



HELL160 - SHADOWS AND DUST 2.0

Regulamento Oficial da Prova – 2027

A do Pinto-Serpa | 9, 10 e 11 de julho de 2027

Associação Desportiva e Cultural HELL160

1. Organização

O *HELL160 - Shadows and Dust 2.0* é um evento desportivo e cultural organizado pela Associação Desportiva e Cultural Hell160, em parceria com a Câmara Municipal de Serpa, as Juntas de freguesia de Vila Nova de São Bento e Vale de Vargo, Pias e Vila Verde de Ficalho nos dias 9, 10 e 11 de julho de 2027. O Evento estará integrado e homologado pela International Trail Running Association (ITRA). Pretende-se que este evento, de cariz desportivo e cultural, seja uma homenagem às gentes do Alentejo, a todos aqueles que se queiram desafiar e ao atleta de ultrarresistência, sob o mote “Esta Mui Nobre Gente Que Resiste”.

2. Prova e esclarecimento sobre a mesma

- **HELL160** – a mesma distância (100 + 60), mas diferentes modalidades de participação:
 - **Solo**
 - **Duplas**
 - **Equipas de 5** (os atletas seguem sempre juntos – com um máximo de um minuto de distância entre eles; para serem finalistas têm de terminar, pelo menos, 3 atletas juntos)
 - **Estafetas de 2 ou 4 elementos**
 - **Hand Bike** (com algumas adaptações na zona mais técnica do percurso)
 - pode ter um acompanhante como apoio, que terá de ter, obrigatoriamente, idade igual ou superior a 18 anos.
 - **Categoria HELL Warriors:** PSP, GNR, FORÇAS ARMADAS, POLÍCIA MARÍTIMA, BOMBEIROS.
 - **HELL Kids** (cada volta terá aproximadamente 820 metros):
 - 1 Volta: Sub10 e Sub12: 6 a 11 anos;
 - 2 Voltas: Sub14 e Sub16: 12 a 15 anos.

LEITURA MUITO IMPORTANTE

No *HELL160 - Shadows and Dust 2.0*, TODOS os atletas (no caso das estafetas, apenas a primeira estafeta) partem à mesma hora (00h00 de sábado, dia 10 de julho) e TODOS poderão percorrer a distância de 160 quilómetros, mediante o cumprimento de algumas regras. Recomendamos, por isso, a leitura atenta da descrição abaixo apresentada.

Todos os atletas (incluindo equipas de 5 – mínimo de 3 elementos - e estafetas de 2 ou de 4 elementos) que pretendam completar os 160 quilómetros terão de terminar os primeiros 100 quilómetros (aproximadamente), até às 20h54 (pôr do sol), que coincide com a passagem no Portal, em A do Pinto. Só assim poderão continuar em prova e terão até às 10h00 de domingo, dia 11 de julho, para terminar o desafio que lhes permitirá receber o título de “Moiral”. No caso dos atletas que não cheguem ao Portal até às 20h54, poderão continuar em prova para terminarem os 100 quilómetros até à 00h00 de domingo (24 horas de tempo limite) e receber o título de “Ceifeiro”.

Para a participação em estafetas (de 2 e de 4 elementos): se o último atleta da estafeta chegar ao Portal até às 20h54 de sábado, poderão continuar em prova para terminar os 160 quilómetros, caso desejem. Nesta situação, os 60 quilómetros remanescentes deverão ser percorridos por TODOS os elementos da equipa de estafetas e terão até às 10h00 de domingo para terminar o desafio.

3. Condições de Participação

Cada atleta deverá estar preparado física e psicologicamente para esta prova. Os participantes deverão ter consciência de que poderão ter de enfrentar condições meteorológicas adversas e desafiantes, principalmente temperaturas elevadas, pelo que será fundamental que cumpram todas as recomendações da organização. Para além das dificuldades relacionadas com o calor, também poderão surgir outras como privação de sono, desorientação, indisposições,

problemas gastrointestinais, câibras, bolhas nos pés, assaduras, entre outras, para as quais se recomenda que os atletas estejam preparados para conseguir gerir da melhor forma possível.

