



BRAVE LAKE ENDURO TEAM CHALLENGE

26 FEVEREIRO 2023 (DOMINGO)

REGULAMENTO

1 - ORGANIZAÇÃO

A BRAVE LAKE ENDURO TEAM CHALLENGE 2023, é uma prova de corrida com obstáculos em equipa de 3 elementos, organizada pela ACCM, BRAVE LAKE OCR e na direção técnica Telmo Pinho (FISBEM OCR TEAM). Conta com a parceria do Parque de Campismo “Vila Caia”.

2 – DATA , HORA E LOCAL DA REALIZAÇÃO DA PROVA

A prova realiza-se no dia 26 de fevereiro de 2023, das 10H00 às 13h00, no Parque de Campismo “Vila Caia”, sito no lugar de Lagoa, concelho de Mira.

Coordenadas: Latitude 40o 26.841´N ; Longitude 8o 45.416´O

(No dia anterior, 25 de fevereiro, existirá uma versão do ENDURO TEAM CHALLENGE em OPEN - não competitiva - um Ninja Track Kids no Brave Lake Arena, e um desafio ROPE CLIMBING com 15m.)

3 - PERCURSO

O percurso ENDURO TEAM CHALLENGE terá uma primeira volta com cerca de 2200m, sendo que depois cada volta terá aproximadamente 1300m. Cada equipa terá de enfrentar mais de 20 obstáculos por volta, montados pela organização e também naturais, com diferentes níveis de dificuldade.

O percurso será marcado com fitas e setas de sinalização em locais estratégicos. Na prova de 26 de Fevereiro, os obstáculos serão vigiados pelo Staff da organização e Marshalls.

Nota: nos dias anteriores à prova será publicada a lista de equipas. A organização reserva o direito de efetuar as alterações que se verificarem necessárias no decorrer da partida, com vista a atender a quaisquer situações imprevistas, necessidades de melhoria ou imperativos de última hora.

4 – CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

É imprescindível ter a condição física adequada às características desta prova. Uma corrida de obstáculos envolve sempre alguns riscos, e é fundamental que o atleta tenha a noção de autogestão do esforço, quer físico, quer mental, perante situações adversas às quais poderá ficar exposto, sem que seja possível ajuda ou resgate imediato. É fundamental o atleta saber como atuar em caso de pequenas lesões, indisposições gástricas, entre outras situações normais, decorrentes da atividade física intensa.

Os participantes devem reunir as condições de saúde necessárias à prática desportiva, pelo que se aconselha que consultem o seu médico antes de realizar a corrida. A partir do momento em que um atleta se inscreve, depreende-se que se sente física e psicologicamente preparado para o esforço físico inerente à prova e que tem noção dos potenciais riscos que a superação de alguns obstáculos podem envolver. A organização da prova assegura aos inscritos um seguro de acidentes pessoais, conforme previsto no no 1 do art.o do D.L. no 146/93 de 26 de Abril. A organização não se responsabiliza por situações que não estejam abrangidas por este seguro.

É da responsabilidade do participante procurar notificar um elemento do staff sempre que ocorra qualquer lesão, ferimento ou ameaça à sua integridade física.

Apesar de existirem vários momentos de fornecimento de hidratação e sólidos, o próprio atleta é responsável por garantir o estado de hidratação e nutrição adequados à realização do esforço necessário para concluir esta prova.

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 no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais ou de qualquer outra natureza, a si mesmo 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.

5 – REGRAS DA PROVA

A Brave Lake Enduro Team Challenge, é um desafio proposto pela Brave Lake a todas as equipas, que quiserem em união ir ao limite.

Regras:

- Todas as equipas terão de ser constituídas por **3 elementos, sendo pelo menos 1 elemento do sexo masculino e outro feminino (ex.: homem/homem/mulher e mulher/mulher/homem)**. Portanto, haverá apenas classificação de equipas mistas, não havendo nenhum escalão por idades.
- Os 3 elementos da equipa, terão de andar toda a prova juntos, podendo ser desclassificados por qualquer marshall, caso este entenda que essa regra está quebrada.
- Existirão obstáculos em que apenas 1 elemento da equipa tem de o fazer, tendo apenas 1 tentativa e caso falhe, os três elementos seguem obrigatoriamente para a penalização (junto ao obstáculo), continuando depois em prova. Apenas haverá penalização nos obstáculos que assim o justifiquem. A gestão de quem faz o

