para esta prova, nomeadamente o trail, que decorre em terreno montanhoso, com desníveis importantes, rochas, vegetação etc. A responsabilidade da participação no evento pertence aos atletas. No momento da sua inscrição, o atleta/participante, declara encontrar-se física e psicologicamente apto para o esforço inerente à prova em que pretende participar, no acto da recolha do dorsal os participantes assinam uma declaração de responsabilização.

A organização não se responsabiliza por qualquer tipo de consequências negativas que possam ocorrer aos participantes (Lei Nº 5/2007, de 16 de Janeiro – Artº 40º, nº2).

3. Data e horários :

A prova terá lugar no dia 10 de Agosto de 2019, estando a partida prevista para :

- participantes trail 21 km : 08h30.
- participantes trail 8 km : 09h00.
- participantes trail 2 km : 10h00.

Idade de Participação nos Trails :

Podem participar indivíduos de ambos os sexos.

O percurso de 2 km é reservado a jovens menores de 14 anos e a maiores de 60 anos de idade.

No trail de 8 km e de 21 km a idade mínima de participação é de 14 anos ; os menores deverão ir acompanhados por um responsável com idade superior a 18 anos (Lei Nº 5/2007, de 16 de Janeiro – Artº 40º, nº2).

4. Classificações :

Nas provas individuais a ordem de classificação é atribuída mediante o tempo de chegada e posição na respetiva categoria. Na prova por equipas a classificação resulta do somatório dos melhores tempos realizados por cinco membros da mesma equipa.



Os participantes serão englobados nos seguintes escalões :

Escalões de participação :

- ✓ Trail 2 km : Classificação única (dos 7 anos aos 14 anos).
- ✓ Trail 8 km : Escalão Feminino e escalão Masculino ;
- ✓ Trail 21 km : Escalão Feminino e escalão Masculino.

Classificação única por equipas, não havendo distinção de sexo ou idade.

Os resultados das classificações serão afixados no local da prova e depois ficarão disponíveis no site www.chrono.pt e www.aldeiadobispo.com

5. Pontos de abatecimento e controlo

Líquidos :

- ✓ 5,5 km (junção caminho do Prado Castelhana) ;
- ✓ 7 km Tapadas - copos de cartão com água de nascente (regadio)
- ✓ 20 km Depósito - copos de cartão com água de nascente (captação)

Sólidos :

- 11,5 km cruzamento estrada dos Fóios / nascente do Côa
- 21 km meta - espaço poli-desportivo

Ponto de controlo Serra Alta – entrega de senha comprovativa, controlo de passagem, apoio e gestão de incidentes em caso de emergência.

6. Inscrições e pagamento :

As inscrições serão efetuadas online através do site chrono.pt até ao dia 6 de Agosto.

Depois dessa data, junto do secretariado :

- Sexta-Feira dia 9 de Agosto no bar das piscinas das 17h00 às 20h00 (levantamento dos dorsais).
- Sábado dia 10 de Agosto, no local da partida das 7h30 às 8h15.

Preço das inscrições :

Provas	Internet			No local
	Equipas de 6 participantes	Sócios	Não sócios	
Trail 21 km (maiores de 16 anos)	50 €	8 €	10 €	12 €
Mini-Trail 8 km (maiores de 14 anos)	50 €	8 €	10 €	12 €
Trail 2 km (menores de 14 anos)	Gratuito			
Almoço*		7 €		-

* A inscrição só para almoço deverá ser efetuada directamente junto da organização através do mail: raiar@aldeiadobispo.com

As inscrições válidas permitem aos participantes usufruir de dorsal e chip, t-shirt técnica, abastecimentos líquidos e sólidos (no Trail de 8 Km, junto da meta e no Trail de 21 Km, também a meio do percurso), local para banhos, apoio logístico e seguro individual.

As inscrições são obrigatórias para os Trails de 2 km, de 8 km e de 21 km, assim como para o almoço.

Só depois de efetuado o pagamento da inscrição é que será confirmada a participação do atleta na prova. A organização não se sente obrigada a devolver o valor da inscrição dos atletas já confirmados e que não possam comparecer no dia do evento.

É permitida a alteração de distância e/ou de titular da inscrição, até à data limite das inscrições.



7. Segurança :

Todos os locais dos percursos foram verificados e identificados e constituem, na sua quase totalidade, caminhos rurais existentes sem obstáculos particulares a ultrapassar.

A Organização coloca em vários pontos do percurso elementos para apoio aos participantes e, aproximadamente aos 12 km do percurso, será instalado um posto de abastecimento sólidos e líquidos.

Numero de emergência

A Organização disponibiliza um número de emergência (SOS) : **00 351 917 019 709**

Cada dorsal tem identificado esse número de socorro para onde qualquer participante deve ligar em caso de acidente, doença súbita ou qualquer tipo de incidente.

As zonas dos percursos que impõem algumas cautelas por parte dos participantes residem em dois pontos de atravessamento de estradas de circulação automóvel : cruzamento estrada dos Fóios no Malhão e Estrada de Navasfrias às Tapadas.

Nestes pontos serão instalados triângulos de sinalização e a travessia dos participantes será apoiada por dois membros da organização devidamente identificados com coletes.

O trânsito será desviado no início da Avenida Dr Joao Nabais até ao cruzamento com a rua do Areal (300 metros).

Assistência

Os primeiros socorros serão assegurados por um enfermeiro e um médico, que integram a equipa de voluntários da organização e presentes durante o desenrolar da prova.

Em situações de emergência médica, será efectuado o pedido de socorro através do 112.

Uma viatura todo-o-terreno tipo pick-up estará disponível para prestar apoio, em caso de incidente, nos troços mais acidentados.

Seguro

A prova dispõe de um seguro de acidentes pessoais subscrito pela Chrono Eventos Desportivos, para todos os atletas inscritos, relativo a qualquer acidente que possa vir a ocorrer durante a realização da mesma.

A apólice de seguro estará válida desde o início da prova até à sua conclusão.

8. Sinalização :

Os percursos serão sinalizados com painéis próprios e com fita pendurada em elementos naturais à altura dos olhos e outro tipo de marcações e informações dadas por elementos da organização.

A cor da fita é azul para o mini-trail de 8 Km e vermelha para o Trail de 21 Km.

Os concorrentes obrigam-se a percorrer todo o trilho sinalizado, o mais perto possível das marcações, não devendo atalhar nos pontos em que eventualmente tal seja possível. O não acatamento desta norma pode levar à desclassificação, se no entender da organização da prova tal for feito com a intenção de diminuir a distância percorrida ou de diminuir as naturais dificuldades técnicas do percurso, ganhando vantagem.

Haverá controlos durante o percurso em local desconhecido dos participantes.

No caso de um concorrente percorrer alguma parte do percurso sem sinalização deverá voltar atrás pelo caminho que seguiu e procurar o caminho sinalizado.

Os participantes podem fazer o percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem o tempo limite de 3 horas no Trail de 8 km e de 4 horas no Trail de 21 km.

Ultrapassando o tempo de passagem limite, os atletas deverão abandonar a prova, pois nem a organização nem os serviços de assistência podem garantir a sua segurança.

Mapa da prova, plano de altimetria e descrição do percurso :

Mapa da prova e plano de altimetria estão disponíveis no site oficial e em :

- Trail 21 km :
<https://fr.wikiloc.com/itineraires-course-en-montagne/trail-da-raia-21-260-km-2019-30269164>
- Mini-Trail 8 Km :
<https://fr.wikiloc.com/itineraires-course-en-montagne/trail-da-raia-8-5-km-22404978>

Navegação outdoor smartphone :

baixar a App Wikiloc e pesquisar pelas referências **30269164 e 22404978**



O percurso das provas não está totalmente fechado ao trânsito e, nesse sentido, os participantes devem ter em consideração o facto de que poderá haver viaturas, pessoas e animais a circular, num ou noutro sentido dos percursos da prova.

Ao atravessar estradas públicas os participantes devem ter a máxima atenção.

A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo ou abastecimento.

Em condições climáticas extremas, a partida pode ser atrasada no máximo duas horas, período após o qual a prova é cancelada. A organização poderá também suspender, reduzir ou parar a prova, nas condições climáticas mencionadas. Em ambos os casos, não haverá direito a reembolso.

Local da partida e chegada :

Aldeia do Bispo - estará sinalizado no mapa e com coordenadas.

Os atletas devem concentrar-se junto ao local das piscinas / pavilhão multiusos do Lar de Santo Antão, às 08h00.

9. Material recomendado e obrigatório :

Recipiente com água - Dorsal (colocado à frente e à altura do peito) - Calçado e vestuário adequados para a prática de Trail Running - boné - protetor solar; telemóvel para contacto com a organização durante a prova, se necessário.

Será instalado um posto de abastecimento líquidos e sólidos no local da chegada e outro aos 12 km.

10. Lixo :

Cada participante deve transportar o lixo que fizer, sem prejudicar o ambiente nem danificar os locais por onde transita.

11. Dorsais :

Os dorsais serão entregues individualmente a cada participante após apresentação de identificação no dia 9 de Agosto, no bar das piscinas das 17h às 20h e no local da partida, a partir das 7h30.

Será atribuído a cada atleta, um dorsal identificativo da cor do percurso por ordem de inscrição e que o habilita à participação no evento.

Os atletas deverão usar o dorsal à frente, bem visível e numa posição de fácil consulta. A cronometragem será realizada pela empresa Trilho Perdido.

12. Desclassificações :

Os membros da Organização estão habilitados para retirar de prova qualquer atleta que manifeste mau estado físico, não cumpra a passagem pelo ponto de controlo, não complete o percurso, não possua dorsal ou não o apresente de forma visível e legível na parte frontal, esteja a correr com o dorsal de outro atleta, manifeste comportamento anti-desportivo.

