



A prova onde todos os participantes têm a certeza que chegam ao fim!
5 JAN'2019 às 9H00

“Last Man Standing (Último Vence) - Trail” é uma corrida onde todos chegam ao fim, mas apenas um pode vencer! No início de cada volta, todos estão novamente em 1º lugar. Um evento que junta, trail, superação e convívio num desafio que cada um coloca a si mesmo.

1) Percurso

- . Percurso é circular.
- . **4km** com 130m d+.
- . Percurso em trilhos.

2) Zona de partida

- . Todos os participantes devem estar na zona de partida no início de cada volta.
- . Entre o pórtico de chegada e o pórtico de partida (+-50m) existirá a zona de descanso/apoio.

3) Partida

- . Cada volta começa com base nos tempos definidos (o tempo limite diminui a cada volta).
- . O tempo limite para a **1ª volta será de 35min**. A cada volta o tempo limite **decrece 1min**. (quantos mais kms tens nas pernas, menos tempo tens para fazer cada volta!)
- . Existe um aviso sonoro 3, 2 e 1 minuto antes de cada partida.
- . Todos os participantes **devem partir ao mesmo tempo**. Ninguém pode partir atrasado.

4) Voltas

- . Expeto idas à casa de banho, os participantes nunca podem sair do percurso até terminarem cada volta.
- . Ninguém extra prova pode andar pelo percurso (inclusivé, atletas que já terminaram).
- . Não pode haver ajuda aos participantes durante o percurso (apenas na zona de descanso/apoio).
- . Todas as voltas tem que ser **completadas dentro do tempo limite** para ser contabilizadas.
- . Atletas mais lentos devem ceder passagem aos mais rápidos nos trilhos.
- . Após cortar a meta e até ao horário de partida da próxima volta, o participante é livre de fazer o que quiser, desde que permaneça na zona de descanso/apoio.

5) Tempos

. O tempo de cada volta por atleta é **registado eletronicamente**.

6) Vencedor/Resultados

. Vence o atleta que consiga **fazer mais uma volta que todos os outros**. No caso de não haver um atleta a conseguir mais uma volta que todos os outros, o vencedor será o que tiver feito a volta anterior mais rápida. Se por exemplo na volta nº 11 só existirem 2 atletas em prova e ambos chegarem fora de tempo limite, o vencedor é aquele que tiver realizado a volta nº10 mais rápida.
. Nos resultados cada atleta saberá o numero de kms que percorreu.

7) Inscrições

. A abertura das inscrições será no dia 5 de dezembro de 2019 às 00h01.

. Limitado a 100 atletas.

. Existirá uma lista de espera após esgotarem as inscrições para o caso de haver desistências ou faltas de pagamento dentro do prazo.

Regulamento geral

• O **Last Man Standing (Último Vence) - Trail** é um evento a realizar no dia 05 de Janeiro de 2020 pelas 9h00, organizado pela Câmara Municipal de Santa Maria da Feira com o apoio da RunforFeira.

• Nesta corrida podem participar atletas inscritos em qualquer associação do país, organizações populares ou escolas.

• Site Oficial: <http://oultimovence.com/>

• Todos os interessados em participar neste evento (corrida ou caminhada) têm que fazer as inscrições através dos seguintes endereços:

• **Online:** <https://lap2go.com/pt/event/last-man-standing-2020/inscricao.html>

• **LIMITADO a 100 vagas.**

• **Preço da inscrição:** 12 euros.

Kit de participação:

T-shirt técnica de manga comprida
Saco TNT
Medalha Finisher
Cronometragem - Chip - Dorsal - Seguro

Escalões e Prémios:

| Lugar | Geral F | Geral M |
|--------------|----------------|----------------|
| 1º | Troféu | Troféu |
| 2º | Troféu | Troféu |
| 3º | Troféu | Troféu |

- A Organização tem seguro desportivo a favor de todos os participantes inscritos.
- A distribuição de dorsais e kit de participante será feita em horário e local a designar pela organização.
- O stock de t-shirts é distribuído mediante a disponibilidade. Caso se verifique ruptura de stock em algum tamanho a organização proporá ao participante um tamanho alternativo.
- Em caso de ruptura total do stock do kit de participante, a organização compromete-se a enviar à posteriori as respectivas t-shirts aos participantes.
- Apenas pessoas com 16 anos ou mais podem participar na corrida.
- Os atletas participantes devem assegurar-se que não existe qualquer contra-indicação médica para a prática da corrida ou caminhada.
- Em caso de não participação, ou desistência, não haverá direito a devoluções dos valores das inscrições.
- Na corrida compete aos fiscais de percurso, juízes de partida e de chegada e organização anotarem e desclassificarem os atletas que desrespeitarem o percurso.

- Qualquer reclamação e protesto têm que ser apresentado por escrito, juntamente com a quantia de 20 euros, a qual será devolvida se o protesto for considerado procedente.
- Haverá cronometragem electrónica por chips. O chip deverá ser colocado e não poderá ser retirado durante o decorrer da prova. Os atletas que não entreguem o seu chip no final da prova têm que efectuar o pagamento à organização no valor de 10€ (dez euros).
- Reserva-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 informa os participantes o mais atempadamente possível.
- Caso o evento seja cancelado, antecipado, adiado e alteração dos horários das provas, devido a circunstâncias alheias à vontade da Organização (como por exemplo, condições meteorológicas adversas ou alertas da Protecção Civil), a Organização não deve ser responsabilizada por qualquer inconveniente, despesas, custos, perdas ou danos sofridos pelos participantes.
- Ao participar no evento, o declarante autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional dos direitos de utilização da sua imagem à Organização da prova. Estes direitos podem ser cedidos a terceiros, desde que autorizados pela própria Organização, e incluem desde vídeos, fotografias, imagens, gravações ou qualquer outro registo deste evento.
- Todos os casos omissos neste regulamento serão apreciados pela organização.
- A Organização está disponível para o esclarecimento de dúvidas, nos seguintes contactos:
- geral@ultimovence.com/
- <http://ultimovence.com/>