



Regulamento Noche Roja: As 100 milhas de Boñar (León)

Artigo 1: As 100 milhas de Boñar (León) Noche Roja, é uma corrida que será realizada de 4 a 5 de julho de 2026. Com um percurso num circuito circular de 6,706 km e um desnível positivo de 200 metros. A partida e a meta serão no pavilhão Isidro Martínez de Boñar (León) às 12:00 horas de 4 de julho de 2026. Há uma partida a cada hora; cada pessoa que participe tem de completar a volta em menos de 1 hora, até um máximo de 24 horas. Se terminar antes, pode fazer a partida da volta seguinte e descansar enquanto espera pela hora certa em que será dada novamente a partida. Exemplo: se completar o primeiro circuito em 55 minutos, poderá descansar 5 minutos antes da próxima partida. Não será levado em conta quem dá a volta mais rápido ou mais lento. Desde que seja feita em menos de uma hora, será igualmente válida. As pessoas que não consigam chegar antes de uma hora serão eliminadas da competição. O objetivo das pessoas participantes é fazer todas as voltas possíveis, uma a cada hora. Com limite de um máximo de 24 voltas, que seriam realizadas em 24 horas. Os vencedores serão todos aqueles que consigam completar as 24 voltas, uma a cada hora, independentemente de quantas pessoas o consigam. Todos eles serão declarados vencedores, independentemente do tempo que levem a dar cada volta (desde que a completem no prazo inferior a uma hora).

A distância de 6,706 km em cada volta justifica-se porque, ao fazer 24 voltas, percorre-se um total de 100 milhas (161 km).

Artigo 2: Registo: 2.1 Número de vagas. As vagas estão limitadas a um máximo de 100 pessoas. As inscrições são feitas no nosso site: <https://sites.google.com/view/nocheroja/portada> A data oficial de abertura será 03/05/2026 às 21:00 horas. **2.2 Atribuição de vagas:** Antes da abertura oficial, a organização reservará vagas para aquelas pessoas que, sem convite nem anúncio prévio, souberam interpretar os sinais e antecipar-se à chamada. A inscrição para as 100 milhas de Boñar Noche Roja será gratuita. **2.3 Direitos de inscrição.** Todas as pessoas inscritas terão os seguintes direitos:

- Participar no evento.
- O dorsal (número de peito).
- Acesso a bebidas a partir da 1ª volta incluída.
- Acesso a comida a partir da 3ª volta incluída.
- Seguro de responsabilidade civil.
- Lembrança gravada com o número de voltas alcançadas.
- Prémio para todas as pessoas que completem o desafio.

Artigo 3: As voltas não são cronometradas; apenas se tem em conta o número de voltas totais finalizadas no evento. O tempo de cada volta é irrelevante, desde que sejam concluídas dentro de uma hora. Se ninguém conseguir completar as 24 voltas pelo seu próprio pé dentro do tempo, não haverá vencedor declarado.

Artigo 4: Em cada partida às horas certas, todos os participantes devem estar na zona habilitada para o efeito, caso contrário será impossível iniciar a volta. Portanto, é proibida qualquer partida tardia. Os participantes serão avisados do início da nova volta antes do seu começo com sinais acústicos aos 3 minutos, 2 minutos e 1 minuto antes da mesma. Não é permitida ajuda pessoal durante a volta. Cada volta deve ser completada dentro da hora. É proibida a utilização de bastões e auscultadores.

Artigo 5: O pavilhão onde se realizará a prova dispõe de instalações sanitárias. Os corredores são independentes quanto à sua logística pessoal, podendo levar um assistente e um saco com todo o material e comida que considerem oportuno. No pavilhão terão cadeiras e espaço para que cada corredor tenha o seu lugar, tanto para si como para o seu assistente ou acompanhante. O assistente ou acompanhante terá de se registar no próprio dia da prova, no momento do levantamento do dorsal.