13. Entrega de prémios :

Junto à meta às 12h.

14. Disposições finais :

Dado o espírito lúdico e desportivo da prova, os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização, a qual será soberana nas suas decisões.

Todos os participantes, pelo facto de tomarem parte na corrida, aceitam o presente regulamento.





Desporto de natureza

Correr por terras da Raia Sabugalense

O Trail da Raia – Aldeia do Bispo é uma prova de montanha, realizada por trilhos e caminhos agrícolas sinalizados, em piso acidentado e obstáculos naturais, com partida e chegada na Freguesia de Aldeia do Bispo, junto ao Lar de Santo Antão (espaço das piscinas).

Esta prova é co-organizada pela Raia - Associação de Aldeia do Bispo e pela associação Mocidade de Aldeia do Bispo em parceria com o Lar de Santo Antão e com o apoio da Junta de Freguesia de Aldeia do Bispo e da Câmara Municipal do Sabugal.

Reveste um cariz solidário dado participar à angariação de fundos destinados ao funcionamento do Lar de Santo Antão.

Esta prova tem como objectivos, a nível individual, de proporcionar um contacto directo com a natureza permitindo a expressão ou melhoramento da condição física e psíquica e a nível colectivo, visa contribuir para o desenvolvimento das relações sociais e geracionais através da prática desportiva.

Os percursos foram definidos num intuito recreativo e lazer, mas também com vista à obtenção de resultados em competição contemplando as várias motivações que movem os participantes.

Para favorecer uma participação de âmbito familiar, os participantes e seus familiares poderão usufruir das instalações das piscinas. Várias animações gimnodesportivas serão propostas no local a todos os que quiserem realizar exercícios físicos.

A sinalização do percurso é perene e dispõe de pontos de informação de géolocalização assim como relativos às especificidades do meio ambiente da zona.

Tipo de provas :

Os participantes podem inscrever-se individualmente ou por equipas numa das três distâncias propostas (2 km, 8 km ou 21 Km), havendo também uma classificação por equipas em cada prova.

Sendo uma prova de trail, o percurso foi desenhado por caminhos rurais e decorre em terreno montanhoso, com desníveis importantes, rochas, vegetação etc.

Data e horários : A prova terá lugar no dia 10 de Agosto 2019 :

- levantamento dos dorsais :

Sexta-feira dia 9 de agosto das 17h às 20h no bar das piscinas;

Sábado 10 de Agosto no local da partida das 7h30 até às 8h15.



Hora de partida dos trails :

- 08h00 - Trail da Raia - 21 km;
- 08h00 - mini-Trail da Raia - 8 km.

- entrega dos prémios : 12h00.
- almoço : 13h00.

Idade de Participação nos Trails :

Podem participar indivíduos de ambos os sexos.

O percurso de 2 km « Trail da Canalha », é reservado a jovens menores de 14 anos e maiores de 60 anos de idade.

No trail de 8 km e de 21 km a idade mínima de participação é de 14 anos, devendo os menores de 18 anos, apresentar uma autorização de participação assinada pelo representante legal.

Classificações :

Nas provas individuais a ordem de classificação é atribuída mediante o tempo de chegada e posição na respetiva categoria.

Na prova por equipas a classificação resulta do somatório dos cinco melhores tempos realizados por 5 membros da equipa.

Os participantes serão englobados nos seguintes escalões :

- Percurso de 2 km :** Classificação individual não havendo distinção de sexo ou idade.
- Trail 8 km :** Classificação individual escalão Feminino e escalão Masculino
- Trail 21 km :** Classificação individual escalão Feminino e escalão Masculino

Inscrições e pagamento :

As inscrições serão efetuadas online através do site www.chrono.pt até ao dia 6 de Agosto.

Depois dessa data :

- Sexta-Feira, dia 9 de Agosto das 17h00 às 20h00 no bar das piscinas.
- Sábado dia 10 de Agosto, no local da partida das 7h30 às 8h15.

As inscrições válidas permitem aos participantes usufruir de dorsal e beneficiar de cronometragem, t-shirt técnica, de abastecimentos líquidos e sólidos junto da meta e a meio do percurso no trail de 21 km, local para banhos, acesso às piscinas e seguro individual.

O almoço é uma opção a relizar no acto da inscrição.

Aos três primeiros atletas de cada escalão feminino e masculino, será entregue um troféu.

Infra-estruturas :

Em Aldeia do Bispo (0 km):

- Turismo rural : Casas da Pedra – Casa da Raia Ibérica,
- Café / Restaurante : Xalma's e Enxido
- Piscinas.

Em Alfaiates (12 km) : Residencial Pelicano

Em Fóios (7 km) : Casa de Campo Nascente do Côa - Turismo Rural

Em Aldeia Velha (4 km) : Casa Torga

Em Navasfrias (4 km) : Casa Rural Luzano, Un Rincón Salmantino, Los Juanillos e Canchales Apartamentos Rurales.





Mini-Trail da canalha

Mapa do percurso

Percurso da canalha : Enxido, Lagunha, Poldras, Eiras, Escolas, Piscinas.



SEGURANÇA : No percurso em estrada de 600 m (assinalado a **vermelho**), elementos da organização, revestidos de colete, asseguram a passagem com segurança, garantindo a circulação dos veículos a velocidade moderada.

No percurso assinalado a **roxo** procedemos ao desvio da circulação, para se garantir as partidas e chegadas com segurança (o arco da meta será instalado frente ao pavilhão multiusos do Lar).







Trail 8 Km

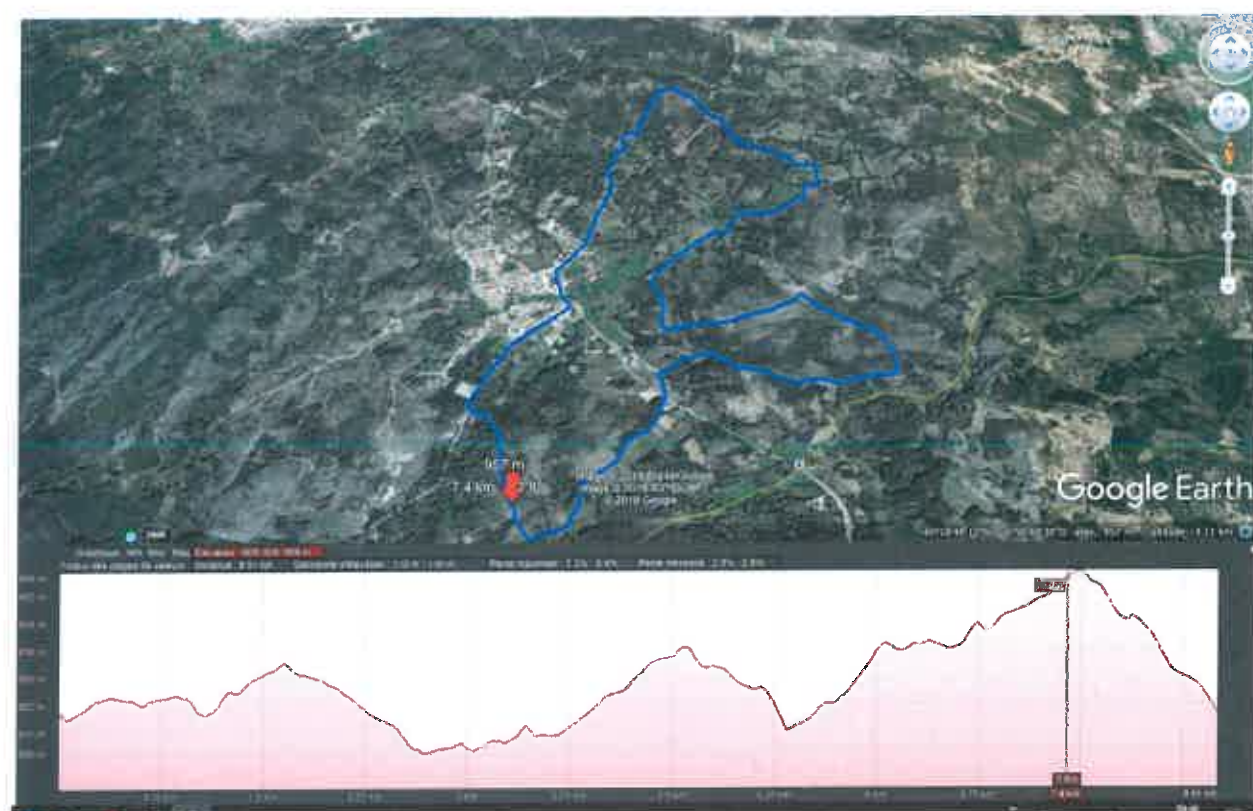
Mapa do percurso

Escolas, Enxido, Lameira, Golricha, Resprados, Marta, Pedreira, Cruzeiro, Gameleiro, Tapadinhas, Poldras, Lage Pedro Martins, Caminho da Maria Gil, Vinha do Ti Germano, Tapadas, Estrigueiras, Cemitério Novo, Cemitério Velho, Piscinas.

Percorso pormenorizado :

<https://fr.wikiloc.com/itineraires-course-en-montagne/trail-da-raia-8-5-km-22404978>

Navegação outdoor smartphone : baixar a App Wikiloc e pesquisar pela referência 22404978



Nos pontos em que o percurso atravessa a estrada elementos da organização, revestidos de colete, asseguram a passagem com segurança dos participantes. Estes pontos serão devidamente sinalizados com triângulos em cada sentido da circulação.

Circuito circular de dificuldade baixa, de carácter lúdico.
Trilhos de caminhos rurais em zona verde de lameiros e arvoredos.

