



REGULAMENTO DESPORTIVO

ÉPOCA 2021/2022

1. INTRODUÇÃO

Em cada época, o apoio dado aos atletas, depende essencialmente de alguns patrocínios, de receitas realizadas em eventos organizados por nós e do apoio do Município de Abrantes através da Medida 2 - Desporto do programa Finabrantes. Este apoio entregue pelo município ao nosso clube, depende exclusivamente do número de atletas que cumprem os objetivos mínimos de participação em provas. Pelo exposto, os atletas que pretendam competir com o apoio do clube, terão que realizar o número mínimo de provas necessárias que justifiquem o apoio do Município.

2. REGULAMENTO DESPORTIVO ÉPOCA 2020/21

Para a Época 2021/22, o **COA – Clube de Orientação e Aventura** tem previsto a participação nas principais provas de **Orientação** (Pedestre, Ori-BTT, Ori-Trail Rogaine) reguladas pela FPO – Federação Portuguesa de Orientação, de **Trail Running** reguladas pela ATRP – Associação de Trail Running de Portugal inserida na FPA – Federação Portuguesa de Atletismo e de **SwimRun** reguladas pela ASRP – Associação de Swimrun de Portugal:

- Campeonato Nacional / Taça de Portugal de Orientação Pedestre;
- Campeonato Nacional / Taça de Portugal de Orientação em BTT;
- Campeonato Nacional / Taça de Portugal de Ori-Trail Rogaine;
- Campeonato Nacional / Circuito Nacional de Trail Ultra Endurance XL;
- Campeonato Nacional / Circuito Nacional de Trail Ultra Endurance;
- Campeonato Nacional / Circuito Nacional de Trail Ultra;
- Campeonato Nacional / Circuito Nacional de Trail;
- Campeonato Nacional / Circuito Nacional Trail Sprint
- Taça de Portugal da ATRP / Circuito Trail do Ribatejo;
- Circuito Nacional de Swimrun Portugal;

Todas as modalidades/secções serão coordenadas pelo Diretor Técnico, Nuno Figueiredo – 965619322 – dtecnico.coa@gmail.com.

2.1. Quotas de Sócio

A participação em provas pela equipa do COA deverá ser realizada apenas por sócios do clube. Excecionalmente um atleta que não seja sócio poderá participar numa determinada prova com a autorização prévia da Direção.

Os jovens com idade igual ou inferior a 20 anos (idade a 31 de Dezembro de 2021) estão isentos do pagamento de quotas;

As quotas dos sócios com idade superior a 20 anos (idade a 31 de Dezembro de 2021) têm o valor de **20€/ano que deverão ser liquidadas até ao final do mês de Junho de 2022;**

2.2. Escalões de Competição

Os atletas devem participar no escalão em que são filiados, de entre os escalões a que têm direito segundo os Regulamentos de Competições da FPO, ATRP e ASRP.

Com vista à obtenção de uma melhor classificação coletiva, a Direção, sob proposta do Diretor Técnico e/ou Responsável da Modalidade, pode solicitar aos atletas que participem num escalão de competição diferente daquele em que habitualmente competem.

A definição das equipas para cada modalidade será da responsabilidade do Diretor Técnico e do Responsável por cada modalidade.

Cada atleta no seu primeiro ano de participação pode inscrever-se nos escalões não competitivos como forma de adaptação à competição.

2.3. Renovação da Filiação FPO/ATRP/ASRP

Cada atleta terá a responsabilidade de verificar se para a presente época desportiva tem a sua filiação regularizada junto do Responsável da Modalidade com a antecedência mínima de 15 dias antes da sua primeira prova.

Para os atletas de Trail Running que na presente época desportiva pretendam competir com regularidade (realizar o número mínimo de provas que justifique o apoio do município), o valor da cota de associado da ATRP, será suportado pelo clube. Para as restantes modalidades o clube irá compartilhar a filiação/renovação de cada atleta com o valor de 10€.

