

---

03 – 05 dezembro 2021  
São Miguel – Açores - Portugal

---

Caderno de Prova POR  
*Race Book* ENG



6ª edição  
6<sup>th</sup> edition

**01 DE JUNHO DE 2021**

00H00	Abertura Inscrições online / Registration online opening	Website
-------	--	---------

**23 DE NOVEMBRO DE 2021**

00H00	Encerramento Inscrições online / Online Registration closed	Website
-------	---	---------

**30 DE NOVEMBRO DE 2021**

15H00	Apresentação do evento aos media / Media event presentation	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	---	-------------------------------

**02 DE DEZEMBRO DE 2021**

17H00	Abertura do secretariado / Check In open	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	--	-------------------------------

19H00	Encerramento do secretariado / Check In closed	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	--	-------------------------------

**03 DE DEZEMBRO DE 2021**

14H30	Abertura do secretariado / Check In open	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	--	-------------------------------

19H00	Encerramento do secretariado / Check In closed	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	--	-------------------------------

21H00	Fast Check EPIC110	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	--------------------	-------------------------------

21H30	Transfer VFC- Santo António Nordestinho (EPIC110)	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	---	-------------------------------

23H00	Partida / Race Start EPIC110	Santo António Nordestinho / Santo António Nordestinho town
-------	------------------------------	--

**04 DE DEZEMBRO DE 2021**

05H30	Fast Check EPIC60	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	-------------------	-------------------------------

06H00	Transfer VFC - Furnas (EPIC60)	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	--------------------------------	-------------------------------

07H30	Partida / Race Start EPIC60	Caldeiras na Vila Furnas Furnas village HotSprings
-------	-----------------------------	---

07H30	Fast Check in EPIC30	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	----------------------	-------------------------------

08H00	Fast Check in EPIC15	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	----------------------	-------------------------------

08H00	Transfer VFC - Água de Pau (Partida/Start EPIC30)	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	---	-------------------------------

08H30	Transfer VFC - Água de Pau (Partida/Start EPIC15)	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	---	-------------------------------

09H00	Partida / race start EPIC30	Vila de Água de Pau Village
-------	-----------------------------	-----------------------------

09H30	Partida / race start EPIC15	Vila de Água de Pau Village
-------	-----------------------------	-----------------------------

10H50	Chegada 1º atleta / first athlete EPIC15	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	--	-------------------------------

12H20	Chegada 1º atleta / first athlete EPIC30	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	--	-------------------------------

12H30	Início do serviço refeição / Meal Service	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	---	-------------------------------

11H45	Chegada 1º atleta / first athlete EPIC110	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	---	-------------------------------

13H40	Chegada 1º atleta / first athlete EPIC60	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	--	-------------------------------

**05 DE DEZEMBRO DE 2021**

02H00	Encerramento da Meta / Finish Line Closed	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	---	-------------------------------

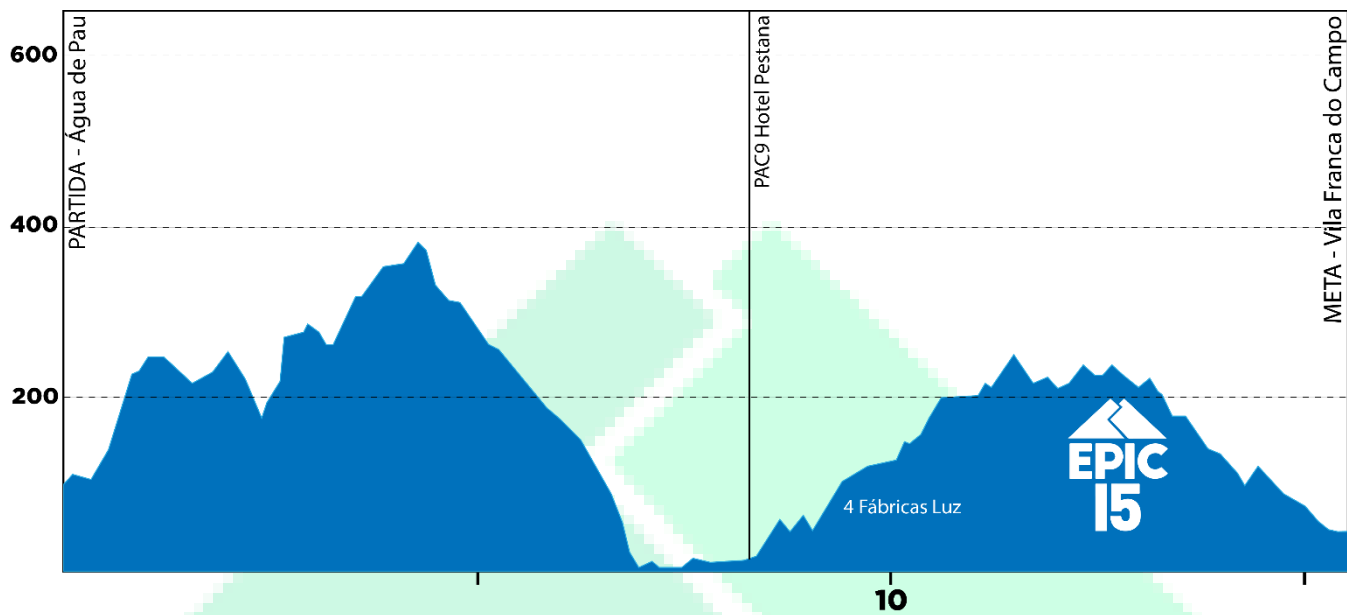
10H00	Cerimónia de entrega dos prémios / Award ceremony	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	---	-------------------------------

11H30	Encerramento do EPIC / Goodbye EPIC	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	-------------------------------------	-------------------------------

VFC – Vila Franca do Campo (Pavilhão Açor Arena / Açor Arena Sport Center) 37.71662 -25.44064

# AZORES

## EPIC15 – Trail Lovers



### TABELA DE PASSAGEM / TIME CHART EPIC15

PAC	Nome/Name	KMs	Altitude	Σ D+	Σ D-	Próximo PAC / Next PAC			Hora / Hour		GPS	PAC Type
						Kms	D+	D-	Limite	1º atlet		
Partida	Água de Pau	0	111	0	0	8,2	464	510	09h45		37.72084 -25.50868	
PAC9	Hotel Pestana	8,1	16	464	510	7,4	286	310	12h30	10h10	37.71517 -25.46924	L+S+A+PS+AP+RQ
Meta	VFC* - Pavilhão Açor Arena	15,5	41	750	820				15h30	11h05	37.71754 -25.43542	L+S+PS+AP+RQ
						15,6	750	820	Tempo Máximo / Max Time - 6h			