Comprimento cartográfico :	8 000 m		
desnível acumulado positivo :	70 m	altitude máxima :	960 m
desnível acumulado negativo :	70 m	altitude mínima :	908 m





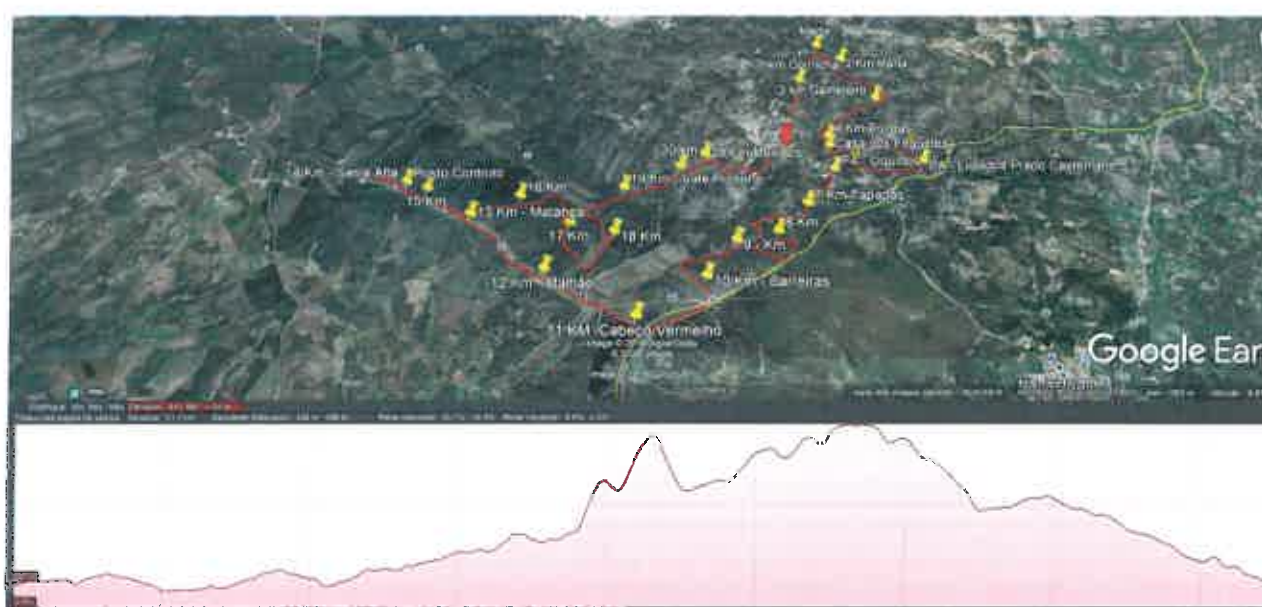
Trail 21 Km

Mapa do percurso

Escolas, Enxido, Lameira, Golricha, Resprados, Marta, Pedreira, Cruzeiro, Gameleiro, Tapadinhas, Poldras, Lage Pedro Martins, Caminho da Maria Gil, Vinha do Ti Germano, Tapadas, Estrigueiras, Barreiras, Cabeço Vermelho, Malhão, Matança, Serra Alta (éolicas), Cabeço da Chã, Vale Portinho, Vale Longo, Fontainhas, Depósito, Malhada, Cemitério Novo, Cemitério Velho, Piscinas

Percurso pormenorizado : <https://fr.wikiloc.com/itineraires-course-en-montagne/trail-da-raia-21-260-km-2019-30269164>

Navegação outdoor smartphone : baixar a App Wikiloc e pesquisar pela referência [30269164](https://fr.wikiloc.com/itineraires-course-en-montagne/trail-da-raia-21-260-km-2019-30269164)



Nos pontos em que o percurso atravessa a estrada elementos da organização, revestidos de colete, asseguram a passagem com segurança dos participantes. Estes pontos serão devidamente sinalizados com triângulos em cada sentido da circulação.

Circuito circular de dificuldade média - **grau de dificuldade 1** (rácio 2,47). A Primeira parte do percurso são caminhos rurais em zona verde de lameiros e arvoredo. A segunda parte apresenta algum arvoredo e vários desníveis, permitindo disfrutar de largas panorâmicas (Portugal e Espanha).

Comprimento cartográfico : 21.100 m

desnível acumulado positivo :

458 m

altitude máxima :

1.139 m

desnível acumulado negativo :

458 m

altitude mínima :

909 m

Principais declives :

desníveis máximos : 23,1% (ao km 9,6) e 19,6% (ao Km 10,5);

desníveis médios : 4,4% e - 4,9%.





corrida na natureza

Trail da Raia 21 km

aldeia do bispo



para aceder a este itinerário,
faça um scan deste QR código
com uma aplicação do tipo QR scanner

wikiloc

Itinéraires du Monde



Imprimé par l'utilisateur Foster Almeida do Bispo da Wikiloc



1a Edição – 2017



Pormenores do percurso Trail da Raia 21 km



2a Edição – 2018







Desporto de natureza

Correr por terras da Raia Sabugalense

O Trail da Raia – Aldeia do Bispo é uma prova de montanha, realizada por trilhos e caminhos agrícolas sinalizados, em piso acidentado e obstáculos naturais, com partida e chegada na Freguesia de Aldeia do Bispo, junto ao Lar de Santo Antão (espaço das piscinas).

Esta prova é co-organizada pela Raiar - Associação de Aldeia do Bispo e pela associação Mocidade de Aldeia do Bispo em parceria com o Lar de Santo Antão e com o apoio da Junta de Freguesia de Aldeia do Bispo e da Câmara Municipal do Sabugal.

Reveste um cariz solidário dado participar à angariação de fundos destinados ao funcionamento do Lar de Santo Antão.

Esta prova tem como objectivos, a nível individual, de proporcionar um contacto directo com a natureza permitindo a expressão ou melhoramento da condição física e psíquica e a nível colectivo, visa contribuir para o desenvolvimento das relações sociais e geracionais através da prática desportiva.

Os percursos foram definidos num intuito recreativo e lazer, mas também com vista à obtenção de resultados em competição contemplando as várias motivações que movem os participantes.

Para favorecer uma participação de âmbito familiar, os participantes e seus familiares poderão usufruir das instalações das piscinas. Várias animações gimnodesportivas serão propostas no local a todos os que quiserem realizar exercícios físicos.

A sinalização do percurso é perene e dispõe de pontos de informação de géolocalização assim como relativos às especificidades do meio ambiente da zona.

Tipo de provas :

Os participantes podem inscrever-se individualmente ou por equipas numa das três distâncias propostas (2 km, 8 km ou 21 Km), havendo também uma classificação por equipas em cada prova.

Sendo uma prova de trail, o percurso foi desenhado por caminhos rurais e decorre em terreno montanhoso, com desníveis importantes, rochas, vegetação etc.

Data e horários : A prova terá lugar no dia 10 de Agosto 2019 :

- levantamento dos dorsais :

Sexta-feira dia 9 de agosto das 17h às 20h no bar das piscinas;

Sábado 10 de Agosto no local da partida das 7h30 até às 8h15.



- Hora de partida dos trails :
08h00 - Trail da Raia - 21 km;
08h00 - mini-Trail da Raia - 8 km.

- entrega dos prémios : 12h00.
- almoço : 13h00.

Idade de Participação nos Trails :

Podem participar indivíduos de ambos os sexos.

O percurso de 2 km « Trail da Canalha », é reservado a jovens menores de 14 anos e maiores de 60 anos de idade.

No trail de 8 km e de 21 km a idade mínima de participação é de 14 anos, devendo os menores de 18 anos, apresentar uma autorização de participação assinada pelo representante legal.

Classificações :

Nas provas individuais a ordem de classificação é atribuída mediante o tempo de chegada e posição na respetiva categoria.

Na prova por equipas a classificação resulta do somatório dos cinco melhores tempos realizados por 5 membros da equipa.

Os participantes serão englobados nos seguintes escalões :

- Percurso de 2 km :** Classificação individual não havendo distinção de sexo ou idade.
- Trail 8 km :** Classificação individual escalão Feminino e escalão Masculino
- Trail 21 km :** Classificação individual escalão Feminino e escalão Masculino

Inscrições e pagamento :

As inscrições serão efetuadas online através do site www.chrono.pt até ao dia 6 de Agosto.

Depois dessa data :

- Sexta-Feira, dia 9 de Agosto das 17h00 às 20h00 no bar das piscinas.
- Sábado dia 10 de Agosto, no local da partida das 7h30 às 8h15.

As inscrições válidas permitem aos participantes usufruir de dorsal e beneficiar de cronometragem, t-shirt técnica, de abastecimentos líquidos e sólidos junto da meta e a meio do percurso no trail de 21 km, local para banhos, acesso às piscinas e seguro individual.

O almoço é uma opção a relizar no acto da inscrição.

Aos três primeiros atletas de cada escalão feminino e masculino, será entregue um troféu.

Infra-estruturas :

Em Aldeia do Bispo (0 km):

- Turismo rural : Casas da Pedra – Casa da Raia Ibérica,
- Café / Restaurante : Xalma's e Enxido
- Piscinas.

Em Alfaiates (12 km) : Residêncial Pelicano

Em Fóios (7 km) : Casa de Campo Nascente do Côa - Turismo Rural

Em Aldeia Velha (4 km) : Casa Torga

Em Navasfrias (4 km) : Casa Rural Luzano, Un Rincón Salmantino, Los Juanillos e Canchales Apartamentos Rurales.





Mini-Trail da canalha

Mapa do percurso

Percurso da canalha : Enxido, Lagunha, Poldras, Eiras, Escolas, Piscinas.