2.4. Comparticipação nas Inscrições das Provas

O COA – Clube de Orientação e Aventura comparticipará as inscrições nas provas mediante as seguintes condições:

ORIENTAÇÃO

- Atletas com as quotas de sócio regularizadas;
- Atletas com a sua filiação regularizada, incluindo exame médico;
- Atletas que mostrem disponibilidade para participar na Organização de eventos do COA, sempre que a Direção o solicite, independentemente da modalidade;
- Atletas que participem nas provas com o equipamento do COA e que tenham uma conduta de fair-play de acordo com o historial e valores do clube;
- Qualquer prova integrada no Campeonato Nacional / Taça de Portugal da FPO para a presente época, conforme regulamento de competições em vigor;
- Solicitem a inscrição dentro do prazo (inscrição sem agravamento). Qualquer valor extra cobrado pela Organização será da responsabilidade do atleta;
- Participarem num escalão de competição/iniciação. Apenas será comparticipada a inscrição em escalões “abertos” no caso dos atletas no seu primeiro ano de participação como forma de promover a sua adaptação à competição, ou em casos de incapacidade física. A Direção do COA reserva-se ao direito de atender a casos pontuais;
- Atletas que comuniquem ao Responsável da modalidade a sua disponibilidade e interesse para a realização do número mínimo de provas até 30 de Setembro de 2022:
 - Orientação Pedestre – mínimo de 3 provas;
 - Orientação em BTT – mínimo de 3 provas;
 - Ori-Trail Rogaine – mínimo 2 provas;

TRAIL RUNNING

Para a Época 2021/2022, com a finalidade de cumprir os objetivos individuais e coletivos, cada atleta deverá optar pelo modelo competitivo (cada atleta só poderá escolher uma das opções) que melhor se adequa às suas características e disponibilidade:

- Circuito Nacional de Trail Sprint da ATRP
- Circuito Nacional de Trail da ATRP;
- Circuito Nacional de Trail Ultra Trail da ATRP;
- Circuito Nacional de Trail Ultra Endurance da ATRP;
- Circuito Nacional de Trail Ultra Endurance XL da ATRP;
- Circuito de Trail do Ribatejo (Taça de Portugal da ATRP)

Entende-se por objetivo individual o necessário para cumprir com o título “finisher” do circuito e por objetivo coletivo o necessário para a equipa pontuar no respetivo circuito. Pretende o clube pontuar por forma a poder disputar com o maior número de atletas possível os campeonatos nacionais dos circuitos ATRP.

O COA – Clube de Orientação e Aventura suportará o valor das inscrições nas provas de Trail Running aos seus atletas, desde que estes cumpram os seguintes requisitos:

- Atletas com as quotas de sócio regularizadas;
- Atletas com a quota de associado ATRP regularizada;
- Atletas que mostrem disponibilidade para participar na Organização de eventos do COA, sempre que a Direção o solicite, independentemente da modalidade;
- Atletas que participem nas provas com o equipamento do COA e que tenham uma conduta de fair-play de acordo com o historial e valores do clube;
- Solicitem a inscrição dentro do prazo (inscrição sem agravamento). Qualquer valor extra cobrado pela Organização será da responsabilidade do atleta;
- A prova em questão esteja inserida no modelo competitivo definido pelo atleta no início da época;

- Atletas que comuniquem ao Responsável da modalidade a sua disponibilidade e interesse na realização, até 30 de Setembro de 2022, do número mínimo de provas para serem “finisher” do Circuito da ATRP que escolheram. O número mínimo de provas para ser “finisher” está definido no REGULAMENTO GERAL DE COMPETIÇÕES da ATRP. Os atletas que optarem pelo Circuito de Trail do Ribatejo (Taça de Portugal da ATRP) terão que realizar um mínimo de 4 provas até 30 de Setembro de 2022, por forma a obterem uma classificação final na Taça de Portugal da ATRP. Excecionalmente, por questões pessoais / profissionais, se um atleta não conseguir participar nas 4 provas da Taça de Portugal da ATRP coincidentes com as provas do Circuito de Trail do Ribatejo, este atleta deverá participar noutra prova da Taça de Portugal da ATRP – Zona Centro para assegurar a classificação final na Taça de Portugal da ATRP;
- Cada atleta é responsável pela verificação/confirmação da sua inscrição nas diversas provas ao longo da época. Relativamente ao nome da equipa, por questões de uniformização os atletas deverão ter especial cuidado em escrever o nome da equipa da seguinte forma: COA / CORVUS TRAIL TEAM;
- Para a Época 2021/2022 a equipa de trail estará subdividida em Circuito Nacional de Trail Sprint, Trail, Trail Ultra, Trail Ultra Endurance e XL e Circuito de Trail do Ribatejo (Taça de Portugal da ATRP). Para cada uma destas áreas haverá um Responsável que irá definir o processo de inscrições dos atletas nas provas, bem como a forma de obter as faturas das inscrições junto das Organizações. Para as situações em que fique definido que são os atletas a solicitar as faturas para efeitos de justificação da participação do COA, deverão solicitar as mesmas com os seguintes dados de faturação: COA – Clube de Orientação e Aventura, NIF: 513 177 876, Centro de Associações Desportivas, Centro Coordenador de Transportes, 1º Andar, 2200-123 Abrantes;
- O COA financia o valor da 1ª fase das inscrições para as provas da Época 2021/2022 da seguinte forma:
 - Circuito Nacional de Trail e Trail Sprint da ATRP: 6 provas/atleta, até um valor máximo de 25€/prova;