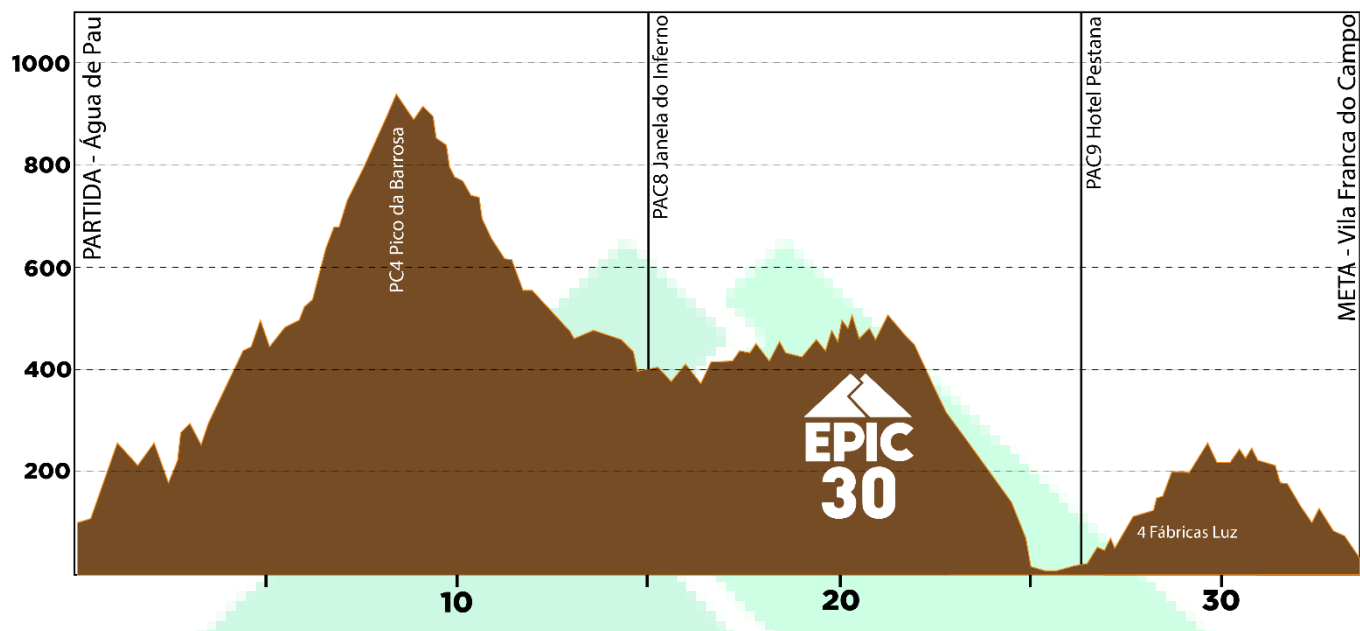
\* Vila Franca do Campo

PAC	Posto de Abastecimento e Controlo	RQ	Refeição Quente	L	Abastecimento Líquido	SBV	Saco Base Vida
	Supply Check Point		Hot Meal		Liquid Supply		Personal Bag
AP	Assistência Pessoal	PS	Primeiros Socorros	S	Abastecimento Sólido	A	Abandono Prova
	Personal Assistance		First Aid		Solid Supply		Abandon Race

Crono_EPIC_2019	PAC9	Meta
Fast	00h42	01h23
Slow	02h42	04h57



## EPIC30 – Rota da Água / Water Route



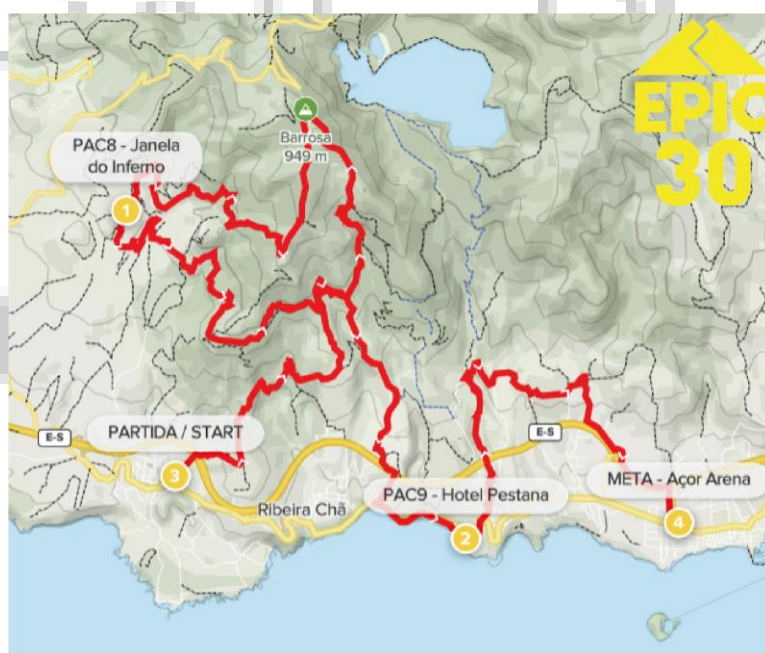
### TABELA DE PASSAGEM / TIME CHART EPIC30

PAC	Nome/Name	KMs	Altitude	Σ D+	Σ D-	Próximo PAC / Next PAC			Hora / Hour		GPS	PAC Type
						Kms	D+	D-	Limite	1º atlet		
Partida	Água de Pau	0	111			14,9	1106	819	09h20		37.72084 -25.50868	
PC4	Pico Barrosa	8,4	936	1020	192						37.75382 -25.49157	
PAC8	Janela do Inferno	14,9	397	1106	819	11,4	399	785	13h00	10h35	37.74604 -25.51619	L+S+A+PS+AP
PAC9	Hotel Pestana	26,3	13	1505	1604	7,4	345	316	15h30	11h40	37.71517 -25.46324	L+S+A+PS+AP
Meta	VFC* - Pavilhão Açor Arena	33,7	41	1850	1920				18h00	12h25	37.71754 -25.43542	L+S+PS+AP+RQ
						33,7	1850	1920	Tempo Máximo / Max Time - 9h			

