

# MATRIZ URBAN TRAIL

## REGULAMENTO

### 1 – Apresentação

O evento é promovido pela Junta de Freguesia da Matriz com o apoio técnico do CIAIA.

### 2– Requisitos

#### 2.1 – Idade participação

Maiores de 16 anos, feitos até ao dia anterior à data de início do evento

#### 2.2 - Condições físicas

Para participar no evento é indispensável estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida e caminhada e do desnível das mesmas e ainda de se encontrar adequadamente preparado física e mentalmente.

#### 2.3 – Equipamento Recomendado\*

- Máscara, Telemóvel operacional, Corta – vento e Reservatório Água

\*(A Junta tem disponíveis t-shirts respiráveis com o logo do trail)

### 3- Prémios / Classificação Geral

No dia 13 de março, serão anunciados os vencedores dos segmentos:

- Matriz Urban Trail:

- Seniores Masculino / Feminino;
- Veteranos Masculino / Feminino;

### 4 – Inscrições

**4.1** – Para participar no evento, todos os participantes terão de: possuir conta Ridewithgps – <https://ridewith-gps.com/> - fazendo a inscrição através do site da junta de freguesia –

<http://www.freguesiamatriz.pt/index.php/eventos/261-matriz-urban-trail-2022>



#### 4.2 – Apps

Podem utilizar o Garmin Connect ou o Strava, autorizando a sincronização com Ridewithgps para sincronizar automaticamente suas atividades na respectiva app.

**4.3** - A inscrição tem um custo de 2€ que reverte para a Liga Portuguesa Contra o Cancro

### 5 – Responsabilidades

Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito nas estradas de uso público.

O participante assume, por livre e espontânea vontade, os riscos e suas consequências decorrentes da participação no evento, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de qualquer natureza. Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de responsabilidade resultante dos atos acima descritos.

A inscrição nas provas implicará a total aceitação do presente regulamento.

### 6 – Mapa / Perfil Altimétrico

<https://ridewithgps.com/routes/38570069>

**Este evento visa promover a saúde e prática do exercício físico ao ar livre e em contacto com a natureza, a superação pessoal e a competitividade saudável. Tudo isto em segurança e para o bem de todos.**



**Matriz** Junta  
de Freguesia

☎ 292 292 100

✉ [junta@freguesiamatriz.pt](mailto:junta@freguesiamatriz.pt)

✉ [atletismoilhaazul@gmail.com](mailto:atletismoilhaazul@gmail.com)