- Circuito Nacional de Trail Ultra da ATRP: 4 provas/atleta, até um valor máximo de 40€/prova;
- Circuito Nacional de Trail Ultra Endurance da ATRP: 2 provas/atleta, até um valor máximo de 80€/prova;
- Circuito Nacional de Trail Ultra Endurance XL da ATRP: 2 provas/atleta, até um valor máximo de 80€/prova;
- Circuito de Trail do Ribatejo (Taça de Portugal da ATRP): 6 provas/atleta, até um valor máximo de 25€/prova;
- O COA pretende valorizar os resultados obtidos pelos atletas nos Circuitos da ATRP, e nesse sentido, serão comparticipadas também as inscrições dos atletas com ranking para disputar as provas do Campeonato Nacional da ATRP para as diversas distâncias, respeitando os máximos definidos:
 - Campeonato Nacional de Trail (máx: 25€);
 - Campeonato Nacional de Trail Ultra (máx: 40€);
 - Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance (máx: 80€);
- Se assim o entenderem, e para os atletas em que seja indiferente, solicita-se que peçam faturas com o NIF do COA de alimentação, alojamento e combustível do atleta e familiares referentes ao dia da prova, e/ou ao dia anterior e posterior. Estas faturas não substituem a fatura referente à inscrição do atleta para efeitos da comparticipação da inscrição do clube ao atleta;

SWIMRUN

O COA – Clube de Orientação e Aventura suportará o valor das inscrições nas provas de Swimrun aos seus atletas, desde que estes cumpram os seguintes requisitos:

- Atletas com as quotas de sócio regularizadas;
- Atletas com a quota de associado ASRP regularizada;
- Atletas que mostrem disponibilidade para participar na Organização de eventos do COA, sempre que a Direção o solicite, independentemente da modalidade;
- Atletas que tenham uma conduta de fair-play de acordo com o historial e valores do clube;

- Solicitem a inscrição dentro do prazo (inscrição sem agravamento). Qualquer valor extra cobrado pela Organização será da responsabilidade do atleta;
- A prova em questão esteja inserida no Circuito Nacional de Swimrun Portugal;
- Atletas que comuniquem ao Responsável da modalidade a sua disponibilidade e interesse na realização do número mínimo de provas para serem finisher do Circuito Nacional de Swimrun Portugal que escolheram até 30 de Setembro de 2022;
- Cada atleta é responsável pela verificação/confirmação da sua inscrição nas diversas provas ao longo da época;
- O COA financia o valor da 1ª fase das inscrições do número de provas necessárias para cada atleta ser finisher no Circuito Nacional de Swimrun Portugal na Época 2021/2022;
- Se assim o entenderem, e para os atletas em que seja indiferente, solicita-se que peçam faturas com o NIF do COA de alimentação, alojamento e combustível do atleta e familiares referentes ao dia da prova, e/ou ao dia anterior e posterior. Estas faturas não substituem a fatura referente à inscrição do atleta para efeitos da comparticipação da inscrição do clube ao atleta;

2.5. INSCRIÇÕES EM PROVAS QUE NÃO ESTEJAM PREVISTAS NO PRESENTE REGULAMENTO DESPORTIVO

Poderão ser patrocinadas inscrições em eventos de interesse relevante para o COA, sobre proposta dos Responsáveis pelas Modalidades ou Diretor Técnico e posterior aprovação da Direção.

Os atletas poderão inscrever-se noutras provas em que tenham interesse em participar, com o nome da equipa e usando o equipamento, sendo que as despesas inerentes serão da responsabilidade do atleta. Nestes casos, se assim o entenderem, e para os atletas em que seja indiferente, solicita-se que peçam faturas com o NIF do COA de alimentação, alojamento e combustível do atleta e familiares referentes ao dia da prova, e/ou ao dia anterior e posterior.