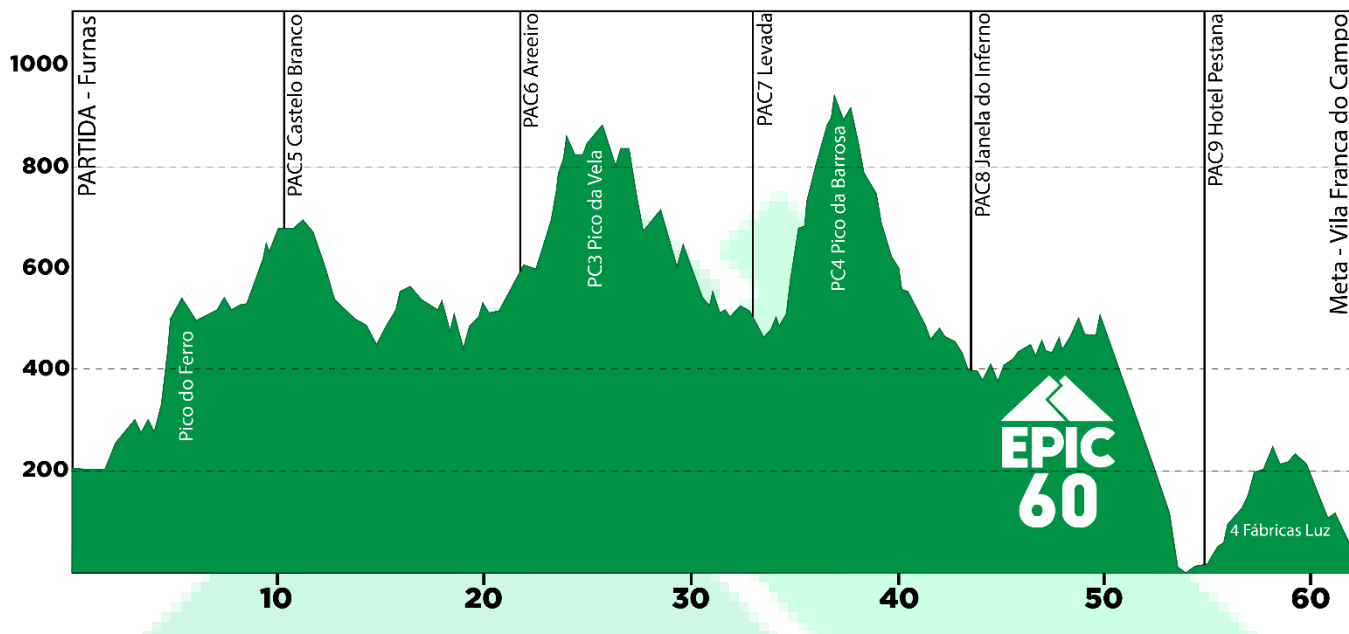
\* Vila Franca do Campo

PAC	Posto de Abastecimento e Controlo	RQ	Refeição Quente	L	Abastecimento Líquido	SBV	Saco Base Vida
	Supply Check Point		Hot Meal		Liquid Supply		Personal Bag
AP	Assistência Pessoal	PS	Primeiros Socorros	S	Abastecimento Sólido	A	Abandono Prova
	Personal Assistance		First Aid		Solid Supply		Abandon Race

Crono_EPIC_2019	PAC8	PAC9	Meta	
EPIC30	Fast	01h38	02h43	03h32
	Slow	03h42	06h31	08h30



## EPIC60 – Rota das Lagoas / Lagoon Route



### TABELA DE PASSAGEM / TIME CHART EPIC60

PAC	Nome/Name	KMs	Altitude	Σ D+	Σ D-	Próximo PAC / Next PAC			Hora / Hour		GPS	PAC Type
						Kms	D+	D-	Limite	1º atlet		
Partida	Furnas	0	210	0	0	10,1	643	176	<b>07h40</b>		37.76940 -25.31715	
PAC5	Castelo Branco	10,1	669	643	176	11,6	348	443	<b>09h35</b>	08h30	37.75433 -25.35558	L+S+A+PS+AP
PAC6	Areiro	21,7	574	991	619	11,3	616	686	<b>12h00</b>	09h30	37.76215 -25.42405	L+S+A+PS+AP
PC3	Pico da Vela	25	856	1352	706						37.76097 -25.44897	
PAC7	Levada	33	504	1607	1305	10,5	607	719	<b>15h00</b>	10h35	37.74083 -25.47403	L+S+PS+RQ
PC4	Pico Barrosa	37	939	2128	1391						37.75982 -25.49157	
PAC8	Janela do Inferno	43,5	394	2214	2024	11,3	399	779	<b>17h15</b>	11h50	37.74604 -25.51619	L+S+A+PS+AP
PAC9	Hotel Pestana	54,8	12	2613	2803	7,4	347	317	<b>19h00</b>	13h00	37.71517 -25.46324	L+S+A+PS+AP+RQ
Meta	VFC* - Pavilhão Açor Arena	62,2	41	2960	3120				<b>21h30</b>	13h45	37.71754 -25.43542	L+S+PS+AP+RQ
* Vila Franca do Campo						62,2	2960	3120	Tempo Máximo / Max Time - 14h			

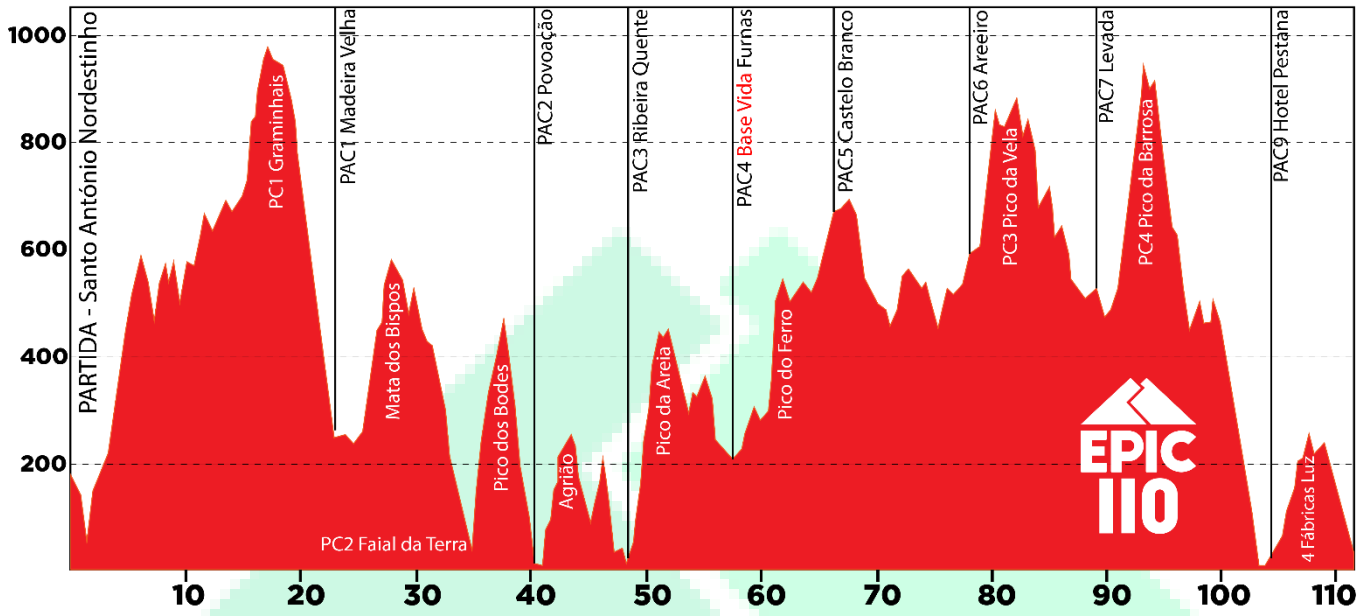
PAC	Posto de Abastecimento e Controlo	RQ	Refeição Quente	L	Abastecimento Líquido	SBV	Saco Base Vida
	Supply Check Point		Hot Meal		Liquid Supply		Personal Bag
AP	Assistência Pessoal	PS	Primeiros Socorros	S	Abastecimento Sólido	A	Abandono Prova
	Personal Assistance		First Aid		Solid Supply		Abandon Race