SEGURANÇA : No percurso em estrada de 600 m (assinalado a **vermelho**), elementos da organização, revestidos de colete, asseguram a passagem com segurança, garantindo a circulação dos veículos a velocidade moderada.

No percurso assinalado a **roxo** procedemos ao desvio da circulação, para se garantir as partidas e chegadas com segurança (o arco da meta será instalado frente ao pavilhão multiusos do Lar).







Trail 8 Km

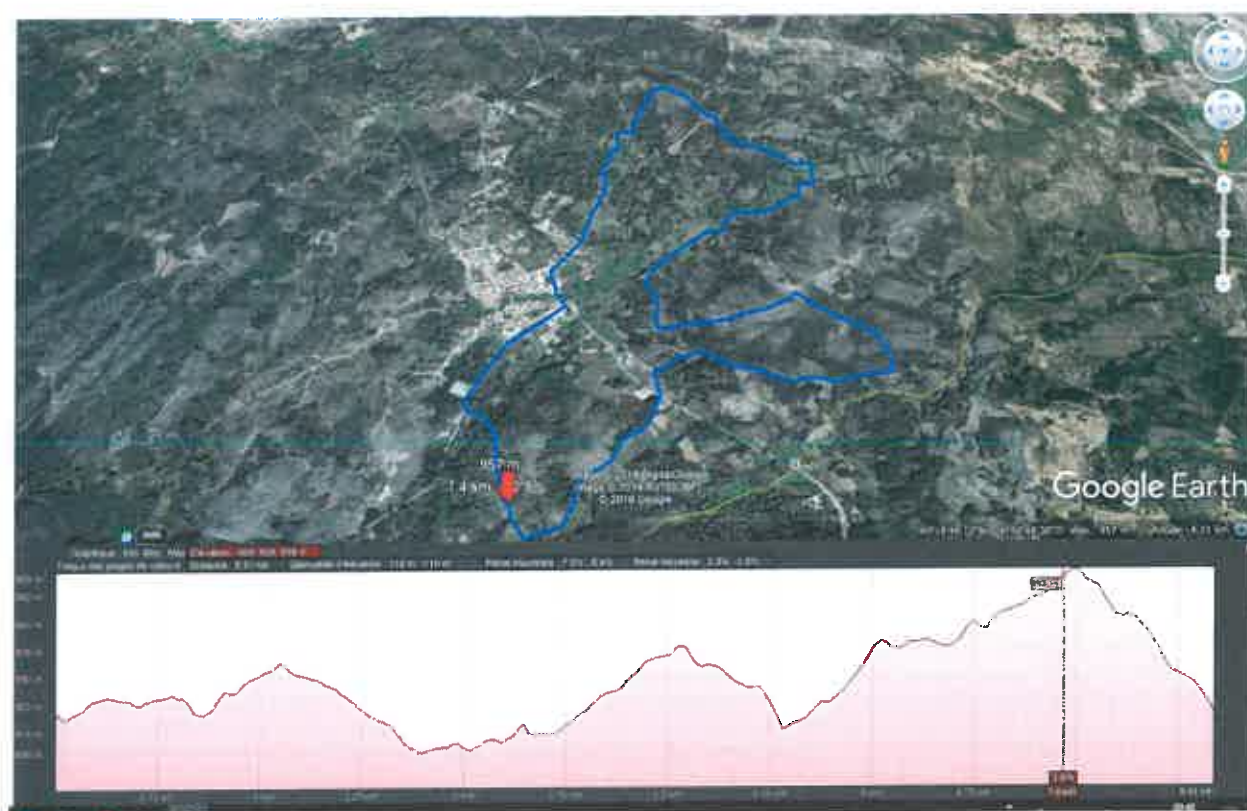
Mapa do percurso

Escolas, Enxido, Lameira, Golricha, Resprados, Marta, Pedreira, Cruzeiro, Gameleiro, Tapadinhas, Poldras, Lage Pedro Martins, Caminho da Maria Gil, Vinha do Ti Germano, Tapadas, Estrigueiras, Cemitério Novo, Cemitério Velho, Piscinas.

Percurso pormenorizado :

<https://fr.wikiloc.com/itineraires-course-en-montagne/trail-da-raia-8-5-km-22404978>

Navegação outdoor smartphone : baixar a App Wikiloc e pesquisar pela referência 22404978



Nos pontos em que o percurso atravessa a estrada elementos da organização, revestidos de colete, asseguram a passagem com segurança dos participantes. Estes pontos serão devidamente sinalizados com triângulos em cada sentido da circulação.

Circuito circular de dificuldade baixa, de carácter lúdico.
Trilhos de caminhos rurais em zona verde de lameiros e arvoredos.

Comprimento cartográfico :	8 000 m	altitude máxima :	960 m
desnível acumulado positivo :	70 m	altitude mínima :	908 m
desnível acumulado negativo :	70 m		





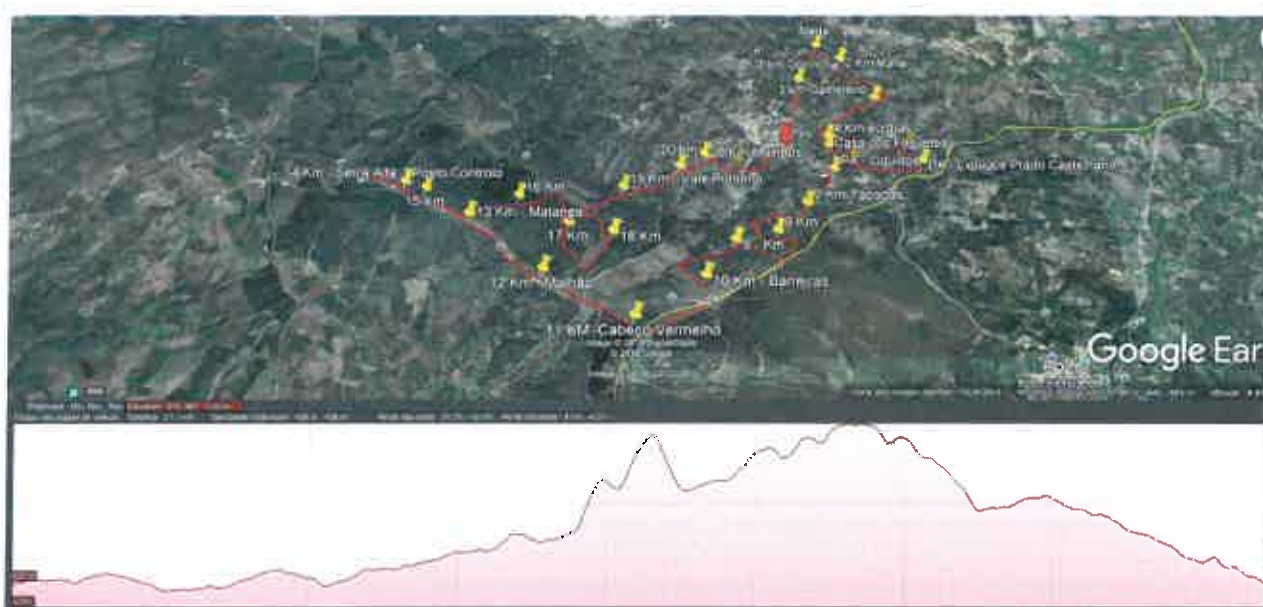
Trail 21 Km

Mapa do percurso

Escolas, Enxido, Lameira, Golricha, Resprados, Marta, Pedreira, Cruzeiro, Gameleiro, Tapadinhas, Poldras, Lage Pedro Martins, Caminho da Maria Gil, Vinha do Ti Germano, Tapadas, Estrigueiras, Barreiras, Cabeço Vermelho, Malhão, Matança, Serra Alta (éolicas), Cabeço da Chã, Vale Portinho, Vale Longo, Fontainhas, Depósito, Malhada, Cemitério Novo, Cemitério Velho, Piscinas

Percurso pormenorizado : <https://fr.wikiloc.com/itineraires-course-en-montagne/trail-da-raia-21-260-km-2019-30269164>

Navegação outdoor smartphone : baixar a App Wikiloc e pesquisar pela referência [30269164](https://fr.wikiloc.com/itineraires-course-en-montagne/trail-da-raia-21-260-km-2019-30269164)



Nos pontos em que o percurso atravessa a estrada elementos da organização, revestidos de colete, asseguram a passagem com segurança dos participantes. Estes pontos serão devidamente sinalizados com triângulos em cada sentido da circulação.

Circuito circular de dificuldade média - **grau de dificuldade 1** (rácio 2,47). A Primeira parte do percurso são caminhos rurais em zona verde de lameiros e arvoredos. A segunda parte apresenta algum arvoredos e vários desníveis, permitindo disfrutar de largas panorâmicas (Portugal e Espanha).

Comprimento cartográfico : 21.100 m

desnível acumulado positivo :

458 m

altitude máxima :

1.139 m

desnível acumulado negativo :

458 m

altitude mínima :

909 m

Principais declives :

desníveis máximos : 23,1% (ao km 9,6) e 19,6% (ao Km 10,5);

desníveis médios : 4,4% e - 4,9%.



**aldeia do bispo**

**para aceder a este itinerário,
faça um scan deste QR código
com uma aplicação do tipo QR scanner**

wikiloc
Itinéraires du Monde



Imprimé par l'éditeur Raier Aides de São de Viteles



1a Edição – 2017



Pormenores do percurso Trail da Raia 21 km



2a Edição – 2018



TRAIL DA RAIA



TRAIL DA RAIA
ALDEIA DO BISPO



Regulamento

TRAIL DA RAIA

ALDEIA DO BISPO



3º TRAIL DA RAIA
aldeia do bispo (sbg)
2 km - 8 km - 21km

Organização :
Raiar
Mocidade Aldeia do Bispo
Apelo de:
Lar Santo António ABB
Junta Freguesia ABB
Câmara Municipal do Sabugal

Sábado
10 de agosto 2019
inscrições : chrono.pt



Trail da Raia – Aldeia do Bispo

1. Objetivos :

O Trail da Raia – Aldeia do Bispo é uma prova de montanha, realizada por trilhos e caminhos agrícolas sinalizados, em piso acidentado e obstáculos naturais, com partida e chegada na Freguesia de Aldeia do Bispo, junto ao Lar de Santo Antão (espaço das piscinas).