2.6. PROCEDIMENTO PARA A REALIZAÇÃO DAS INSCRIÇÕES NAS PROVAS

O processo de inscrições nas provas, a forma de pagamento e a obtenção das respetivas faturas junto das Organizações será definido pelo Responsável de cada Modalidade ou Secção, no entanto, é da responsabilidade do atleta confirmar atempadamente se os dados da sua inscrição estão corretos.

Todos os pagamentos extras (inscrições fora do prazo, em escalões extra competição, falta às provas depois de inscrito...) serão da responsabilidade do atleta, devendo proceder aos reembolsos ao clube pelos pagamentos extras, na semana seguinte à prova/evento.

2.7. DESLOCAÇÃO PARA AS PROVAS

O COA disponibiliza aos atletas as viaturas de acordo com a respetiva disponibilidade, incluindo a via verde das viaturas do clube, sendo o combustível a cargo dos utilizadores das viaturas.

Compete aos Responsáveis das diversas modalidades/secções a organização das deslocações para as provas e tudo o que está envolvido, desde a requisição da viatura através do e-mail actividadescoa@gmail.com, definição do condutor da carrinha do clube, os atletas a transportar, a hora e local de partida e itinerário.

No caso de as viaturas terem sido solicitadas por mais que uma equipa para a mesma data, o Diretor Técnico (Nuno Figueiredo – 965619322 – dtecnico.coa@gmail.com) tomará a decisão sobre a prioridade de utilização da viatura em função da especificidade das provas a participar.

2.8. REGRAS PARA A UTILIZAÇÃO DAS VIATURAS DO CLUBE

A utilização das viaturas do clube deve de obedecer às seguintes regras de utilização:

- O responsável pela viatura (condutor) não pode começar a viagem sem verificar a pressão dos pneus, nível do óleo, nível da água, validade dos seguros, selo do carro e respetiva inspeção. Deve ainda registar os kms no início da viagem e no final da mesma na folha de registo existente na carrinha;
- A viatura do clube circula mediante as Regras de Circulação Rodoviária. Preferencialmente e sempre que possível, o responsável pela viatura (condutor) deve coordenar com os restantes atletas a escolha de itinerário e pontos de recolha;
- Os Condutores devem minimizar os riscos no transporte de atletas (velocidade) e os custos de consumo com combustível;
- Cada utilizador da viatura é responsável por, recolher o lixo e depositá-lo em local apropriado (contentor ou balde do lixo);
- Após a realização de cada etapa, cada atleta recolhe a sua roupa e calçado de competição em saco/recipiente próprio, não sendo permitido que essa roupa e calçado sejam colocados na carrinha fora do respetivo acondicionamento;
- O responsável pela viatura será responsável pela sua limpeza, o qual poderá solicitar de entre os atletas que transporta auxílio para o efeito;
- No final da viagem deverá ser limpo o interior das viaturas, nomeadamente, varrida, tapetes sacudidos, bancos limpos e lixo recolhido;
- No final de cada viagem as viaturas deverão ficar atestadas de combustível;
- As viaturas do clube possuem via verde, no entanto, em todas as deslocações o responsável pela viatura (Condutor) deverá escolher o melhor itinerário do ponto de vista custo/benefício para o clube.

2.9. EQUIPAMENTOS COA

- Os equipamentos do COA destinam-se ao uso exclusivo para a representação do clube;
- O COA cede a utilização de um equipamento a cada atleta a título gratuito aos Jovens e a 50% aos restantes atletas, desde que sejam sócios, tenham as quotas em dia e estejam inscritos na FPO/ATRP com a renovação em situação regular. As exceções deverão ser colocadas à consideração da Direção;
- A utilização do equipamento do COA será de uso obrigatório nas competições oficiais em que o atleta participe em representação do clube;
- Não deverão os atletas do COA participar em representação de outros clubes nas mesmas modalidades onde participam pelo COA;
- Apenas a título excecional em que o equipamento atual não esteja em condições de ser utilizado (sujo, rasgado ou molhado), o atleta poderá usar um equipamento desatualizado. A utilização de outro equipamento pelo atleta fica dependente de autorização da Direção;
- Caso o atleta deixe de representar o COA terá que devolver o equipamento ao clube, independentemente do seu estado de conservação (atletas Jovens);
- Toda e qualquer publicidade só poderão ser colocadas no equipamento do COA, após obtida da Direção a competente autorização.