Crono_EPIC_2019	PAC5	PAC6	PAC7	PAC8	PAC9	Meta
EPIC60	Fast 00h53	01h57	02h58	04h13	05h26	06h16
	Slow 01h40	03h24	05h44	08h27	10h57	12h34

# KUIN



# EPIC110 – O Inferno Verde / The Green Hell



**TABELA DE PASSAGEM / TIME CHART EPIC110**

PAC	Nome/Name	KMs	Altitude	Σ D+	Σ D-	Próximo PAC / Next PAC			Hora / Hour		GPS	PAC Type
						Kms	D+	D-	Limite	1º atlet		
Partida	Santo António Nordestinho	0	191	0	0	22,9	1449	1398	23h10		37.85193, -25.20771	
PC1	Graminhais	18,1	948	1437	675						37.79884 -25.24039	
PAC1	Madeira Velha	22,9	237	1449	1398	17,3	1026	1255	04h00	01h15	37.77691 -25.23690	L+S+A+PS+AP
PC2	Faial da Terra	34,9	40	2038	2186						37.74785 -25.20168	
PAC2	Povoação	40,2	4	2475	2653	8	430	426	08h00	03h00	37.74569 -25.24528	L+S+A+PS+AP+RQ
PAC3	Ribeira Quente	48,2	15	2905	3079	9,4	689	489	09h45	04h00	37.73566 -25.29809	L+S+A+PS+AP
PAC4	Furnas (Base Vida)	57,6	215	3534	3568	8,9	618	162	12h15	05h00	37.76940 -25.31715	L+S+A+PS+AP+RQ+SBV
PAC5	Castelo Branco	66,5	669	4212	3730	11,6	348	443	14h15	06h15	37.75433 -25.35558	L+S+A+PS+AP
PAC6	Areeiro	78,1	576	4560	4173	11,4	616	686	16h45	07h40	37.76215 -25.42405	L+S+A+PS+AP
PC3	Pico da Vela	82,4	856	5007	4315						37.76037 -25.44897	
PAC7	Levada	89,5	503	5176	4859	14,6	713	1205	20h15	09h00	37.74083 -25.47403	L+S+PS+RQ+AP
PC4	Pico da Barrosa	93,8	936	5764	5019						37.75982 -25.49157	
PAC9	Hotel Pestana	104,1	12	5889	6064	7,4	431	396	00h15	10h55	37.71517 -25.46924	L+S+A+PS+AP+RQ
Meta	VFC* - Pavilhão Açor Arena	111,5	41	6320	6460				02h00	11h45	37.71754 -25.43542	L+S+PS+AP+RQ
* Vila Franca do Campo						111,5	6320	6460	Tempo Máximo / Max Time - 27h			

PAC	Posto de Abastecimento e Controlo Supply Check Point	RQ	Refeição Quente Hot Meal	L	Abastecimento Líquido Liquid Supply	SBV	Saco Base Vida Personal Bag
			Assistência Pessoal Personal Assistance		PS		Primeiros Socorros First Aid

Crono_EPIC_2019	PAC1	PAC2	PAC3	PAC4	PAC5	PAC6	PAC7	PAC9	Meta	
EPIC110	Fast	02h22	04h10	05h06	06h09	07h21	08h46	10h10	12h03	12h56
	Slow	04h59	08h30	10h25	12h25	14h57	17h31	20h53	25h55	27h32



**SECRETARIADO / CHECK IN EPIC 2021**

**02 DE DEZEMBRO DE 2021**

17H00	Abertura do secretariado / <i>Check In open</i>	Açor Arena Sport Center - VFC
19H00	Encerramento do secretariado / <i>Check In closed</i>	Açor Arena Sport Center - VFC

**03 DE DEZEMBRO DE 2021**

14H30	Abertura do secretariado / <i>Check In open</i>	Açor Arena Sport Center - VFC
19H00	Encerramento do secretariado / <i>Check In closed</i>	Açor Arena Sport Center - VFC
21H00	<i>Fast Check in EPIC110</i>	Açor Arena Sport Center - VFC

**07 DE DEZEMBRO DE 2021**

05H30	<i>Fast Check in EPIC60</i>	Açor Arena Sport Center - VFC
07H30	<i>Fast Check in EPIC30</i>	Açor Arena Sport Center - VFC
08H00	<i>Fast Check in EPIC30</i>	Açor Arena Sport Center - VFC

No **Fast Check In** o atleta tem a possibilidade de levantar o saco de atleta. É efetuado 30 minutos antes do transfer para a partida de cada corrida.

*At Fast Check In, athletes will have the chance to pick up their athlete bag. It starts 30 minutes prior transfer to the Start Line of each race.*

**BUS TRANSFER EPIC 2021**

**03 DE DEZEMBRO DE 2021**

21H30	Transfer VFC-Nordeste (EPIC110)	Açor Arena Sport Center - VFC
-------	---------------------------------	-------------------------------

**04 DE DEZEMBRO DE 2021**

06H00	Transfer VFC – Caldeiras Furnas/ <i>Furnas Hot Springs</i> (start EPIC60)	Açor Arena Sport Center - VFC
08H00	Início do Transfer VFC-Água de Pau (start EPIC30)	Açor Arena Sport Center - VFC
08H30	Início do Transfer VFC-Água de Pau (start EPIC15)	Açor Arena Sport Center - VFC



## SACOS DE META E BASE VIDA / FINISH LINE AND LIFE BASE BAGS

Os atletas da prova EPIC110 têm a possibilidade de, **na partida de Santo António**, deixar 1 saco de Base Vida + 1 saco Meta. Os atletas das provas EPIC60, EPIC30 e EPIC15 têm opção de entregar um saco de Meta **na partida**. O atleta deverá utilizar o seu próprio saco e utilizar a etiqueta fornecida pela organização devidamente preenchida.