Esta prova é co-organizada pela Raia – Associação de Aldeia do Bispo e pela associação Mocidade de Aldeia do Bispo em parceria com o Lar de Santo Antão e com o apoio da Junta de Freguesia de Aldeia do Bispo e da câmara Municipal do Sabugal.

Reveste um cariz solidário dado participar à angariação de fundos destinados ao funcionamento do Lar de Santo Antão.

Esta prova tem como objectivos, a nível individual, de proporcionar um contacto directo com a natureza permitindo a expressão ou melhoramento da condição física e psíquica e a nível colectivo, visa contribuir para o desenvolvimento das relações sociais e geracionais através da prática desportiva.

Os percursos foram definidos num intuito recreativo e lazer, mas também com vista à obtenção de resultados em competição contemplando as várias motivações que movem os participantes.

Para favorecer uma participação de âmbito familiar, os participantes e seus familiares poderão usufruir das instalações das piscinas. Várias animações ginnodesportivas serão propostas no local a todos os que quiserem realizar exercícios físicos.

A sinalização do percurso é perene e dispõe de pontos de informação de geolocalização assim como relativos às especificidades do meio ambiente da zona.

2. Tipo de provas :

Os participantes podem inscrever-se individualmente numa das três distâncias propostas (2 km, 8 km ou 21 Km), podendo associar-se para a classificação por equipas (mistas ou não) compostas por um mínimo de 5 participantes.

Todos os participantes em qualquer uma das provas, devem estar conscientes das condições físicas em que se encontram, devendo gozar de boa saúde e com uma preparação física e psíquica apta para esta prova, nomeadamente o trail, que decorre em terreno montanhoso, com desníveis importantes, rochas, vegetação etc.

A responsabilidade da participação no evento pertence aos atletas. No momento da sua inscrição, o atleta/participante, declara encontrar-se física e psicologicamente apto para o esforço inerente à prova em que pretende participar, no acto da recolha do dorsal os participantes assinam uma declaração de responsabilização.

A organização não se responsabiliza por qualquer tipo de consequências negativas que possam ocorrer aos participantes (Lei Nº 5/2007, de 16 de Janeiro – Artº 40º, nº2).

3. Data e horários :

A prova terá lugar no dia 10 de Agosto de 2019, estando a partida prevista para :

- participantes trail 21 km : 08h30.
- participantes trail 8 km : 09h00.
- participantes trail 2 km : 10h00.

Idade de Participação nos Trails :

Podem participar indivíduos de ambos os sexos.

O percurso de 2 km é reservado a jovens menores de 14 anos e a maiores de 60 anos de idade.

No trail de 8 km e de 21 km a idade mínima de participação é de 14 anos ; os menores deverão ir acompanhados por um responsável com idade superior a 18 anos (Lei Nº 5/2007, de 16 de Janeiro – Artº 40º, nº2).

4. Classificações :

Nas provas individuais a ordem de classificação é atribuída mediante o tempo de chegada e posição na respetiva categoria. Na prova por equipas a classificação resulta do somatório dos melhores tempos realizados por cinco membros da mesma equipa.



Os participantes serão englobados nos seguintes escalões :

Escalões de participação :

- ✓ Trail 2 km : Classificação única (dos 7 anos aos 14 anos).
- ✓ Trail 8 km : Escalão Feminino e escalão Masculino ;
- ✓ Trail 21 km : Escalão Feminino e escalão Masculino.

Classificação única por equipas, não havendo distinção de sexo ou idade.

Os resultados das classificações serão afixados no local da prova e depois ficarão disponíveis no site www.chrono.pt e www.aldeiadobispo.com

5. Pontos de abatecimento e controlo

Líquidos :

- ✓ 5,5 km (junção caminho do Prado Castelhana) ;
- ✓ 7 km Tapadas - copos de cartão com água de nascente (regadio)
- ✓ 20 km Depósito - copos de cartão com água de nascente (captação)

Sólidos :

- 11,5 km cruzamento estrada dos Fóios / nascente do Côa
- 21 km meta - espaço poli-desportivo

Ponto de controlo Serra Alta – entrega de senha comprovativa, controlo de passagem, apoio e gestão de incidentes em caso de emergência.

6. Inscrições e pagamento :

As inscrições serão efetuadas online através do site chrono.pt até ao dia 6 de Agosto.

Depois dessa data, junto do secretariado :

- Sexta-Feira dia 9 de Agosto no bar das piscinas das 17h00 às 20h00 (levantamento dos dorsais).
- Sábado dia 10 de Agosto, no local da partida das 7h30 às 8h15.

Preço das inscrições :

Provas	Internet			No local
	Equipas de 6 participantes	Sócios	Não sócios	
Trail 21 km (maiores de 16 anos)	50 €	8 €	10 €	12 €
Mini-Trail 8 km (maiores de 14 anos)	50 €	8 €	10 €	12 €
Trail 2 km (menores de 14 anos)	Gratuito			
Almoço*		7 €		-

* A inscrição só para almoço deverá ser efetuada directamente junto da organização através do mail: raiar@aldeiadobispo.com

As inscrições válidas permitem aos participantes usufruir de dorsal e chip, t-shirt técnica, abastecimentos líquidos e sólidos (no Trail de 8 Km, junto da meta e no Trail de 21 Km, também a meio do percurso), local para banhos, apoio logístico e seguro individual.

As inscrições são obrigatórias para os Trails de 2 km, de 8 km e de 21 km, assim como para o almoço.

Só depois de efetuado o pagamento da inscrição é que será confirmada a participação do atleta na prova. A organização não se sente obrigada a devolver o valor da inscrição dos atletas já confirmados e que não possam comparecer no dia do evento.

É permitida a alteração de distância e/ou de titular da inscrição, até à data limite das inscrições.



7. Segurança :

Todos os locais dos percursos foram verificados e identificados e constituem, na sua quase totalidade, caminhos rurais existentes sem obstáculos particulares a ultrapassar.

A Organização coloca em vários pontos do percurso elementos para apoio aos participantes e, aproximadamente aos 12 km do percurso, será instalado um posto de abastecimento sólidos e líquidos.

Numero de emergência

A Organização disponibiliza um número de emergência (SOS) : **00 351 917 019 709**

Cada dorsal tem identificado esse número de socorro para onde qualquer participante deve ligar em caso de acidente, doença súbita ou qualquer tipo de incidente.

As zonas dos percursos que impõem algumas cautelas por parte dos participantes residem em dois pontos de atravessamento de estradas de circulação automóvel : cruzamento estrada dos Fóios no Malhão e Estrada de Navasfrias às Tapadas.

Nestes pontos serão instalados triângulos de sinalização e a travessia dos participantes será apoiada por dois membros da organização devidamente identificados com coletes.

O trânsito será desviado no início da Avenida Dr Joao Nabais até ao cruzamento com a rua do Areal (300 metros).

Assistência

Os primeiros socorros serão assegurados por um enfermeiro e um médico, que integram a equipa de voluntários da organização e presentes durante o desenrolar da prova.

Em situações de emergência médica, será efectuado o pedido de socorro através do 112.

Uma viatura todo-o-terreno tipo pick-up estará disponível para prestar apoio, em caso de incidente, nos troços mais acidentados.

Seguro

A prova dispõe de um seguro de acidentes pessoais subscrito pela Chrono Eventos Desportivos, para todos os atletas inscritos, relativo a qualquer acidente que possa vir a ocorrer durante a realização da mesma.

A apólice de seguro estará válida desde o início da prova até à sua conclusão.

8. Sinalização :

Os percursos serão sinalizados com painéis próprios e com fita pendurada em elementos naturais à altura dos olhos e outro tipo de marcações e informações dadas por elementos da organização.

A cor da fita é azul para o mini-trail de 8 Km e vermelha para o Trail de 21 Km.

Os concorrentes obrigam-se a percorrer todo o trilho sinalizado, o mais perto possível das marcações, não devendo atalhar nos pontos em que eventualmente tal seja possível. O não acatamento desta norma pode levar à desclassificação, se no entender da organização da prova tal for feito com a intenção de diminuir a distância percorrida ou de diminuir as naturais dificuldades técnicas do percurso, ganhando vantagem.

Haverá controlos durante o percurso em local desconhecido dos participantes.

No caso de um concorrente percorrer alguma parte do percurso sem sinalização deverá voltar atrás pelo caminho que seguiu e procurar o caminho sinalizado.

Os participantes podem fazer o percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem o tempo limite de 3 horas no Trail de 8 km e de 4 horas no Trail de 21 km.

Ultrapassando o tempo de passagem limite, os atletas deverão abandonar a prova, pois nem a organização nem os serviços de assistência podem garantir a sua segurança.

Mapa da prova, plano de altimetria e descrição do percurso :

Mapa da prova e plano de altimetria estão disponíveis no site oficial e em :

- Trail 21 km :

<https://fr.wikiloc.com/itineraires-course-en-montagne/trail-da-raia-21-260-km-2019-30269164>

- Mini-Trail 8 Km :

<https://fr.wikiloc.com/itineraires-course-en-montagne/trail-da-raia-8-5-km-22404978>

Navegação outdoor smartphone :

baixar a App Wikiloc e pesquisar pelas referências **30269164 e 22404978**



O percurso das provas não está totalmente fechado ao trânsito e, nesse sentido, os participantes devem ter em consideração o facto de que poderá haver viaturas, pessoas e animais a circular, num ou noutro sentido dos percursos da prova.