- Para além de todos os pontos de preparação referidos, é ainda obrigatório que os atletas entreguem o **certificado médico disponibilizado pela organização** na página de inscrições, que ateste a sua robustez física para participação na prova, bem como o **termo de responsabilidade**. Ambos os documentos deverão ser **submetidos** na plataforma www.hell160.com para formalizar a inscrição, no máximo até dia 1 de julho. Os anexos não poderão ser entregues aquando do levantamento do dorsal.
- Não serão admitidas participações de atletas que não entreguem os documentos disponibilizados pela organização, independentemente de serem, ou não, federados.
- No caso da prova Hell Kids, o termo de responsabilidade assinado pelo representante legal dos atletas menores também terá de ser submetido na plataforma www.hell160.com.

4. Inscrições

- As inscrições serão feitas online, através da plataforma oficial da prova www.hell160.com, não sendo necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização.
- O período de inscrições termina de acordo com o prazo indicado, dia 21 de junho de 2027.
- A inscrição fica regularizada após liquidação do pagamento, até ao prazo limite, e entrega dos documentos exigidos (**certificado médico e termo de responsabilidade**). Todas as inscrições sem confirmação de pagamento e sem entrega de documentos, até ao prazo limite, serão canceladas.

- Para todas as modalidades de participação, incluindo Hell Kids, as inscrições são pessoais e intransmissíveis. A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de seguro.
- Está vedada a participação em qualquer das provas a menores de 18 anos de idade, exceto no desafio *Hell Kids*.
- **Hell Kids** - podem participar crianças dos 6 aos 15 anos (para efeitos de classificação, será contabilizada a idade dos menores a 30 de setembro de 2027). A inscrição fica regularizada após liquidação do pagamento, até ao prazo limite, e entrega dos documentos exigidos (**termo de responsabilidade assinado por quem exerce as responsabilidades parentais**). Todas as inscrições sem confirmação de pagamento e sem entrega de documentos, até ao prazo limite, serão canceladas.

5. Valores de inscrição (por fases)

Prova \ Fase	Early Bird	1ª fase	2ª fase	3ª fase
	48 horas	(1/11/2026 – 31/12/2026)	(1/01/2027 – 31/05/2027)	(1/06/2027 – 21/06/2027)
Hell160 (a SOLO)	100 €	120 €	140 €	165€
Hell160 – duplas (valores por equipa)	200 €	240 €	280 €	330 €
Hell160 - estafetas de 2 (valores por equipa)	110 €	130 €	155 €	180 €
Hell160 - estafetas de 4 (valores por equipa)	150 €	165 €	200 €	240 €
Hell160 – equipa de 5 (valores por equipa)	500€	550 €	650 €	750 €
Hell160 – Hell Warriors (a solo)	100 €	120 €	140 €	165 €

Hell160 – cadeira de rodas	100 €	120 €	140 €	165€
Hell Kids – Sub 10 e Sub 12 – 1 volta - (6 aos 11 anos)	2 €	2 €	3 €	4 €
Hell Kids – Sub 14 e Sub16 – 2 voltas (12 aos 15 anos)	4 €	4 €	5 €	6 €

6. Vagas disponíveis

Prova	Vagas disponíveis/por atleta
Hell160 (a SOLO)	150
Hell160 – duplas	50
Hell160 - estafetas de 2	20
Hell160 - estafetas de 4	80
Hell160 – MILITAR (a SOLO)	150
Hell160 – equipa de 5	50
Hell160 – Hand Bike	20
Hell Kids – Sub10 e Sub12 - 1 volta (6 aos 11 anos)	30
Hell Kids – Sub14 e Sub 16 – 2 Voltas (12 aos 15 anos)	20

7. Devolução do Valor da Inscrição

Não haverá direito a devoluções do valor da inscrição, exceto se a prova for cancelada por motivos imputáveis à organização.

8. O que está incluído na inscrição?

- Dorsal e chip;
- Localizador *GPS*;
- *Kit* do atleta com t-shirt alusiva ao evento e produtos angariados junto de patrocinadores;
- Abastecimentos durante a prova, com sólidos e líquidos, bem como refeição completa nas Bases de Vida (em data mais próxima do evento, os participantes receberão o Guia do Atleta, onde constará o que poderão encontrar em cada abastecimento);
- Seguro desportivo obrigatório;
- Transporte de saco com itens pessoais para a Base de Vida;
- Troféu de finalista (para todos os que concluírem a prova dentro do tempo limite);
- Refeições: *Pasta Party* (jantar de sexta-feira) e almoço de confraternização, no domingo;
- Assistência médica durante a prova;
- Banhos: durante e após a prova;
- Massagem desportiva durante a prova;
- Transporte até à zona da meta, em caso de desistência.
- Atletas finalistas da distância de 160 quilómetros: atribuição do título de “Moiral”, com inscrição do nome no “Muro dos Lendários”, em A do Pinto.
- Atletas que terminam a sua participação no portal dos 100 quilómetros, em A do Pinto: atribuição do título de “Ceifeiro”.