*EPIC110 athletes, at the start in Santo António town, can drop 1 Life Base bag + 1 Finish Line bag. EPIC60, EPIC30 and EPIC15 athletes, races can drop a Finish Line bag at the start of each race to pick up at Açor Arena Sport Center. The athlete should use his own bag and the label provided by the organization.*

## CHÃO DURO / HARD GROUND

Não Haverá Chão Duro.

*No Hard Ground permitted.*

## BABYSITTING

Para as provas EPIC30 e EPIC15 a organização tem um serviço de ocupação de tempos livres para crianças dos 4 aos 14 anos. Funciona das 08h00 às 15h00 no pavilhão Açor Arena onde estará indicada a zona de entrega das crianças e o responsável. A criança deverá trazer lanche para meio da manhã e não se preocupe, o almoço da criança fica por nossa conta.

*For the EPIC30 and EPIC15 events the organization provide a babysitting service for children from 4 to 14 years old. It works from 08h00 to 1h00 in the Açor Arena Sport Center. There will be a children drop area. The children should bring snacks for the middle of the morning and do not worry, we offer lunch.*

## BASE VIDA / LIFE BASE – EPIC110

A Base Vida do EPIC110 está montada no PAC4 – Furnas e funciona no Pavilhão Multiusos das Furnas (37,76940 - 25,31715). No local haverá colchões e mantas para descansar, casas de banho e chuveiros, refeição quente. Os atletas do EPIC110 têm a possibilidade de enviar um saco para a Base Vida, que será entregue à organização na partida em Santo António.

*The EPIC110 Life Base is based on PAC4 - Furnas and operates in Furnas Pavilion Multipurpose (37,76940 -25,31715). On-site mattresses and blankets for rest, bathrooms and showers and a hot meal are available. The EPIC110 athletes can send a bag to Base Life, that will be delivered to the organization upon departure at Santo António.*

## ZONA DE META / FINISH Area – pavilhão Açor Arena

Existem zonas de estacionamento para veículos grátis na área circundante do Açor Arena, nomeadamente no Hiper SolMar (37.71848 -25.44201). Na meta haverá duche quente, serviço de massagem pago, zona de alimentação para atletas (1º andar) e serviço de bar para atletas e acompanhantes.

*Athletes will find free car parking in the area surrounding the Açor Arena Sport Center, near SolMar store (37.71848 - 25.44201).. There will be showers at the Açor Arena Sport Center, massage service, Bar service for athletes and companions. A post race meal will be served.*

## SERVIÇO TAXI / TAXI SERVICE

VFC-PD -20€ Carpool

**Praça Táxis Vila Franca do Campo – (00351) 296 582 442**

**Praça Táxis Ponta Delgada – (00351) 296 302 530**

(outros contactos / other contacts VFC: 961 342 148 / 910 302 441 / 962 505 207 / 962 505 246 / 962 374 937)

Preço médio / taxi fare Vila Franca do Campo – Ponta Delgada – 20€



Haverá no pavilhão Açor Arena à chegada um serviço de massagem pago. O serviço são 15min – 10€ a cargo do terapeuta Paulo Pacheco.

*A paid massage service will be available at the Açor Arena Sport Center upon arrival. The service is 15min – 10€ in charge of the therapist Paulo Pacheco.*

Reservas/reservations: [terapeuta.paulopacheco@gmail.com](mailto:terapeuta.paulopacheco@gmail.com) ou 917 333 208 (MBWay) @terapeutapaulopacheco



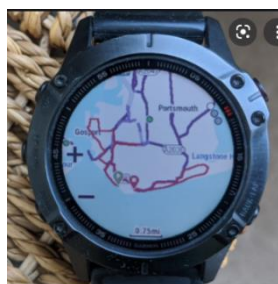
### MEDIDAS DE SEGURANÇA/SAFETY MEASURES “A segurança do atleta, começa no próprio atleta”


Desde o conhecimento do percurso, material utilizado, distâncias entre abastecimentos, alimentação, suplementação, iluminação, proteção. É fundamental a utilização duma **lanterna com +300 lumens** e **sapatilhas com piso adequado**.

A maior parte do piso das provas será de terra e os atletas devem esperar lama e passagens por pastos verdes. Andar com os **pés molhados** será uma inevitabilidade. Para quem sofre de problemas nos pés deverá precaver-se.

Aos atletas do EPIC110 será entregue um **geolocalizador** que pode ser seguido online no site da STOP and GO, a organização disponibilizará o link no site e facebook.

Todo o percurso será fitado com as marcações da prova (ver adiante) e todas as **marcações têm refletores**. As mudanças de direção serão assinaladas com mais marcação para chamar a atenção e placas.



Em mais de 120km de percurso e apesar de termos batedores antes das corridas, pode haver situações de vandalismo, o vento inesperado pode arrancar a marcação, distração do atleta e até as vacas gostam de mastigar as fitas... É **altamente recomendado a utilização do track no relógio** e/ou telemóvel para consulta do percurso a qualquer momento. O atleta tem a obrigação de saber usar estes meios corretamente para se orientar. Ver “Garmin Fenix – como seguir un track” ESP  <https://www.youtube.com/watch?v=8Fd48sqKzFM>.

Já para leitura do track no smartphone aconselhamos a **app “outdooractive”** (ex-Viewranger), para mais detalhes consultar o nosso “Guia do Acompanhante”. Um telemóvel operacional faz parte do material obrigatório.

O atleta pode descarregar os track GPX e KML em <http://www.epictrailrunazores.com/> no final da Informação de cada prova.

*From knowledge of the route, material used, distances between supplies, food, supplementation, lighting, protection. It is essential to use a **headlamp with +300 lumens** and **sport shoes with a proper sole**.*

*Most of the floor of the competitions will be made of soft ground and athletes must expect mud and passages through green pastures. Running with **wet feet** will be inevitable. Those who suffer from foot problems you should be aware.*

*EPIC110 athletes will be given a **geolocator** that can be followed online on the STOP and GO website (<https://stopandgo.com.pt/>), the organization will provide the link on website and facebook pages.*

*The entire course will be marked (see below) and all **markings have reflectors**. Changes in direction will be marked with more marks and signs.*

*In more than 120km of course and despite having scouts before the races, there can be situations of vandalism, the unexpected wind can blow the marking, distraction of the athlete and even the cows like to chew the tapes... It is **highly recommended to use the track in the clock** and/or mobile phone to check the route at any time. Athletes have an obligation to know how to use these means correctly to guide themselves. See “Garmin Fenix – how to follow a track” ESP (<https://www.youtube.com/watch?v=8Fd48sqKzFM>).*

*To read the track on the smartphone, we recommend the “**outdooractive**” app (formerly Viewranger), for more details, consult our “Companion Guide”. An operational mobile phone is part of the mandatory material.*

*The athlete can download the GPX and KML tracks at <http://www.epictrailrunazores.com/> at the end of the Information for each event.*

## COVID

É obrigatório o uso de máscara nos espaços interiores, nomeadamente no pavilhão Açor Arena.