- obstáculo vai ser da responsabilidade da equipa.
- Poderão existir obstáculos com passagem obrigatória dos 3 elementos, durante todas as voltas e estes serão devidamente assinalados.
 - Haverão também obstáculos com 3 secções em que cada atleta terá que transpor uma das diferentes secções, com passagem obrigatória.
 - Só contarão as voltas realizadas pelos 3 elementos da equipa em conjunto. Se um elemento desistir, a equipa será desclassificada, ficando apenas com as voltas completas.
 - A equipa que conseguir completar mais voltas nas 3 horas de prova, será a vencedora. Uma vez que só um elemento da equipa terá chip, na última volta, devem cortar a meta de mãos dadas. Em caso de empate no número de voltas, contará o tempo da última volta realizada. Exemplo: Equipa A realizou 7 voltas em 2 horas e 40 minutos e equipa B em 2 horas e 42 minutos, a equipa A é a vencedora.

6 – VALORES DE INSCRIÇÃO

Datas	VALOR
Até 15 de janeiro	20€ por cada elemento da equipa
16 janeiro a 19 fevereiro	25€ por cada elemento da equipa

Caso não se tenha atingido ainda o limite de inscrições de 40 equipas admitem-se inscrições até 24 de Fevereiro (dorsal sem nome da equipa).

A inscrição é feita online, através da plataforma <https://waitastart.com/>.

A inscrição pressupõe a total aceitação deste regulamento.

Uma inscrição compreende o seguinte:

- participação no BRAVE LAKE ENDURO TEAM CHALLENGE;
- dorsal com nome da equipa (não garantido para as inscrições fora de prazo);
- um chip por equipa – a devolver no final da partida;
- seguro de acidentes pessoais (para atletas não federados na FPOCR)
- hidratação e reforços durante a prova e no final;
- medalha de Finisher a quem completar a prova;
- troféus às 3 primeiras equipas classificadas.

O KIT pode ser levantado mediante apresentação do BI ou CC no próprio dia da prova a partir das 8 horas da manhã no secretariado (que se encontrará junto à zona de partida).

ENDURO OPEN TEAM CHALLENGE
25 DE FEVEREIRO (SÁBADO) – 14h - 17h

A 25 de fevereiro, existirá uma versão do ENDURO TEAM CHALLENGE em OPEN, numa versão não competitiva. Esta versão destina-se ao público em geral, com ou sem experiência, não existindo cronometragem ou classificação. Apenas haverá um temporizador, para controlo do tempo da prova.

- O percurso e obstáculos serão os mesmos da prova de 26 de fevereiro.
 - A duração da prova será de 3 horas, das 14 às 17horas.
 - Na versão OPEN, as equipas deverão ser compostas por 3 elementos, mas não existem regras de composição, ou seja, podem ser apenas elementos femininos, apenas masculinos ou mistas.
 - É da responsabilidade da equipa trazer equipamento distintivo das outras equipas (tshirts iguais);
 - A inscrição inclui seguro de acidentes pessoais (com franquia de 90€) e medalha de finisher
 - Os atletas inscritos na prova de 26 de Fevereiro não poderão participar nesta versão.
- A inscrição é feita online, através da plataforma <https://waitastart.com/>.
Limite de inscrições a 40 equipas

VALORES DE INSCRIÇÃO

Datas	VALOR
Até 19 fevereiro	10€ por elemento da equipa

ROPE CLIMB CHALLENGE- 25 DE FEVEREIRO (SÁBADO) – Todo o dia

Durante todo o dia de Sábado estará disponível o Rope Climb Challenge, aberto a todos os atletas com seguro da federação, ou que tenham o seguro para o Enduro Challenge OPEN de dia 25/02. Consiste em subir uma corda com cerca de 15 mts de altura (com arnês). O objectivo é superar o desafio no menor tempo possível, estando em disputa um prémio - um *leitão assado à bairrada* (a entregar no próprio dia).
As tentativas são ilimitadas.

VALORES DE INSCRIÇÃO

Datas	VALOR
Até 19 fevereiro	5€ por atleta

NINJA TRACK KIDS 25 DE FEVEREIRO (SÁBADO) – 10h- 13h

Durante a manhã está montado no Brave Lake Arena o Ninja Track Kids, como playground para treino e diversão de futuros Ninjas (dos 6 aos 12 anos).