9. **Percurso / Distância / Altimetria / Navegação GPS / Tempo limite**

O Hell160 apresenta uma distância total de, aproximadamente, 160 quilómetros (2150 m D+; 2150 m D-).

O percurso HELL160 (100 + 60) é circular, com partida e chegada em A do Pinto, acompanhando a GR15, a GR15.2, caminhos da margem esquerda do Guadiana, uns públicos, outros privados, cuja passagem foi devidamente autorizada pelos seus proprietários. Na grande generalidade, o percurso será percorrido em estradões, alguns segmentos alcatroados dentro das localidades e em troços de ligação, e alguns trilhos em zonas de montado. O percurso definitivo e oficial será divulgado a todos os atletas, em GPX e mapa, após validação técnica, para que tenham tempo de proceder à sua análise e interpretação.

Os percursos ainda estão a ser aperfeiçoados, pelo que poderão vir a ser efetuadas pequenas alterações nos mesmos. Em data próxima do evento, enviaremos a todos os participantes o ficheiro GPX com o percurso definitivo, a localização exata dos abastecimentos e o Guia do Atleta, cuja leitura será, também, obrigatória, sobrepondo-se esse documento ao presente Regulamento. O percurso deverá ser percorrido em autonomia total, com OBRIGATORIEDADE de uso de relógio, GPS ou outro sistema de navegação que permita seguir o percurso em GPX. Os atletas terão, também, as marcas oficiais da GR15 e GR15.2, sendo que em alguns troços de maior dificuldade existirão fitas, barras luminosas e placas sinalizadoras, sempre que a organização considerar importante para zelar pela segurança de todos os atletas. Todos os participantes devem acatar as indicações da organização, sob pena de desclassificação, caso não o façam. Nas zonas de travessia de estradas, pedimos aos atletas de tenham o cuidado de prestar atenção ao trânsito antes de atravessar.

Como vai funcionar esta edição em termos de distâncias e tempo limite?

Nesta 2.^a edição, todos os atletas terão a oportunidade de viver as emoções do Hell160 na íntegra, lado a lado, desde o Ritual da Pedra onde todos terão o primeiro contacto com a comunidade. A partida será pela meia-noite de sábado, todos juntos com as emoções à flor da pele e todos poderão percorrer os 160

quilómetros, se assim desejarem e se cumprirem as regras definidas. Em A do Pinto estará montado um “portal”. Todos os atletas (a solo, em duplas, em equipa de 5 elementos, categoria militar, cadeira de rodas) que pretendam completar os 160 km, deverão chegar ao portal até ao pôr do sol de sábado, que ocorrerá às 20h54, pois o portal marcará os primeiros 100 km (aproximadamente). Depois terão mais 60 km (aproximadamente), que deverão ser completados até às 10h00 de domingo. Os atletas que finalizarem os 160 km serão premiados com o título de “Moiral”.

Assim, o tempo limite para fazer os 160 km é de 34 horas, mas têm a barreira horária, às 20h54 de sábado, em A do Pinto, para os primeiros 100 quilómetros.

E quem não chegar ao portal, em A do Pinto, até às 20h54 de sábado?

Todos os atletas que não conseguirem chegar ao Portal até às 20h54, cheguem depois dessa hora e até à meia-noite serão finalistas na distância de 100 quilómetros e serão premiados com o título de “Ceifeiro”.

O que acontece se um atleta tenta fazer os 60 km depois do Portal, mas não consegue completar dentro do tempo limite ou tem de desistir nessa parte dos 60 km?

Nesta situação, os atletas ficarão com o título de “Ceifeiro” por terem conseguido conquistar os 100 km. Na prática, existirá uma classificação intermédia para quem conseguir chegar aos 100km antes do pôr do sol tendo seguido para os 160km, mas não logrando chegar ao fim; e para quem chegou aos 100km dentro das 24h, mas não seguiu para os 160 km.