Ao atravessar estradas públicas os participantes devem ter a máxima atenção.

A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo ou abastecimento.

Em condições climáticas extremas, a partida pode ser atrasada no máximo duas horas, período após o qual a prova é cancelada. A organização poderá também suspender, reduzir ou parar a prova, nas condições climáticas mencionadas. Em ambos os casos, não haverá direito a reembolso.

Local da partida e chegada :

Aldeia do Bispo - estará sinalizado no mapa e com coordenadas.

Os atletas devem concentrar-se junto ao local das piscinas / pavilhão multiusos do Lar de Santo Antão, às 08h00.

9. Material recomendado e obrigatório :

Recipiente com água - Dorsal (colocado à frente e à altura do peito) - Calçado e vestuário adequados para a prática de Trail Running - boné - protetor solar; telemóvel para contacto com a organização durante a prova, se necessário.

Será instalado um posto de abastecimento líquidos e sólidos no local da chegada e outro aos 12 km.

10. Lixo :

Cada participante deve transportar o lixo que fizer, sem prejudicar o ambiente nem danificar os locais por onde transita.

11. Dorsais :

Os dorsais serão entregues individualmente a cada participante após apresentação de identificação no dia 9 de Agosto, no bar das piscinas das 17h às 20h e no local da partida, a partir das 7h30.

Será atribuído a cada atleta, um dorsal identificativo da cor do percurso por ordem de inscrição e que o habilita à participação no evento.

Os atletas deverão usar o dorsal à frente, bem visível e numa posição de fácil consulta. A cronometragem será realizada pela empresa Trilho Perdido.

12. Desclassificações :

Os membros da Organização estão habilitados para retirar de prova qualquer atleta que manifeste mau estado físico, não cumpra a passagem pelo ponto de controlo, não complete o percurso, não possua dorsal ou não o apresente de forma visível e legível na parte frontal, esteja a correr com o dorsal de outro atleta, manifeste comportamento anti-desportivo.

13. Entrega de prémios :

Junto à meta às 12h.

14. Disposições finais :

Dado o espírito lúdico e desportivo da prova, os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização, a qual será soberana nas suas decisões.

Todos os participantes, pelo facto de tomarem parte na corrida, aceitam o presente regulamento.



Regulamento

TRAIL DA RAIA

ALDEIA DO BISPO



3º TRAIL DA RAIA
aldeia do bispo (sbg)
2 km - 8 km - 21km

Organização :
Raiar
Mocidade Aldeia do Bispo
Adolo de :
Lar Santo António AdB
Junta Freguesia AdB
Câmara Municipal do Sabugal

Sábado
10 de agosto 2019
inscrições : chrono.pt



Trail da Raia – Aldeia do Bispo

1. Objetivos :

O Trail da Raia – Aldeia do Bispo é uma prova de montanha, realizada por trilhos e caminhos agrícolas sinalizados, em piso acidentado e obstáculos naturais, com partida e chegada na Freguesia de Aldeia do Bispo, junto ao Lar de Santo Antão (espaço das piscinas).

Esta prova é co-organizada pela Raia – Associação de Aldeia do Bispo e pela associação Mocidade de Aldeia do Bispo em parceria com o Lar de Santo Antão e com o apoio da Junta de Freguesia de Aldeia do Bispo e da Câmara Municipal do Sabugal.

Reveste um cariz solidário dado participar à angariação de fundos destinados ao funcionamento do Lar de Santo Antão.

Esta prova tem como objectivos, a nível individual, de proporcionar um contacto directo com a natureza permitindo a expressão ou melhoramento da condição física e psíquica e a nível colectivo, visa contribuir para o desenvolvimento das relações sociais e geracionais através da prática desportiva.

Os percursos foram definidos num intuito recreativo e lazer, mas também com vista à obtenção de resultados em competição contemplando as várias motivações que movem os participantes.

Para favorecer uma participação de âmbito familiar, os participantes e seus familiares poderão usufruir das instalações das piscinas. Várias animações ginodesportivas serão propostas no local a todos os que quiserem realizar exercícios físicos.

A sinalização do percurso é perene e dispõe de pontos de informação de geolocalização assim como relativos às especificidades do meio ambiente da zona.

2. Tipo de provas :

Os participantes podem inscrever-se individualmente numa das três distâncias propostas (2 km, 8 km ou 21 Km), podendo associar-se para a classificação por equipas (mistas ou não) compostas por um mínimo de 5 participantes.

Todos os participantes em qualquer uma das provas, devem estar conscientes das condições físicas em que se encontram, devendo gozar de boa saúde e com uma preparação física e psíquica apta para esta prova, nomeadamente o trail, que decorre em terreno montanhoso, com desníveis importantes, rochas, vegetação etc. A responsabilidade da participação no evento pertence aos atletas. No momento da sua inscrição, o atleta/participante, declara encontrar-se física e psicologicamente apto para o esforço inerente à prova em que pretende participar, no acto da recolha do dorsal os participantes assinam uma declaração de responsabilização.

A organização não se responsabiliza por qualquer tipo de consequências negativas que possam ocorrer aos participantes (Lei Nº 5/2007, de 16 de Janeiro – Artº 40º, nº2).

3. Data e horários :

A prova terá lugar no dia 10 de Agosto de 2019, estando a partida prevista para :

- participantes trail 21 km : 08h30.
- participantes trail 8 km : 09h00.
- participantes trail 2 km : 10h00.

Idade de Participação nos Trails :

Podem participar indivíduos de ambos os sexos.

O percurso de 2 km é reservado a jovens menores de 14 anos e a maiores de 60 anos de idade.

No trail de 8 km e de 21 km a idade mínima de participação é de 14 anos ; os menores deverão ir acompanhados por um responsável com idade superior a 18 anos (Lei Nº 5/2007, de 16 de Janeiro – Artº 40º, nº2).

4. Classificações :

Nas provas individuais a ordem de classificação é atribuída mediante o tempo de chegada e posição na respetiva categoria. Na prova por equipas a classificação resulta do somatório dos melhores tempos realizados por cinco membros da mesma equipa.



Os participantes serão englobados nos seguintes escalões :

Escalões de participação :

- ✓ Trail 2 km : Classificação única (dos 7 anos aos 14 anos).
- ✓ Trail 8 km : Escalão Feminino e escalão Masculino ;
- ✓ Trail 21 km : Escalão Feminino e escalão Masculino.

Classificação única por equipas, não havendo distinção de sexo ou idade.

Os resultados das classificações serão afixados no local da prova e depois ficarão disponíveis no site

www.chrono.pt e www.aldeiadobispo.com

5. Pontos de abatecimento e controlo

Líquidos :

- ✓ 5,5 km (junção caminho do Prado Castelhana) ;
- ✓ 7 km Tapadas - copos de cartão com água de nascente (regadio)
- ✓ 20 km Depósito - copos de cartão com água de nascente (captação)

Sólidos :

- 11,5 km cruzamento estrada dos Fóios / nascente do Côa
- 21 km meta - espaço poli-desportivo

Ponto de controlo Serra Alta – entrega de senha comprovativa, controlo de passagem, apoio e gestão de incidentes em caso de emergência.

6. Inscrições e pagamento :

As inscrições serão efetuadas online através do site chrono.pt até ao dia 6 de Agosto.

Depois dessa data, junto do secretariado :

- Sexta-Feira dia 9 de Agosto no bar das piscinas das 17h00 às 20h00 (levantamento dos dorsais).
- Sábado dia 10 de Agosto, no local da partida das 7h30 às 8h15.

Preço das inscrições :

Provas	Internet			No local
	Equipas de 6 participantes	Sócios	Não sócios	
Trail 21 km (maiores de 16 anos)	50 €	8 €	10 €	12 €
Mini-Trail 8 km (maiores de 14 anos)	50 €	8 €	10 €	12 €
Trail 2 km (menores de 14 anos)	Gratuito			
Almoço*		7 €		-

* A inscrição só para almoço deverá ser efetuada directamente junto da organização através do mail: raiar@aldeiadobispo.com

As inscrições válidas permitem aos participantes usufruir de dorsal e chip, t-shirt técnica, abastecimentos líquidos e sólidos (no Trail de 8 Km, junto da meta e no Trail de 21 Km, também a meio do percurso), local para banhos, apoio logístico e seguro individual.

As inscrições são obrigatórias para os Trails de 2 km, de 8 km e de 21 km, assim como para o almoço.

Só depois de efetuado o pagamento da inscrição é que será confirmada a participação do atleta na prova. A organização não se sente obrigada a devolver o valor da inscrição dos atletas já confirmados e que não possam comparecer no dia do evento.

É permitida a alteração de distância e/ou de titular da inscrição, até à data limite das inscrições.



7. Segurança :

Todos os locais dos percursos foram verificados e identificados e constituem, na sua quase totalidade, caminhos rurais existentes sem obstáculos particulares a ultrapassar.

A Organização coloca em vários pontos do percurso elementos para apoio aos participantes e, aproximadamente aos 12 km do percurso, será instalado um posto de abastecimento sólidos e líquidos.

Numero de emergência

A Organização disponibiliza um número de emergência (SOS) : **00 351 917 019 709**

Cada dorsal tem identificado esse número de socorro para onde qualquer participante deve ligar em caso de acidente, doença súbita ou qualquer tipo de incidente.

As zonas dos percursos que impõem algumas cautelas por parte dos participantes residem em dois pontos de atravessamento de estradas de circulação automóvel : cruzamento estrada dos Fóios no Malhão e Estrada de Navasfrias às Tapadas.