É obrigatório o uso de máscara nos transferes para a partida.

É obrigatório o uso de máscara na zona de partida e até 200m após a partida.

Haverá vários locais para desinfetar as mãos na zona de meta e nos PACs, pelo que se aconselha os atletas e desinfetar as mãos.

Na zona da refeição não é permitida a presença de acompanhantes dos atletas.

O atleta deve ser portador duma máscara durante a prova.

*It is mandatory to wear a mask indoors, namely in the Açor Arena pavilion.*

*It is mandatory to wear a mask on transfers to departure.*

*It is mandatory to wear a mask in the departure area and within 200m after departure.*

*There will be several places to sanitize hands in the goal zone and on the PACs, so athletes are advised to sanitize their hands.*

*In the meal area, the presence of the athletes' companions is not allowed.*

*The athlete must have a mask during the competition.*

## MATERIAL OBRIGATÓRIO / MANDATORY EQUIPMENT

	EPIC110	EPIC60	EPIC30	EPIC15
Peitoral (fornecido pela organização) –visível durante a totalidade do percurso / <i>Race bib (provided by the organization) visible during the entire race.</i>	X	X	X	X
Mochila ou equipamento similar / <i>Backpack or similar equipment</i>	X	X	X	
Depósito de água ou equivalente de 1 litro de capacidade/ <i>Water tank or equivalent of 1 litre capacity.</i>	X	X	X	
Depósito de água ou equivalente de 0.5 litro de capacidade / <i>Water tank or equivalent of 0.5 litre capacity.</i>				X
Manta térmica / <i>Survival blanket</i>	X	X	X	
Banda elástica ou ligadura / <i>Elastic band or bandage</i>	X	X		
Casaco impermeável / <i>Waterproof jacket</i>	X	X	X	
Telemóvel operacional (com saldo e bateria suficientes) / <i>Operational phone (with credit and enough battery)</i>	X	X	X	X
Alimentação de reserva / <i>Food reserve</i>	X	X		
Apito / <i>Whistle</i>	X	X	X	
Copo (a organização não cederá copos nos abastecimentos) / <i>Personal portable cup (the organization will not supply cups)</i>	X	X	X	X
2 Lanternas ou Frontais, com pilhas de substituição / <i>2 Flashlights/Headlamps, with replacement batteries</i>	X			
Lanterna ou Frontal / <i>Flashlight or Headlamp</i>		X		
Luz traseira vermelha (pisca-pisca) – colocar nas costas do atleta durante o período noturno. / <i>Red tail light (flasher) – placed on the back of the athlete, during the night</i>	X			
Máscara descartável / <i>Disposable mask</i>	X	X	X	X

**Algum Material Obrigatório será verificado na partida da prova./Some Mandatory Equipmente will be checked at the start of each race.**

## RECOMENDAÇÕES / RECOMMENDED MATERIAL

Recomendamos: Bastões; Calças compridas, que no mínimo cubram o joelho (na mochila); Luvas; Boné (Gola); Muda de roupa; Protetor solar; Quantia em numerário (para fazer face a algum imprevisto); Medicamentos. Dependendo das condições climáticas. Encorajamos os atletas a trazer o track do percurso no relógio, uma vez que as condições climáticas podem ser desfavoráveis e atos de roubo de fitas podem acontecer.

*We recommend: Walking poles; Long running trousers which cover the knees completely (backup); Cap (Buff); spare cloth; Sun cream; Cash amount (to deal with any complications), medicines, gloves. Depending on weather conditions. We encourage athletes to bring the GPS track of the course on the clock because weather conditions can be unfavorable and marks can be stolen from the course.*

11

## DESISTÊNCIAS / WITHDRAWAL

As desistências deverão ser efetuadas, preferencialmente, nos Postos de Controlo (PAC ou PC). A organização, dentro das suas possibilidades, providenciará a recolha do atleta assim que seja possível. Não recomendamos a desistência no PAC7 – Levada, devido à dificuldade de acesso.

Se foi ultrapassada a barreira horária, o atleta será impedido, pelo chefe de posto, de prosseguir a prova. O chefe de posto pode também impedir a continuação do atleta caso verifique que este não demonstra condição física para continuar ou se verificar que o atleta não vai conseguir cumprir o tempo para a próxima barreira horária.

*Withdrawal should be carried out, preferably, in the Control Points (PAC or PC). The organization, within its means, will arrange the athlete pick up as soon as possible. We do not recommend abandon the race on PAC9 - Levada, due to the difficulty of access.*

*If the time limit has been exceeded, the athlete will be barred by the Chief Station from continuing the race. The Chief Station may also stop athlete to continue the race if he or she does not demonstrate physical condition to continue or if the athlete is unable to get in time for the next PAC.*

## O NOSSO/OUR SPEAKER

Desde 2017 o Hugo Água tem sido o nosso animador e a “alma” da prova. Obrigado, Hugo...

*Since 2017, Hugo Água has been our animator and the “soul” of the competition. Thank you, Hugo...*



## SEGURO ACIDENTES PESSOAIS / INSURANCE

Âmbito do Seguro	Encontram-se garantidos os acidentes pessoais ocorridos, com as pessoas seguras, durante a participação no Evento de Trail Running "Epic Trail Açores", a decorrer no período acima indicado, organizado e sob a responsabilidade do Tomador de Seguro.	
Atividade	Prática desportiva amadora e recreativa (não federada)	
Desporto	Trail Running	
Pessoas Seguras		
Coberturas / Capital Seguro	Morte	€ 28.530,00
	Invalidez Permanente	€ 28.530,00
	Despesas de Tratamento e Repatriamento	€ 4.590,00
	Despesas de Funeral	€ 2.290,00
Prémio Total por Pessoa Segura		
Prémio Mínimo Não Estornável	750 Pessoas Seguras	
Franquias	Franquia absoluta de 10% na cobertura de Invalidez Permanente Franquia por pessoa/ sinistro de € 90,00 na cobertura de Despesas de Tratamento.	
Condições Especiais	<u>A franquia a aplicar na cobertura de Despesas de Tratamento e Repatriamento é um valor suportado pelo sinistrado/Pessoa Segura por sinistro/acidente, a deduzir em despesas apresentadas por este, ou a solicitar ao mesmo caso nos seja faturado diretamente pelas entidades hospitalares, sejam estas pertencentes, ou não, ao Sistema Nacional de Saúde. Cabe ao Tomador de Seguro identificar os dados completos dos sinistrados, aquando do envio da participação de sinistro, para garantir o eficaz recobro da franquia. Na ausência desta informação, ou informação insuficiente caberá ao Tomador do Seguro liquidar a mesma. Esgotadas todas as possibilidades de recobro junto dos sinistrados/Pessoas Seguras (que não inclui as vias judiciais), será solicitado ao Tomador de Seguro o pagamento desta.</u>	

Estas são as condições do seguro. Franquia 90€. Em caso de acidente contactar a organização que irá encaminhar o processo para a companhia.