Exemplo 1: o Atleta A chegou aos 100 km com 15 horas, em 1.º lugar, e seguiu para os 160km tendo terminado os 160 km em 26 horas, em 1.º lugar. O Atleta

B chegou aos 100 km em 2.º lugar, em 16 horas, e ficou naquele local. O Atleta A é o Vencedor dos 160 Km e o Atleta B será considerado vencedor dos 100km.

Exemplo 2: o Atleta A chegou aos 100 km em 15 horas, em 1.º lugar, e seguiu para os 160km, mas desiste aos 130 km. O Atleta B chegou aos 100 km em 2.º lugar, com 16 horas, e ficou naquele local. O Atleta A é considerado o vencedor dos 100 Km e o Atleta B é o 2.º classificado dos 100 km.

Exemplo 3: o Atleta A chegou aos 100 km em 15 horas, em 1.º lugar, e seguiu para os 160 km, tendo terminado em 28 horas. O Atleta B chegou aos 100 km em 2.º lugar, em 16 horas, e seguiu para os 160 km, tendo sido o primeiro a chegar em 27 horas. O Atleta B é considerado o Vencedor dos 160 Km e o atleta A o segundo classificado nos 160 Km.

Exemplo 4*: o Atleta A chegou aos 100 km, em 25 horas, é considerado DSQ (Desclassificado, neste caso devido a barreira horária); o Atleta B desistiu aos 75 km, por isso é considerado DNF (Não terminou).

***NOTA:** as siglas usadas – DSQ e DNF - remetem para a língua inglesa, em que DSQ é usada para atletas que são desclassificados devido a barreira horária ou outro motivo; e DNF para atletas que não concluem a prova devido a vários impedimentos.

Todos os atletas que conseguirem classificação e ordenação nos 160 km não serão incluídos na classificação dos 100 km.

Como funciona o desafio para os atletas que estejam a participar em estafetas de 2 ou de 4 elementos?

No caso das estafetas, tanto de 2 como de 4 elementos, o atleta responsável pela primeira estafeta parte à meia noite com os restantes atletas a participar no evento.

Também nas estafetas, é possível seguir para o percurso de 160 km. Contudo, para tal, os primeiros 100 km têm de estar terminados até às 20h54 de sábado. Após a passagem do portal dos 100 km, em A do Pinto, para poderem perfazer os 60 km finais, todos os membros da equipa têm de seguir juntos até ao fim.

Como funciona o desafio para o atleta que esteja a participar em cadeira de rodas?

O percurso será igual, embora existam algumas adaptações nas zonas mais técnicas, sendo o percurso orientado para o atleta seguir por uma zona menos técnica. O atleta em cadeira de rodas pode ter um acompanhante a dar apoio. Esse acompanhante não compete, mas receberá um dorsal com a devida identificação como acompanhante.

Ao atleta em cadeira de rodas será atribuído o título de “Ceifeiro” quando chegar ao portal dos 100 km. Caso deseje, pode continuar a prova para terminar os 160 km, desde que chegue ao portal até às 20h54 de sábado.

10. Percursos para as estafetas de 2 e de 4 – Pontos de transição*

➤ Estafeta de 2

- Primeiro Percurso - A-do-pinto (Partida) → Vila Verde de Ficalho
- Segundo Percurso- Vila Verde de Ficalho → A do Pinto (Meta)

➤ Estafeta de 4

- Primeiro Percurso – A do Pinto (Partida) → Monte Lagarto
- Segundo Percurso - Monte Lagarto → Vila Verde de Ficalho

- Terceiro Percurso – Vila Verde de Ficalho → Pias
- Quarto Percurso - Pias → A do Pinto (Meta)

***Nota: As deslocações dos membros da equipa para os postos de transição são da responsabilidade dos mesmos, bem como a hora a que o fazem. O tempo final será contabilizado desde a partida do primeiro elemento até à chegada do último. As transições serão validadas por um elemento da organização.**

11. Abastecimentos e Bases de Vida (poderão sofrer ajustes, dependendo de pequenas alterações no percurso)

Os atletas terão ao seu dispor abastecimentos, pontos de água e duas Bases de Vida (em Vila Verde de Ficalho e em A do Pinto).