Nestes pontos serão instalados triângulos de sinalização e a travessia dos participantes será apoiada por dois membros da organização devidamente identificados com coletes.

O trânsito será desviado no início da Avenida Dr Joao Nabais até ao cruzamento com a rua do Areal (300 metros).

Assistência

Os primeiros socorros serão assegurados por um enfermeiro e um médico, que integram a equipa de voluntários da organização e presentes durante o desenrolar da prova.

Em situações de emergência médica, será efectuado o pedido de socorro através do 112.

Uma viatura todo-o-terreno tipo pick-up estará disponível para prestar apoio, em caso de incidente, nos troços mais acidentados.

Seguro

A prova dispõe de um seguro de acidentes pessoais subscrito pela Chrono Eventos Desportivos, para todos os atletas inscritos, relativo a qualquer acidente que possa vir a ocorrer durante a realização da mesma.

A apólice de seguro estará válida desde o início da prova até à sua conclusão.

8. Sinalização :

Os percursos serão sinalizados com painéis próprios e com fita pendurada em elementos naturais à altura dos olhos e outro tipo de marcações e informações dadas por elementos da organização.

A cor da fita é azul para o mini-trail de 8 Km e vermelha para o Trail de 21 Km.

Os concorrentes obrigam-se a percorrer todo o trilho sinalizado, o mais perto possível das marcações, não devendo atalhar nos pontos em que eventualmente tal seja possível. O não acatamento desta norma pode levar à desclassificação, se no entender da organização da prova tal for feito com a intenção de diminuir a distância percorrida ou de diminuir as naturais dificuldades técnicas do percurso, ganhando vantagem.

Haverá controlos durante o percurso em local desconhecido dos participantes.

No caso de um concorrente percorrer alguma parte do percurso sem sinalização deverá voltar atrás pelo caminho que seguiu e procurar o caminho sinalizado.

Os participantes podem fazer o percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem o tempo limite de 3 horas no Trail de 8 km e de 4 horas no Trail de 21 km.

Ultrapassando o tempo de passagem limite, os atletas deverão abandonar a prova, pois nem a organização nem os serviços de assistência podem garantir a sua segurança.

Mapa da prova, plano de altimetria e descrição do percurso :

Mapa da prova e plano de altimetria estão disponíveis no site oficial e em :

- Trail 21 km :
<https://fr.wikiloc.com/itineraires-course-en-montagne/trail-da-raia-21-260-km-2019-30269164>
- Mini-Trail 8 Km :
<https://fr.wikiloc.com/itineraires-course-en-montagne/trail-da-raia-8-5-km-22404978>

Navegação outdoor smartphone :

baixar a App Wikiloc e pesquisar pelas referências **30269164 e 22404978**



O percurso das provas não está totalmente fechado ao trânsito e, nesse sentido, os participantes devem ter em consideração o facto de que poderá haver viaturas, pessoas e animais a circular, num ou noutro sentido dos percursos da prova.

Ao atravessar estradas públicas os participantes devem ter a máxima atenção.

A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo ou abastecimento.

Em condições climatéricas extremas, a partida pode ser atrasada no máximo duas horas, período após o qual a prova é cancelada. A organização poderá também suspender, reduzir ou parar a prova, nas condições climatéricas mencionadas. Em ambos os casos, não haverá direito a reembolso.

Local da partida e chegada :

Aldeia do Bispo - estará sinalizado no mapa e com coordenadas.

Os atletas devem concentrar-se junto ao local das piscinas / pavilhão multiusos do Lar de Santo Antão, às 08h00.

9. Material recomendado e obrigatório :

Recipiente com água - Dorsal (colocado à frente e à altura do peito) - Calçado e vestuário adequados para a prática de Trail Running - boné - protetor solar; telemóvel para contacto com a organização durante a prova, se necessário.

Será instalado um posto de abastecimento líquidos e sólidos no local da chegada e outro aos 12 km.

10. Lixo :

Cada participante deve transportar o lixo que fizer, sem prejudicar o ambiente nem danificar os locais por onde transita.

11. Dorsais :

Os dorsais serão entregues individualmente a cada participante após apresentação de identificação no dia 9 de Agosto, no bar das piscinas das 17h às 20h e no local da partida, a partir das 7h30.

Será atribuído a cada atleta, um dorsal identificativo da cor do percurso por ordem de inscrição e que o habilita à participação no evento.

Os atletas deverão usar o dorsal à frente, bem visível e numa posição de fácil consulta. A cronometragem será realizada pela empresa Trilho Perdido.

12. Desclassificações :

Os membros da Organização estão habilitados para retirar de prova qualquer atleta que manifeste mau estado físico, não cumpra a passagem pelo ponto de controlo, não complete o percurso, não possua dorsal ou não o apresente de forma visível e legível na parte frontal, esteja a correr com o dorsal de outro atleta, manifeste comportamento anti-desportivo.

13. Entrega de prémios :

Junto à meta às 12h.

14. Disposições finais :

Dado o espírito lúdico e desportivo da prova, os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização, a qual será soberana nas suas decisões.

Todos os participantes, pelo facto de tomarem parte na corrida, aceitam o presente regulamento.





Desporto de natureza

Correr por terras da Raia Sabugalense

O Trail da Raia – Aldeia do Bispo é uma prova de montanha, realizada por trilhos e caminhos agrícolas sinalizados, em piso acidentado e obstáculos naturais, com partida e chegada na Freguesia de Aldeia do Bispo, junto ao Lar de Santo Antão (espaço das piscinas).

Esta prova é co-organizada pela Raia - Associação de Aldeia do Bispo e pela associação Mocidade de Aldeia do Bispo em parceria com o Lar de Santo Antão e com o apoio da Junta de Freguesia de Aldeia do Bispo e da Câmara Municipal do Sabugal.

Reveste um cariz solidário dado participar à angariação de fundos destinados ao funcionamento do Lar de Santo Antão.

Esta prova tem como objectivos, a nível individual, de proporcionar um contacto directo com a natureza permitindo a expressão ou melhoramento da condição física e psíquica e a nível colectivo, visa contribuir para o desenvolvimento das relações sociais e geracionais através da prática desportiva.

Os percursos foram definidos num intuito recreativo e lazer, mas também com vista à obtenção de resultados em competição contemplando as várias motivações que movem os participantes.

Para favorecer uma participação de âmbito familiar, os participantes e seus familiares poderão usufruir das instalações das piscinas. Várias animações gimnodesportivas serão propostas no local a todos os que quiserem realizar exercícios físicos.

A sinalização do percurso é perene e dispõe de pontos de informação de géolocalização assim como relativos às especificidades do meio ambiente da zona.

Tipo de provas :

Os participantes podem inscrever-se individualmente ou por equipas numa das três distâncias propostas (2 km, 8 km ou 21 Km), havendo também uma classificação por equipas em cada prova.

Sendo uma prova de trail, o percurso foi desenhado por caminhos rurais e decorre em terreno montanhoso, com desníveis importantes, rochas, vegetação etc.

Data e horários : A prova terá lugar no dia 10 de Agosto 2019 :

- levantamento dos dorsais :

Sexta-feira dia 9 de agosto das 17h às 20h no bar das piscinas;

Sábado 10 de Agosto no local da partida das 7h30 até às 8h15.



- Hora de partida dos trails :
 - 08h00 - Trail da Raia - 21 km;
 - 08h00 - mini-Trail da Raia - 8 km.
- entrega dos prémios : 12h00.
- almoço : 13h00.

Idade de Participação nos Trails :

Podem participar indivíduos de ambos os sexos.

O percurso de 2 km « Trail da Canalha », é reservado a jovens menores de 14 anos e maiores de 60 anos de idade.

No trail de 8 km e de 21 km a idade mínima de participação é de 14 anos, devendo os menores de 18 anos, apresentar uma autorização de participação assinada pelo representante legal.

Classificações :

Nas provas individuais a ordem de classificação é atribuída mediante o tempo de chegada e posição na respetiva categoria.

Na prova por equipas a classificação resulta do somatório dos cinco melhores tempos realizados por 5 membros da equipa.

Os participantes serão englobados nos seguintes escalões :

- Percurso de 2 km :** Classificação individual não havendo distinção de sexo ou idade.
- Trail 8 km :** Classificação individual escalão Feminino e escalão Masculino
- Trail 21 km :** Classificação individual escalão Feminino e escalão Masculino

Inscrições e pagamento :

As inscrições serão efetuadas online através do site www.chrono.pt até ao dia 6 de Agosto.

Depois dessa data :

- Sexta-Feira, dia 9 de Agosto das 17h00 às 20h00 no bar das piscinas.
- Sábado dia 10 de Agosto, no local da partida das 7h30 às 8h15.

As inscrições válidas permitem aos participantes usufruir de dorsal e beneficiar de cronometragem, t-shirt técnica, de abastecimentos líquidos e sólidos junto da meta e a meio do percurso no trail de 21 km, local para banhos, acesso às piscinas e seguro individual.

O almoço é uma opção a relizar no acto da inscrição.

Aos três primeiros atletas de cada escalão feminino e masculino, será entregue um troféu.

Infra-estruturas :

Em Aldeia do Bispo (0 km):

- Turismo rural : Casas da Pedra – Casa da Raia Ibérica,
- Café / Restaurante : Xalma's e Enxido
- Piscinas.

Em Alfaiates (12 km) : Residência Pelicano

Em Fóios (7 km) : Casa de Campo Nascente do Côa - Turismo Rural

Em Aldeia Velha (4 km) : Casa Torga

Em Navasfrias (4 km) : Casa Rural Luzano, Un Rincón Salmantino, Los Juanillos e Canchales Apartamentos Rurales.