*Each athlete is covered by personal accident insurance. In case of an accident the athlete can go to the Hospital by his own means and up to 90€ expenses will be supported by the athlete, more than that will be covered (to a certain limit) by the insurance company. These are the insurance conditions (sorry, only in POR).*

## T-SHIRT 2021



T-shirt EPIC110/EPIC60

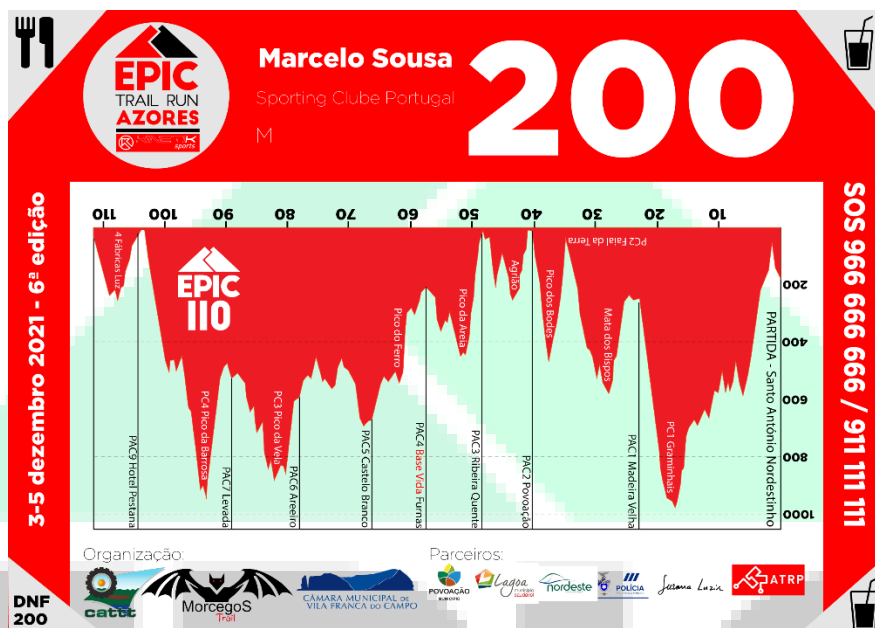


T-shirt EPIC30/EPIC15

## SEGUIR A CORRIDA E CLASSIFICAÇÃO / FOLLOW RACE AND RESULTS

<https://stopandgo.com.pt/events/epic-trail-azores-2020>

## PEITORAL/BIB



O peitoral dará destaque ao gráfico da prova. Terá 4 cantos recortáveis. Esperemos que apenas utilizes 3... Para a refeição e bebidas na meta apresentar o peitoral.

*Our bib will highlight the race graphic. It will have 4 cut-out corners. Let's hope you only use 3... For the meal and drinks on the finish line present the bib.*

## MERCHANDISING



Hoodies – 25€

Meias / Socks – 5€

Venda no Pavilhão Açor Arena / Sales at Açor Arena Sport Center

Aceitamos encomendas / We accept orders – [njanela@gmail.com](mailto:njanela@gmail.com)



<http://www.epictrailrunazores.com/>  
[epictrailrunazores@gmail.com](mailto:epictrailrunazores@gmail.com)

## OUTROS / OTHER RECOMMENDATIONS

Os Açores como uma terra de vacas, utiliza cercas eletrificadas (fios de arame). Aconselhamos os atletas a não tocar. Será disponibilizado um guia do acompanhante com as coordenadas GPS dos locais onde os atletas podem ser acompanhados (<http://www.epictrailrunazores.com/static/pdf/guia-acompanhante-2021.e7a5943f5673.pdf>). A leitura deste caderno de prova não dispensa a leitura do regulamento de prova. Será disponibilizado, via Facebook e no site oficial site o link para seguir o atleta online. Haverá rede wi-fi disponível para os atletas na meta em Vila Franca do Campo.

*The Azores, as a land of cows, uses electrified fences (wire wires). We advise athletes not to touch.*

*The athlete who starts his race with poles must carry them to the end of the race.*

*There will be available a companion guide (POR only) with GPS coordinates for personal assistance and to follow athletes during the race (<http://www.epictrailrunazores.com/static/pdf/guia-acompanhante-2021.e7a5943f5673.pdf>)*

*Each athlete will receive a race bracelet that allows them to take the bus to the start.*

*Reading this race book does not excuse have knowledge of the event regulation.*

*At Facebook and in our official site, a link will be available to follow athletes online.*

*There will be wi-fi network available for the athletes in the finish at Vila Franca do Campo.*

14

## CONTACTOS / CONTACTS

**Direção de Prova** – aspetos técnicos / *Race Director – Technical Details* Luís Onça – 00351 966 366 471  
[epictrailrunazores@gmail.com](mailto:epictrailrunazores@gmail.com)

**Organização** - aspetos Logísticos / *Organization – Logistics* Carlos Martins – 00351 916 469 388  
[Catttacoress@gmail.com](mailto:Catttacoress@gmail.com)

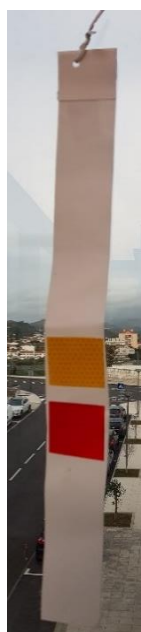
Inscrições, Cronometragem e Classificação / *Registrations, Timing and Results STOP AND GO* –  
[geral@stopandgo.com.pt](mailto:geral@stopandgo.com.pt) / 00351 963947534

<https://stopandgo.com.pt/events/epic-trail-azores-2020>

**SOS** durante a prova / *during the race*

**Chefes de Segurança/security chiefs:** Hamilton Cruz - 00351 964437344; Alcino Pires – 00351 914022510

## MARCAÇÃO DO PERCURSO / ROUTE MARKS



Percurso de Corrida / Mudança de direção / Bandeiriola de sinalização / fita sinalização / Perigo  
*Race route sign / Turn sign / Small triangle flag / white strip / Danger*