Ponto de Apoio (Água / PA (abastecimento) / BV (Base de Vida)	Denominação	Km	Tipo	Localização
Água	Água 1	13.02	Água	Cruzeiro
PA	PA 1	20.90	S e L	Monte Lagarto
Água	Água 2	28.90	Água	EM522
PA / BV	PA 2 (BV)	43.65	BV	Ficalho
Água	Água 3	51.61	Água	ER385
PA	PA 3	60.23	S e L	Monte Teresa
PA	PA 4	67.42	S e L	Vale de Vargo
PA	PA5	76.04	S; L; WC	Pias

Água	Água 4	84.44	Água	Monte da Ponte
PA	PA 6	89.81	S e L	Monte Alto 2
Meta e Base de Vida		97.8	BV	A do Pinto
Água	Água 5	106.55	L	Monte
PA	PA 7	116.15	S e L WC	Vales Mortos
Água	Água 6	125.38	L	Topo
PA	PA 8	131.25	S e L WC	Santa Iria
PA	PA 9	141.02	S e L WC	Serpa
Água	Água 7	146.80	L	Atalaia da Torre
PA	PA 10	154.53	S e L	Barragem da Lage
Meta		163.84	S e L	A do Pinto

Legenda: Água – ponto de água (apenas água) garantido pela organização; S - Sólidos, L- Líquidos, WC - Casa de Banho; BV - Base de Vida (para onde são enviados os sacos dos atletas).

12. Saco para a Base de Vida

- Nos primeiros 100 km, o abastecimento de Vila Verde de Ficalho será uma Base de Vida, para a qual os atletas poderão enviar um saco.
- A zona da meta em A do Pinto será considerada Base de Vida para todos os atletas que pretendam, e consigam, seguir para os 60 km finais e completar os 160 km.

No momento em que os atletas levantam o seu dorsal, ser-lhes-ão entregues dois autocolantes (Base de Vida de Ficalho e Base de Vida em A do Pinto) que deverão ser colados nos sacos entregues para as Bases de Vida, caso os pretendam entregar. Estes sacos deverão ser entregues no secretariado. Os atletas deverão ter em consideração que a organização não se responsabiliza por materiais frágeis que possam ser colocados nos sacos das Bases de Vida e deverão acomodar devidamente pacotes de géis, ou outros líquidos que podem rebentar no transporte e sujar todos os outros itens que se encontrarem nos sacos.

13. Acesso aos Abastecimentos/Base de Vida e Ajuda Externa

O acesso aos abastecimentos e às bases de vida é vedado a pessoas alheias à organização do evento e às equipas de apoios. Será permitida a ajuda de pessoas alheias à organização, desde que devidamente identificadas como equipa de apoio ao atleta (máximo de 2 pessoas por atleta), na Base de Vida. A equipa de apoio do atleta só pode prestar qualquer auxílio nas Bases de Vida e nos abastecimentos (dentro do PA / Base de Vida, até 200 metros antes e 200 metros depois), mas não ao longo do percurso. Não é permitido carregar material dos atletas até ao Abastecimento ou Base de Vida, ou até à meta, sob pena de desclassificação do atleta. Cada participante deve indicar a sua equipa de apoio no momento do levantamento do kit de atleta.

Todos os atletas que sigam para os 160 km podem ser acompanhados por 2 elementos da sua equipa de apoio, desde o último abastecimento até à Meta. Em momento algum podem estes elementos carregar qualquer material do atleta.

14. Obrigatoriedade de Colocação do Dorsal visível

O dorsal é pessoal e intransmissível, devendo estar sempre bem visível por questões de segurança, sendo o participante responsável pela sua integridade até ao final da prova. No dorsal encontrarão impressos os números de telefone

que deverão ser utilizados em caso de emergência. Recomendamos que estes números sejam gravados no telemóvel antes do início da prova.

15. Material Obrigatório e Material Recomendado

➤ Material Obrigatório

- Mochila/cinturão de hidratação (mínimo de 2 litros)
- Copo reutilizável
- Frontal + pilhas ou bateria extra (do início ao fim da prova)
- Luz traseira
- Manta térmica
- Apito
- Telemóvel carregado
- Dorsal visível
- Relógio ou outro sistema de navegação *GPS*

➤ Material Recomendado

- Mais 0,5 litro de água
- Boné/chapéu ou *buff*
- Protetor solar
- Gel ou creme antifricção para prevenir assaduras
- Reserva alimentar sólida (500 calorias)
- Dinheiro (para o caso de haver algum café aberto durante a passagem nas localidades)
- Roupa adaptada ao calor extremo (exemplos: manga comprida; manguitos; roupa clara; meias e sapatilhas de cor clara)
- Óculos de sol
- Carregador para o telemóvel e para o relógio
- *PowerBank*
- Medicamentos para situações SOS que os atletas saibam como solucionar (dores, desidratação, diarreia, câibras, bolhas, etc.)