Mini-Trail da canalha

Mapa do percurso

Percurso da canalha : Enxido, Lagunha, Poldras, Eiras, Escolas, Piscinas.



SEGURANÇA : No percurso em estrada de 600 m (assinalado a **vermelho**), elementos da organização, revestidos de colete, asseguram a passagem com segurança, garantindo a circulação dos veículos a velocidade moderada.

No percurso assinalado a **roxo** procedemos ao desvio da circulação, para se garantir as partidas e chegadas com segurança (o arco da meta será instalado frente ao pavilhão multiusos do Lar).







Trail 8 Km

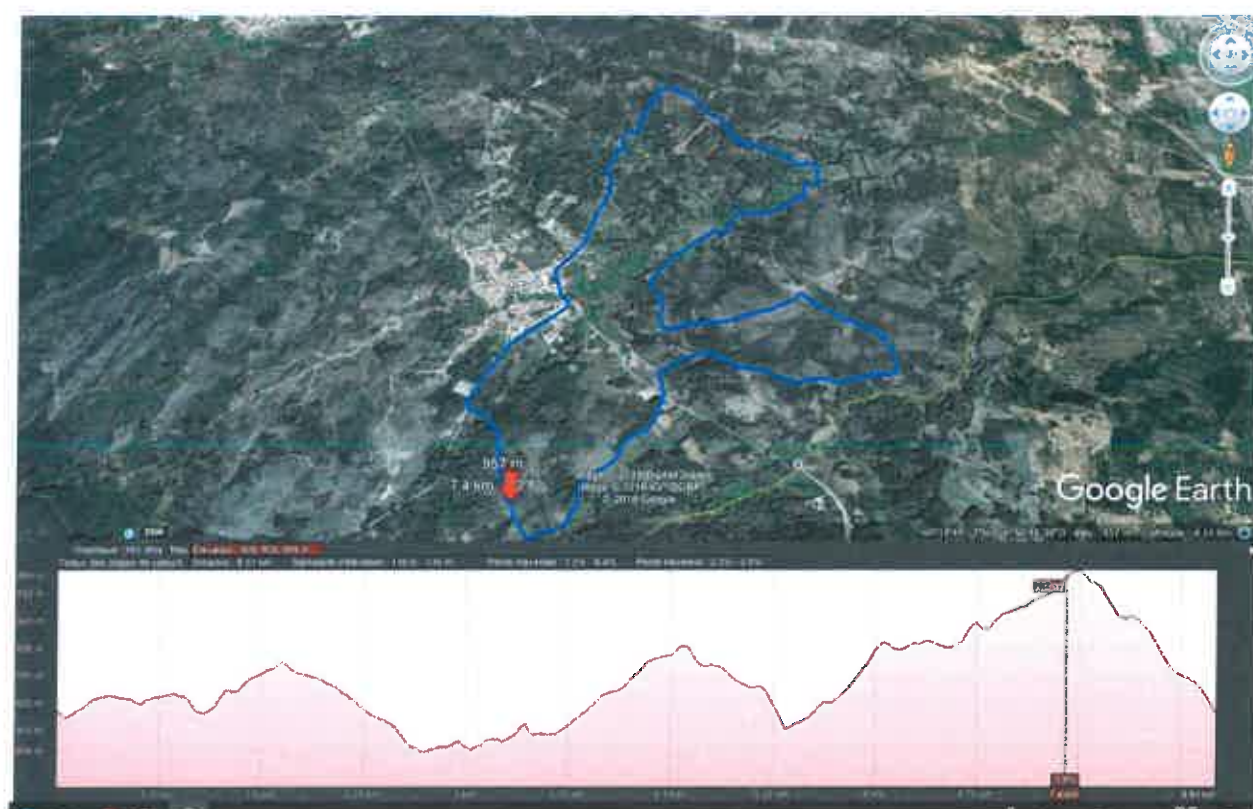
Mapa do percurso

Escolas, Enxido, Lameira, Golricha, Resprados, Marta, Pedreira, Cruzeiro, Gameleiro, Tapadinhas, Poldras, Lage Pedro Martins, Caminho da Maria Gil, Vinha do Ti Germano, Tapadas, Estrigueiras, Cemitério Novo, Cemitério Velho, Piscinas.

Percorso pormenorizado :

<https://fr.wikiloc.com/itineraires-course-en-montagne/trail-da-raia-8-5-km-22404978>

Navegação outdoor smartphone : baixar a App Wikiloc e pesquisar pela referência 22404978



Nos pontos em que o percurso atravessa a estrada elementos da organização, revestidos de colete, asseguram a passagem com segurança dos participantes. Estes pontos serão devidamente sinalizados com triângulos em cada sentido da circulação.

Circuito circular de dificuldade baixa, de carácter lúdico.
Trilhos de caminhos rurais em zona verde de lameiros e arvoredos.

Comprimento cartográfico :	8 000 m		
desnível acumulado positivo :	70 m	altitude máxima :	960 m
desnível acumulado negativo :	70 m	altitude mínima :	908 m





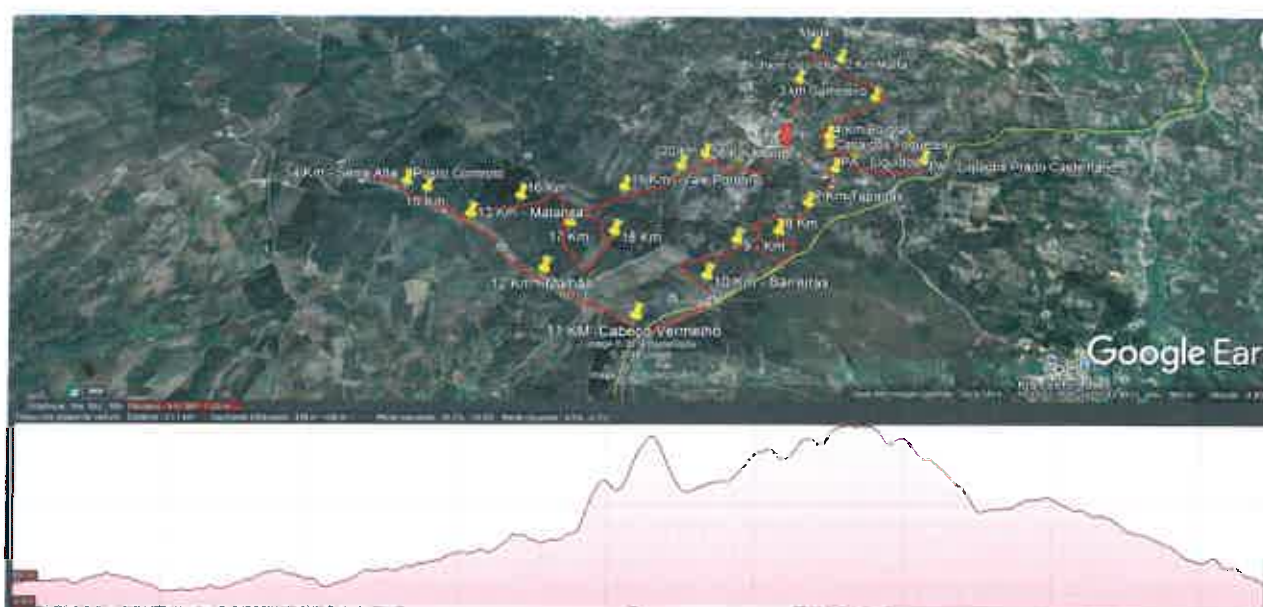
Trail 21 Km

Mapa do percurso

Escolas, Enxido, Lameira, Golricha, Resprados, Marta, Pedreira, Cruzeiro, Gameleiro, Tapadinhas, Poldras, Lage Pedro Martins, Caminho da Maria Gil, Vinha do Ti Germano, Tapadas, Estrigueiras, Barreiras, Cabeço Vermelho, Malhão, Matança, Serra Alta (élicas), Cabeço da Chã, Vale Portinho, Vale Longo, Fontainhas, Depósito, Malhada, Cemitério Novo, Cemitério Velho, Piscinas

Percurso pormenorizado : <https://fr.wikiloc.com/itineraires-course-en-montagne/trail-da-raia-21-260-km-2019-30269164>

Navegação outdoor smartphone : baixar a App Wikiloc e pesquisar pela referência [30269164](https://fr.wikiloc.com/itineraires-course-en-montagne/trail-da-raia-21-260-km-2019-30269164)



Nos pontos em que o percurso atravessa a estrada elementos da organização, revestidos de colete, asseguram a passagem com segurança dos participantes. Estes pontos serão devidamente sinalizados com triângulos em cada sentido da circulação.

Circuito circular de dificuldade média - **grau de dificuldade 1** (rácio 2,47). A Primeira parte do percurso são caminhos rurais em zona verde de lameiros e arvoredo. A segunda parte apresenta algum arvoredo e vários desníveis, permitindo disfrutar de largas panorâmicas (Portugal e Espanha).

Comprimento cartográfico : 21.100 m

desnível acumulado positivo :

458 m

altitude máxima :

1.139 m

desnível acumulado negativo :

458 m

altitude mínima :

909 m

Principais declives :

desníveis máximos : 23,1% (ao km 9,6) e 19,6% (ao Km 10,5);

desníveis médios : 4,4% e - 4,9%.





corrida na natureza

Trail da Raia 21 km

aldeia do bispo



para aceder a este itinerário,
faça um scan deste QR código
com uma aplicação do tipo QR scanner

wikiloc
Itinéraires du Monde



Imprimé par l'utilisateur Raimundo do Bispo de Wikiloc



1a Edição – 2017



Pormenores do percurso Trail da Raia 21 km



2a Edição – 2018





TRAIL DA RAIA
ALDEIA DO BISPO