2.10. SPORTIDENT CARDS

Os SICards adquiridos pelo COA são propriedade do clube, podendo ser utilizados gratuitamente pelos atletas do COA (sócios com quotas, renovação FPO e exame médico em dia) com as seguintes condições:

- Sejam atletas federados ou participantes nos escalões jovens em que haja utilização de SICards;
- Sejam atletas federados dos restantes escalões que tenham, na época anterior, participado regularmente na organização das provas do COA. A decisão de atribuição da faculdade de utilização dos SICards neste caso será decidida, caso a caso, pela Direção do COA;
- Caso o atleta deixe de representar o COA ou deixe de participar regularmente em provas, deverá devolver o SICard ao clube;
- Se um atleta perder/danificar um SICard do COA terá de reembolsar o Clube no custo do mesmo no valor de 30 €.

2.11. APOIO DO CLUBE AOS SÓCIOS / ATLETAS

- Apoio nos equipamentos oficiais (grátis aos jovens; comparticipação de 50% aos restantes);
- Apoio nas inscrições nas provas previstas no presente regulamento. Cada atleta poderá beneficiar cumulativamente do apoio do clube nas diferentes modalidades (Orientação, Trail Running e Swimrun);
- Apoio no transporte com as viaturas do clube, incluindo o pagamento de Via Verde;
- Atribuição de prémios aos atletas que mais se destacarem ao longo da época;

2.12. APOIO NA ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS

A organização de Eventos do COA é a sua principal fonte de receitas, sendo assim fundamental para a manutenção e desenvolvimento das atividades do clube e para a continuidade do apoio que é dado aos seus atletas.

Os associados e, particularmente, os atletas que beneficiam de apoio por parte do clube, nas diversas formas previstas neste Regulamento, devem estar disponíveis para colaborar na organização dos Eventos realizados pelo COA, sempre que a Direção lhes solicite esse apoio.

2.13. COMPORTAMENTO CÍVICO

A integração no COA exige de todos os seus atletas um exemplar comportamento cívico e desportivo de forma a não colocar em questão a imagem do clube que representa, nomeadamente:

- Respeito pela natureza e pelos outros atletas;
- Cumprimento escrupuloso dos regulamentos das provas;
- Aceitação das decisões tomadas por organizadores, árbitros, dirigentes. Posteriormente, em tempo, local e modo próprio, poder-se-á manifestar opinião a quem de direito. Contudo qualquer protesto só poderá ser apresentado com anuência da Direção do Clube;
- Respeito pelo repouso das outras pessoas que também estejam alojadas no espaço disponibilizado pelas organizações das provas (“solo duro” ou campismo);
- Manutenção dos equipamentos e viatura do clube em bom estado de limpeza e conservação;
- Colaboração com a Direção do clube em todas as suas decisões tomadas em prol da atividade do clube;
- Participação em todas as competições com fair-play, pelo que nenhum resultado desportivo individual ou coletivo está acima da verdade desportiva. Esta é a imagem que o clube tem atualmente e que pretende preservar, pelo que qualquer infração será punida severamente pela Direção.

2.14. RESPONSÁVEIS PELAS MODALIDADES / SECÇÕES DESPORTIVAS

Todas as modalidades/secções são coordenadas pelo Diretor Técnico, Nuno Figueiredo – 965619322 – dtecnico.coa@gmail.com.

A Secção de Orientação será coordenada por José Luís Oliveira – 962635961 – sec.ori.coa@gmail.com. Com o objetivo de centrar a informação, toda e qualquer comunicação com a FPO, deverá ser realizada por José Luís Oliveira.

- **Oripedestre** – Nuno Evangelista – 969357237 – oriped.coa@gmail.com
- **OriBTT** – Jorge Elias – 962901716 – oribtco@gmail.com
- **Ori-Trail Rogaine** – Cláudio Silva – 933830311 – rogaine.coa@gmail.com
- **Circuito Nacional de Trail Ultra Endurance e XL da ATRP** – Nuno Gaspar – 960009095 – coaendurance@gmail.com
- **Circuito Nacional de Trail Ultra da ATRP** – Miguel Serra – 961158928 – coaultra@gmail.com
- **Circuito Nacional de Trail e Trail Sprint da ATRP** – Nuno Figueiredo – 965619322 – dtecnico.coa@gmail.com
- **Circuito de Trail do Ribatejo (Taça de Portugal da ATRP)** – Alexandra Simão – 917152283 – coactr@gmail.com
- **Swimrun** – Susana Pires – 929185906 – coaswimrun@gmail.com