***Nota:** Antes da partida e durante o percurso será realizado controlo do material obrigatório. Qualquer falha de um dos itens de material obrigatório implica o abandono imediato da prova e consequente desclassificação. No caso das equipas (estafetas e equipa de 5 elementos), o não cumprimento deste ponto por parte de um dos atletas que compõe a mesma, dado o espírito e objetivo desta prova, implica a desclassificação de toda a equipa.

16. Metodologia de Controlo de Tempos

O controlo de tempos e as classificações serão assegurados por uma equipa de cronometragem, sendo os mesmos afixados no site do evento (www.hell160.com), bem como na plataforma da mesma durante o evento e após o término do mesmo. O controlo dos percursos, bem como acompanhamento dos atletas, por parte da organização e espectadores será efetuado através de localizadores e link fornecido pela organização em momento mais próximo do evento. O localizador será entregue pela organização, antes do início da prova, e deverá ser colocado na mochila no ponto mais alto possível para que o sinal não deixe de ser detetável. Existirão, também, diversos pontos de controlo durante o percurso.

17. Segurança e casos de emergência

- A organização terá voluntários no terreno, equipas médicas e de socorro, em articulação com bombeiros e elementos da Proteção Civil.
- É obrigatório prestar auxílio a atletas em perigo e reportar emergências. O não cumprimento desta regra implica desclassificação imediata do atleta que ignore a necessidade de prestar auxílio a outro atleta.
- No caso de um participante considerar necessário receber assistência médica, deve proceder do seguinte modo:
 - Solicitar assistência aos membros da organização que encontrar;

OU

- Parar no local, telefonar para o número de telemóvel da organização (disponível no dorsal) e expor a sua situação para que seja decidida a melhor forma de agir.

18. Prémios *

(*Nota - Não serão atribuídos prémios por escalões etários)

- Todos os finalistas receberão um troféu simbólico.
- Finalistas dos 160 km (solo, duplas, equipas de 5, militar e handbike) - Título de “Moiral”, troféu simbólico, troféu oficial, caso obtenha um lugar no pódio absoluto (M/F), e inscrição do seu nome no “Muro dos Lendários”.
- Existirão igualmente pódios absolutos (M/F) para a chegada ao Portal, em A do Pinto: todos os atletas que atravessarem o Portal dentro do tempo limite (até às 20h54 para quem quer seguir para os 160 km ou até à meia noite para quem não pretenda fazer mais do que 100 km). Excluem-se desta classificação os atletas que, chegando ao Portal dentro da hora estabelecida, seguirem para os 160 km e forem considerados finalistas da distância de 160 km.
- Atletas mencionados no ponto anterior - que cheguem ao portal dentro dos tempos regulamentares, mas não tenham chegado à meta dos 160 km - recebem o título de “Ceifeiro”, um troféu simbólico e troféu oficial, caso obtenham um lugar no pódio absoluto (M/F).
- Nas categorias de estafetas aplica-se o mesmo procedimento, sendo finalistas nos 160 km as equipas que tendo completado o percurso de 100 km dentro do tempo limite e que tenham seguido para os 160 km todos juntos (2 ou 4 elementos, conforme a estafeta) e completado esse percurso.

Nota: quem receber o título de “Moiral” **não** receberá, cumulativamente, o título de “Ceifeiro”.