Artigo 6: Para participar e registar-se deve ter 18 anos ou mais no dia da prova. A participação é permitida a jovens a partir dos 16 anos, desde que apresentem a devida autorização dos pais ou tutores legais. Todas as pessoas participantes têm de assinar o documento de termo de responsabilidade que se encontra disponível nesta página web. Cada participante, com a inscrição, manifesta encontrar-se numa forma física e mental que lhe permite enfrentar o esforço e assume o risco desta prática

desportiva. A organização tem autoridade para proibir a partida a pessoas que considere que o seu estado físico não é adequado ou que careçam do material necessário para enfrentar a prova.

Artigo 7: Toda a informação do programa, levantamento de dorsais, dados sobre a infraestrutura, etc., será publicada a seu devido tempo tanto no site como nas redes sociais. Cada participante deve levar o seu dorsal ao início da corrida e mantê-lo até ao final em local visível.

Artigo 8: O seguinte material será obrigatório e qualquer pessoa que não o apresente poderá ser desqualificada:

- Calçado e roupa adequada para a prática de corridas de montanha e de acordo com as condições meteorológicas.
- Luz frontal e traseira vermelha para o período horário que vai das 21:00 às 08:00 horas.
- É proibido o uso de bastões, auscultadores ou qualquer outra ajuda artificial.

Artigo 9: A organização está coberta por um seguro de responsabilidade civil que cobre qualquer possível incidente, incluindo acidentes que os corredores possam sofrer ou para qualquer outra contingência na corrida.

Artigo 10: Todo o participante deve seguir o traçado marcado pela organização e respeitar as normas de trânsito nas zonas de estrada. Caso contrário, será motivo de expulsão. Além disso, a organização não se responsabiliza por qualquer contratempo que possa surgir a um desportista fora do traçado da prova. Cada desportista tem conhecimento deste tipo de provas e das exigências físicas, mentais e técnicas que requerem; portanto, deve participar devidamente equipado para o efeito em função do terreno e das condições meteorológicas, bem como possuir uma condição física adequada para a sua participação após formalizar a inscrição. A organização não assume qualquer incidente sofrido pelo desportista devido ao incumprimento de algum dos aspetos assinalados. Os participantes correm sob a sua própria responsabilidade, realizando toda ou parte da prova. A organização não se responsabiliza pelos acidentes ou danos que os participantes possam sofrer ou causar, embora

disponha de um seguro de responsabilidade civil e de acidentes. Todos os participantes são obrigados a cumprir em todos os momentos as indicações dos membros da organização, sendo o incumprimento das mesmas motivo de exclusão imediata da prova. Todo o participante compromete-se com o cuidado e respeito pelo meio ambiente, sendo proibido deitar qualquer resíduo no monte, sob pena de expulsão. A organização disponibilizará pontos para deitar os resíduos gerados nas zonas de abastecimento. Como qualquer cidadão, os participantes deverão ter um comportamento cívico durante o desenrolar da prova. Deverão tratar respeitosamente as pessoas com quem se cruzem e não deitarão no chão restos de comida nem qualquer tipo de lixo. Cada participante será responsável pelas infrações que possa cometer. A organização reserva-se o direito de tomar medidas contra os participantes cujo comportamento possa prejudicar a sua imagem. A aceitação deste regulamento implica a autorização à organização para a gravação total ou parcial da sua participação na mesma e, além disso, presta o seu consentimento para que a sua imagem possa ser utilizada na promoção e difusão da prova, de todas as formas possíveis (rádio, imprensa, fotografias, DVD, internet, cartazes, meios de comunicação, etc.).

Artigo 11: Qualquer inscrição na Noche Roja, as 100 milhas de Boñar, implica o conhecimento destas regras e a sua aceitação. O organizador reserva-se o direito de poder modificar todo ou parte deste regulamento e do programa, sem aviso prévio e em qualquer momento, informando os inscritos, ou cancelar o evento por causas impostas pelas autoridades competentes.

¿Deseas que ajuste algún término técnico específico o que te ayude a generar una tabla para el desglose de los horarios?