## EQUIPA ÉPICA / EPIC TEAM

**Direção de Prova / Race Director:** Carlos Martins e Luís Onça; **Segurança / Safety:** Alcino Pires (coordenador), e Hamilton Cruz; **Coordenação abastecimentos / Supplies coordination:** José Calado e João Francês; **Secretariado / Check in:** Roberto Dutra (coordenação) e Ivone Cansado; **Inscrições e Cronometragem / Registration and Timing:** STOP AND GO – André Duarte; **Back Office:** Ana Sousa e Teresa Franco; **Speaker:** Hugo Água; **Fotografia / Photography:** Susana Luzir; Francisco Granadeiro; **Equipa de Campo/Field team:** Mário Leitão, Manuel Madruga, Marco Molha, Bruno Esteves, Nuno Janela, Saulo Machado, Luís Godinho, Renato Medeiros e Pedro França; **Merchandising:** Nuno Janela; **Transportes/Transfers:** Roberto Dutra e Ivone Cansado; **Coordenação Equipa Médica / Medical Team:** Vitor Costa; **Chefes de Meta/Finish Chiefs:** Ricardo Ponte e Francisco Melo; **Voluntários de Meta/Finish Volunteers** – Escuteiros Vila Franca do Campo – coordenação Cláudio Borges; **Logística/Logistics:** José Roberto Ventura

15

## ANEXOS – Termo de Responsabilidade / ATTACHMENTS - Term of responsibility

Termo de responsabilidade – cada atleta deve entregar o documento devidamente preenchido no secretariado aquando do Check In.

*Term of responsibility - each athlete must bring the term of responsibility, duly filled out and delivered it in the check in desk.*

## LEVANTAMENTO SACO DE ATLETA POR OUTRA PESSOA

Caso pretenda levantar o kit dum atleta terá que ser portador do Termo de Responsabilidade, assinado pelo mesmo. Neste Termo de Responsabilidade deve também constar a identificação da pessoa que vai levantar: nome legível, assinatura e o número do Cartão de Cidadão.

EPIC  
TRAIL RUN  
AZORES



DORSAL Nº: \_\_\_\_\_

16

## TERMO DE RESPONSABILIDADE

Eu, \_\_\_\_\_, nascido em \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_\_\_, portador do B.I./C.C. n.º: \_\_\_\_\_, maior de idade, abaixo-assinado, declaro que desconheço qualquer impedimento de ordem física ou psicológica à minha participação, no dia 3, 4 e 5 DE DEZEMBRO 2021, no **EPIC TRAIL RUN AZORES**, cujo regulamento e informações divulgadas sou conhecedor na íntegra e que a minha participação é da minha inteira e exclusiva responsabilidade, não podendo exigir à organização qualquer responsabilidade criminal ou civil, por quaisquer danos físicos, morais ou materiais que ocorram durante a atividade, nas quais esteja envolvido direta ou indiretamente, que excedam a cobertura do seguro da atividade.

A ASSINATURA DA PRESENTE DECLARAÇÃO DE EXCLUSÃO DE RESPONSABILIDADE SIGNIFICA QUE O SEU CONTEÚDO FOI LIDO, COMPREENDIDO E ASSUMIDO INTEGRALMENTE.

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2021

\_\_\_\_\_  
(assinatura)



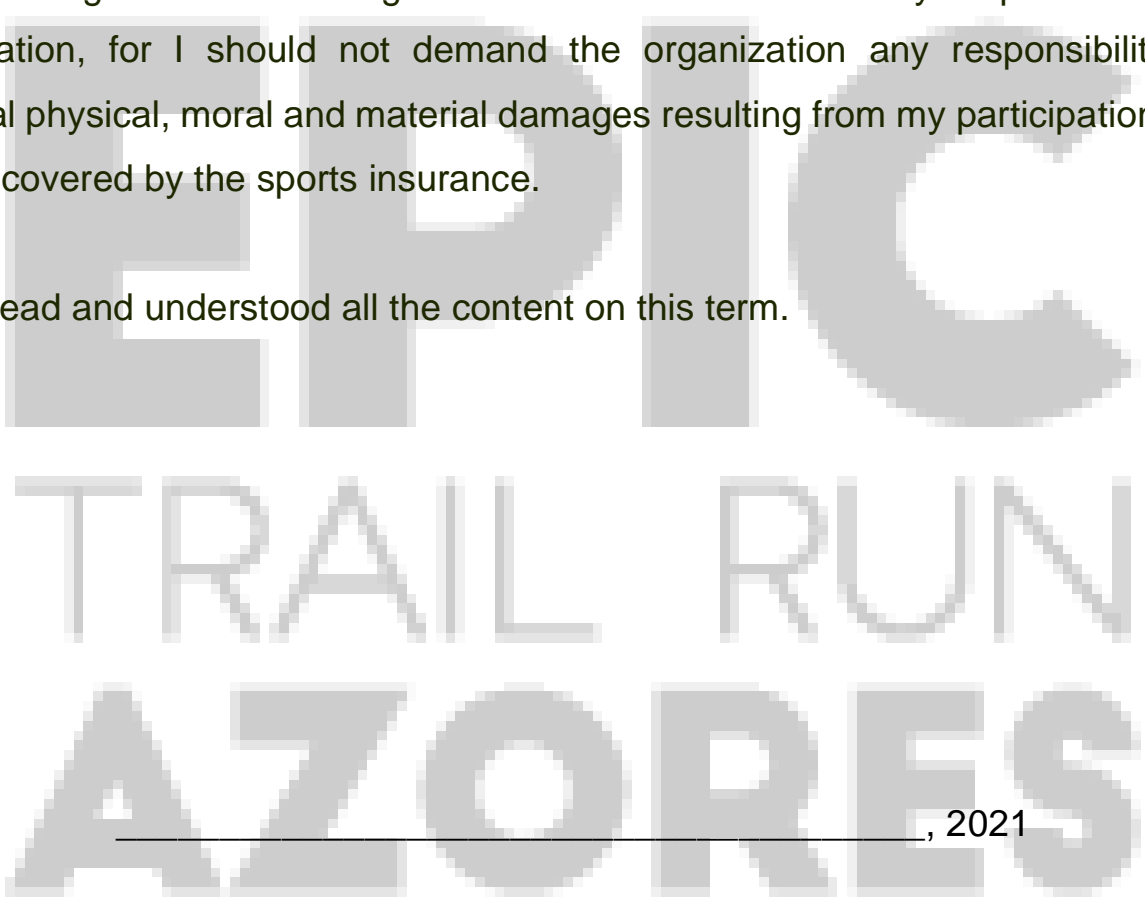


BIB N°: \_\_\_\_\_

### TERM OF RESPONSABILITY

I, \_\_\_\_\_,  
born on \_\_\_\_\_ with the identity card no, declare being physically and mentally able to participate in Epic Trail Run Azores, from 3<sup>rd</sup> to 5<sup>th</sup> December: I also declare being aware of the regulation of this race. I am totally responsible for my participation, for I should not demand the organization any responsibilities for eventual physical, moral and material damages resulting from my participation which are not covered by the sports insurance.

I have read and understood all the content on this term.



\_\_\_\_\_, 2021

\_\_\_\_\_

(signature)