19. Penalizações e Desclassificações

- O não cumprimento das regras mencionadas neste regulamento poderá levar à penalização dos participantes e, em casos limite, à sua desclassificação ou impedimento de inscrição em eventos futuros promovidos pela Associação Desportiva e Cultural Hell160.
- Em caso de atribuição de uma penalização, esta será decidida pela equipa técnica responsável pela prova, após audição do atleta, e em função da gravidade da infração, podendo o atleta ser obrigado a uma paragem que pode ir de trinta minutos até uma hora.
- Em casos limite, a desclassificação poderá ocorrer perante falta de material obrigatório; atalhos no percurso; aceitação de ajuda externa fora dos abastecimentos/bases de vida; deixar lixo no percurso; não terminar a prova dentro do tempo limite imposto; extravio do localizador; desrespeito pelas regras impostas para a participação na modalidade em que cada atleta se inscreveu; abandono da prova sem comunicação; atitude antidesportiva, com recurso a ofensas físicas e/ou verbais; na participação Hell160 Equipas, Duplas e estafetas - caso sigam para além do portal, todos os membros da equipa devem seguir juntos (máximo de 1 minuto entre o primeiro o último a passar o ponto de controlo); na participação em Hell160-Equipas de 5, estará sujeita a desclassificação a equipa em que não terminem, pelo menos, 3 dos seus elementos.
- **Os atletas que não obtiverem classificação por não terminarem dentro do tempo limite terão a designação de DNF devido a barreira horária ou**

20. Compromisso Ambiental

O *Trail Running* é um desporto de contacto com a natureza, pelo que as pegadas dos atletas deverão ser o único vestígio da sua passagem pelos trilhos. Todos os participantes devem proteger a fauna e a flora, deixando o meio ambiente tal como o encontraram, sendo responsáveis pelo transporte do seu “lixo” durante a prova, depositando-o nos locais de abastecimento ou na zona da meta. No caso dos atletas fumadores, pede-se que o façam apenas junto a abastecimentos e/ou Base de Vida, visto que a prova decorre numa altura do ano em que é decretado risco máximo de incêndio.

O não cumprimento deste ponto leva à desclassificação do atleta e/ou da respetiva equipa.

21. Seguro Desportivo

TODOS os participantes terão Seguro Desportivo, de acordo com a lei em vigor. As condições da apólice do seguro de acidentes pessoais são as do seguro desportivo obrigatório e aplicáveis a todos os participantes, federados ou não. No caso dos atletas a participar na modalidade *Hand Bike*, o elemento de apoio estará abrangido pelo mesmo seguro, pelo facto de fazer o percurso todo com o atleta. No caso dos membros das equipas de apoio que façam os quilómetros finais com o seu atleta, não haverá direito a seguro desportivo.

22. Direitos de Imagem

Quando os participantes se inscrevem, renunciam aos direitos de imagem durante todos os atos do evento, nomeadamente às provas e às cerimónias protocolares. Apenas a organização pode transmitir esse direito de imagem a

outros, tais como órgãos de comunicação social. Durante o evento, existirão fotógrafos para registar e eternizar vários momentos do evento.

23. Localizador GPS

Antes da partida, todos os atletas – exceto no Hell Kids - receberão um dispositivo localizador que deverá ser colocado na mochila de hidratação. Este dispositivo permitirá saber, sempre, onde se encontram os atletas e garantir o seu acompanhamento em tempo real.

No caso de extravio ou danificação do *GPS*, o atleta, ou a equipa, terá de indemnizar a organização na quantia de 50 euros.

24. Programa Oficial (Provisório)

➤ Quinta-feira, 8 de julho de 2027

- 15h00-19h00→ Secretariado/dorsais (Pavilhão Polivalente de A do Pinto) ([37.917759](#), [-7.480499](#))

➤ Sexta-feira, 9 de julho de 2027

- 10h00-20h00→ Secretariado/dorsais (Pavilhão Polivalente de A do Pinto) ([37.917759](#), [-7.480499](#))
- 18h30 → Prólogo da Hell Bikes
- 19h00-21h00 → Jantar: Pasta Party (Pavilhão Polivalente de A do Pinto)
- 20h00-21h00 → Hell Kids
- 21h → Cerimónia de abertura
- 22h10 → Continuação do Festival Gastronómico e Cultural (Pavilhão Polivalente de A do Pinto)
- 22h30 → Início do Ritual da Pedra
- 23h30 → Controlo de material obrigatório - HELL160

➤ **Sábado, 10 de julho de 2027**

- 00h00→ Partida HELL160 (Pavilhão Polivalente de A do Pinto)
- 20h54→ Hora limite para chegada ao Portal dos 100 km, em A do Pinto, para os atletas que pretendam continuar a prova até aos 160 km.

➤ **Domingo, 11 julho de 2027**

- 00h00→ Chegada dos últimos atletas dos 100 km (Pavilhão Polivalente de A do Pinto)
- 10h00 → Chegada dos últimos atletas HELL160 (Hora Limite)
- 12h00 → Almoço convívio, aberto a toda a população, no Pavilhão Polivalente de A do Pinto ([37.917759](tel:37.917759), [-7.480499](tel:-7.480499))
- 14h00→ Entrega de prémios e encerramento do evento

Nota: O programa poderá sofrer ajustes até à data do evento.