Existirá um limite de atletas na pista, de acordo com as orientações de elementos do staff

CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO:

- Inscrição prévia obrigatória através da plataforma <https://waitastart.com/>
- O acompanhamento do atleta por um encarregado de educação é obrigatório durante a participação. É exigido um termo de responsabilidade assinado (deverá ser entregue antes de entrar na pista)
- A participação terá um custo simbólico para cobrir o seguro de acidentes pessoais
- Entrega de uma pequena recordação do evento

VALORES DE INSCRIÇÃO

Datas	VALOR
Até 19 fevereiro	2,5€ por atleta *

* Gratuito para os filhos de atletas que participem no ENDURO TEAM CHALLENGE (não dispensa a inscrição prévia)

7 – INSTALAÇÕES SANITÁRIAS, BANHOS E VESTIÁRIOS

No local de início da prova existem instalações sanitárias (vestiários) com separação para homens e mulheres. Será criada uma zona de banhos, pelo que se aconselha aos participantes trazer uma muda de roupa, calçado e toalha de banho.

8 – PERTENCES PESSOAIS E ESTACIONAMENTO

A organização terá disponível um local para guardar os pertences pessoais dos participantes, incluído as chaves das viaturas. Todos os pertences a guardar deverão ser colocados em mochila ou saco, devidamente acondicionados e identificados.

O local de início da prova dispõe de estacionamento gratuito no local (condicionado aos lugares existentes).

9 – DIREITOS DE IMAGEM

Ao participar no evento, o declarante autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional dos direitos de utilização da sua imagem aos organizadores da prova. Estes direitos podem ser cedidos a terceiros, desde que autorizados pela própria organização e incluem vídeos, fotografias, imagens, gravações ou qualquer outro registo deste evento.

10 – RESERVA DO DIREITO DE ADMISSÃO

À organização é reservado o direito à aceitação ou não das inscrições. A inscrição na prova pressupõe que cada participante aceita o presente regulamento e, em caso de dúvida ou situação não contemplada no mesmo, deverá contactar a organização. **A NÃO ACEITAÇÃO DAS CONDIÇÕES DO PRESENTE REGULAMENTO DEVERÁ SER MOTIVO PARA NÃO SE INSCREVER.**

É ainda reservado o direito a recusar a participação na prova de qualquer indivíduo que se apresente em condições que possam causar motivo de preocupação, para si próprio e/ou para os outros, ou cujo comportamento possa ser considerado inapropriado, ofensivo ou seja motivo de ameaça à integridade física e/ou moral de outros participantes, espetadores ou elementos do staff e organização.

11 – CANCELAMENTO DO EVENTO

Reservamo-nos o direito de cancelar, antecipar ou adiar o evento devido a circunstâncias imprevistas ou inevitáveis alheias à vontade da organização. Nestes casos a organização não deve ser responsabilizada por qualquer inconveniente, despesas, custos, perdas ou danos sofridos pelos participantes. Se o evento tiver que ser cancelado, atrasado ou adiado devido a circunstâncias causadas pela organização, assumiremos toda a responsabilidade.

12 – MEDIDAS DE SEGURANÇA E ASSISTÊNCIA MÉDICA

Estará disponível desde o início e durante o decorrer de toda a prova um ou mais

veículos dos Bombeiros Voluntários de Mira para prestar a Assistência Médica eventualmente necessária aos atletas.

13 – OMISSÕES

Os casos omissos a este Regulamento, serão decididos e resolvidos pela organização.

14 – ACEITAÇÃO DAS CONDIÇÕES E RESPONSABILIDADE

A participação na BRAVE LAKE ENDURO TEAM CHALLENGE implica a aceitação das condições de participação e do presente regulamento, devendo ser lido do início ao fim. Ao efetuar a inscrição e concordar com o presente regulamento está a admitir que:

- tem noção de que numa prova deste tipo, envolvendo atividade física em geral, corrida e superação de obstáculos de maior ou menor complexidade, poderão existir alguns riscos potenciais associados ao esforço e destreza física exigidos e de que deverá tomar as medidas de prevenção necessárias para minimizar esses possíveis riscos;
- está física e psicologicamente apto a realizar esta prova;
- não existe qualquer impedimento de ordem médica ou lesão prévia que condicione a sua participação.

CONTACTOS

EMAIL: bravelakeocr@gmail.com

Facebook: <https://www.facebook.com/bravelakeocr>

Instagram: [@bravelakeocr](https://www.instagram.com/bravelakeocr)

Tel.: 969 455 532

Mira, DEZEMBRO de 2023