25. Notas e Alterações

A organização reserva-se o direito de realizar as alterações que considere necessárias, dependendo das diferentes condições encontradas no dia do evento, assim como de suspender a prova se as condições não permitirem o decorrer da mesma em segurança.

26. Considerações Finais

Casos omissos ao presente regulamento, notas e alterações serão da responsabilidade da organização, sendo as mesmas devidamente comunicadas nas páginas oficiais do evento no site www.hell160.com, nas páginas das redes sociais *Facebook* e *Instagram* ou através de *email*.

HELL160 – Shadows and Dust 2.0

Data: 9, 10 e 11 de julho de 2027

Certificado Médico de Aptidão Desportiva

Eu, Dr.(a) _____, n.º cédula profissional _____, declaro, para os devidos efeitos, que o(a) atleta abaixo indicado (a) foi por mim observado(a) e se encontra clinicamente apto(a) para a prática de corrida de resistência e ultramaratona, podendo participar no evento HELL160 – Shadows and Dust, que decorrerá nos dias 9, 10 e 11 de julho de 2027.

Identificação do atleta:

Nome Completo do Atleta

N.º de Identificação Civil: _____

Data de Nascimento: ____ / ____ / ____

Identificação do médico:

Assinatura e Carimbo do Médico:

Local e Data: _____

Nota: Este documento é obrigatório para levantamento do dorsal.

HELL160 – Shadows and Dust 2.0

Data: 9, 10 e 11 de julho de 2027

Termo de Responsabilidade do Atleta

Eu, abaixo identificado(a), declaro que participo voluntariamente no evento HELL160 – Shadows and Dust 2.0, ciente dos riscos inerentes à prática de corrida de resistência e ultramaratona.

Declaro ainda que:

- Li e aceito integralmente o regulamento da prova e as decisões da organização;
- Assumo os riscos inerentes à prática desta atividade, sem prejuízo da responsabilidade da organização nos termos da lei;
- Confirmo possuir aptidão física e exame médico válido para a prática desportiva exigida;
- Autorizo a utilização da minha imagem e voz em materiais de comunicação do evento;
- Comprometo-me a respeitar o ambiente, o património natural e as populações locais;
- Reconheço que a organização não se responsabiliza por perdas de objetos pessoais;
- Declaro que a informação prestada é verdadeira e assumo plena responsabilidade pelas consequências decorrentes da minha participação.

Nome completo do atleta: _____

N.º de Identificação Civil: _____ Data de Nascimento: ____ / ____ / ____

Contacto telefónico: _____ Contacto de emergência: _____

Local e Data: _____

Assinatura do Atleta: _____

HELL160 – Shadows and Dust 2.0

Data: 9, 10 e 11 de julho de 2027

Termo de Responsabilidade – Hell Kids

Eu, abaixo identificado (a), declaro, para os devidos efeitos legais, que autorizo o menor abaixo identificado a participar no Hell Kids, organizado pela Associação Desportiva e Cultural Hell 160 e integrado no evento HELL160 – Shadows and Dust 2.0.

Declaro expressamente que autorizo a entidade organizadora a:

- **Captar imagens e vídeos** do menor durante a sua participação no evento;
- **Utilizar, reproduzir e divulgar** as referidas imagens e vídeos exclusivamente para fins informativos, promocionais, institucionais ou jornalísticos ligados ao evento;
- **Publicar as imagens** nos canais de comunicação oficiais da organização (tais como redes sociais, website oficial, newsletters ou comunicados de imprensa).

Esta autorização é concedida a título gratuito, não gerando direito a qualquer compensação financeira. Reconheço que posso revogar este consentimento a qualquer momento, mediante comunicação escrita à organização, sem que isso afete a legalidade do tratamento efetuado com base no consentimento previamente dado.

Informações sobre o atleta menor

Nome completo do atleta menor: _____

N.º de Identificação Civil: _____

Data de Nascimento: ____ / ____ / ____

Informações sobre o titular das responsabilidades parentais

Nome completo: _____

N.º de Identificação Civil: _____ Contacto telefónico: _____

Local e Data: _____

Assinatura: _____