



# Regulamento

## 1. Definição

- O Ciclo-BTT de Grândola é uma competição de ciclismo constituída por dois percursos distintos: um setor de estrada e um setor de BTT.
- O Ciclo-BTT de Grândola será disputado a solo (individualmente e por equipas) e em estafetas masculinas ou mistas/femininas (grupo de 2 elementos).
- Competindo por equipas, a equipa terá que ser formada com o mínimo de 4 elementos, pontuando para efeitos de classificação da equipa os 3 atletas com melhor classificação na competição a solo.
- Os dois percursos serão percorridos numa volta única, na seguinte disposição:
  - 1ª - Grândola / Santa Margarida da Serra / São Francisco da Serra / Melides / Grândola - Setor de estrada com um percurso aproximado de 50km (os atletas poderão optar por usar bicicleta de estrada ou BTT).*
  - 2ª - Grândola (Serra de Grândola) - Setor de BTT com um percurso aproximado de 25km (os atletas apenas poderão utilizar bicicletas de BTT).*

## 2. Organização

- O Ciclo-BTT de Grândola é organizado pelo Município de Grândola, com o apoio dos Clubes do Concelho que promovem atividades com bicicleta.

## 3. Data e Local

- O Ciclo-BTT de Grândola realizar-se-á no dia 2 de Abril de 2017 com início às 9h00, junto ao Complexo Desportivo Municipal José Afonso, em Grândola.

## 4. Inscrições

- As inscrições são individuais.
- Só é permitida a participação de atletas com idade igual ou superior a 18 anos, sendo considerada a idade no dia da prova.
- As inscrições são efetuadas exclusivamente online, no site [www.apedalar.com](http://www.apedalar.com)
- As inscrições encerram às 23h59 de domingo dia 26 Março

- A inscrição tem o custo individual de 10€
- O almoço tem o custo de 8€, tanto para os atletas participantes como para os acompanhantes.
- O evento é limitado a um total de 250 participantes, sendo considerada a ordem de receção das inscrições devidamente regularizadas.

## 5. Programa horário

### Domingo - dia 2 de Abril

- ✓ Das 7h00 às 8h30 - Secretariado e levantamento de dorsal, no Complexo Desportivo Municipal José Afonso.
- ✓ Das 8h00 às 8h45 - Abertura e funcionamento do Parque Transição
- ✓ 8h45 - Concentração de atletas e briefing
- ✓ 9h00 - Partida Simbólica (junto ao Complexo Desportivo Municipal José Afonso)
- ✓ 9h05 - Partida Real será efetuada nas pontes (estrada de Santiago do Cacém)
- ✓ 14h00 - Encerramento da competição
- ✓ A partir das 13h00 - Entrega de prémios
- ✓ 14h00 - Almoço Convívio no Café Snack-bar “As Piscinas”

## 6. O que inclui a inscrição

- Dorsal e frontal
- T-shirt do evento
- Suplementos energéticos na meta
- Segurança rodoviária
- Banho
- Assistência técnica
- Lavagem de bicicletas
- Seguro de acidentes
- Assistência de primeiros socorros

## 7. Prémios de classificação

- Serão atribuídos os seguintes prémios:
  - Troféu para os 3 primeiros atletas da geral individual masculina e feminina
  - Troféu para os 3 primeiros grupos das estafetas masculino e misto/feminino
  - Troféu para as 3 primeiras equipas da competição a solo
  - Troféu para os 3 primeiros classificados em cada um dos escalões masculino e feminino, da competição a solo:
    - ✓ Escalão 1 – dos 18 até aos 39 anos.
    - ✓ Escalão 2 – dos 40 até aos 49 anos.
    - ✓ Escalão 3 – dos 50 até aos 59 anos.
    - ✓ Escalão 4 – dos 60 anos e mais.
  - Troféu para o atleta com mais idade que realize e complete a competição a solo
  - Troféu à equipa representada com maior nº de atletas participantes

## 8. Segurança

- É obrigatório o uso de capacete rígido afivelado em toda a extensão dos percursos.
- O trânsito local no setor de estrada não será interrompido totalmente, mas será controlado no sentido da prova pelas autoridades competentes.
- Os atletas participantes são responsáveis por zelar pela sua segurança nas vias públicas, cumprindo as regras de circulação, devendo reforçar a atenção e mantendo-se no percurso delimitado e sinalizado.
- Os atletas participantes deverão ter uma adequada preparação física e psicológica, face às exigências da competição, devido às distâncias e aos desníveis dos traçados.
- Os atletas participantes são responsáveis pelos danos materiais, morais ou de saúde, causados a si mesmos ou a terceiros.
- Os atletas participantes estão cobertos pelo Seguro de Acidentes Pessoais.
- A Organização não se responsabiliza por acidentes que possam ocorrer em situações comprovadas de desrespeito pelas regras de trânsito. Nestas situações os atletas deixarão de estar abrangidos pelo Seguro de Acidentes Pessoais.
- Todas as bicicletas utilizadas na prova têm que permanecer no Parque de Transição até à chegada do último atleta
- A Organização não se responsabiliza por qualquer tipo de acidente ocorrido durante o evento

## 9. Partidas e Transições

- A partida simbólica do setor de estrada é feita em pelotão, com início junto ao Complexo Desportivo Municipal José Afonso, às 9h00.
- A partida real será efetuada nas pontes (estrada Santiago do Cacém), sob a indicação do Diretor da Prova.
- A transição do setor de estrada para o setor de BTT, será efetuada no Parque de Transição criado para o efeito e estará localizado junto ao Jardim 1º de Maio, depois do atleta ter concluído o percurso de estrada na sua totalidade.
- A circulação dentro do Parque de Transição **é feita a pé**, pelo que os atletas estão obrigados a desmontar da bicicleta à entrada deste Parque e apenas poderão voltar a montar na bicicleta depois da saída do Parque de Transição, mesmo que utilizem em ambos os percursos a mesma bicicleta.
- Competindo a solo, o atleta terá que efetuar os dois percursos (estrada + BTT), passando obrigatoriamente desmontado da bicicleta dentro do Parque de Transição, entre cada percurso.
- Competindo em estafetas é imposta a participação de grupo de 2 atletas, que poderão ser mistas ou do mesmo género, onde um atleta efetua exclusivamente o percurso de estrada e o outro atleta efetua exclusivamente o percurso de BTT. O atleta que efetua o setor de BTT só poderá partir quando o seu colega que realizou o setor de estrada pousar a bicicleta de estrada no suporte existente no Parque de Transição.
- O tempo gasto na transição será agregado ao tempo final de prova, tanto na competição a solo como na competição por estafetas.

## 10. Controlo e Percursos

- Será efetuado registo de tempos e classificações, que serão divulgados após o evento, para conhecimento dos participantes.
- Os atletas participantes deverão concluir o percurso de estrada no tempo máximo de 2h00m.
- Os atletas participantes deverão concluir a prova no tempo máximo de 4h30 horas.
- Os atletas comprometem-se a respeitar as indicações dos membros da Organização, colocados ao longo dos percursos;
- Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas.
- Ao chegar ao controlo de passagem, o atleta deverá facilitar o acesso dos elementos da Organização ao frontal (onde se realizará o controlo), podendo ser obrigado a parar pelo tempo necessário à marcação do mesmo.
- A falta de passagem num ou mais controlos de passagem, a falta de marcações no frontal ou o não cumprimento dos percursos na totalidade, implica a desclassificação imediata do atleta.
- Os percursos passam por vias públicas e caminhos, estando abertos à circulação de outros veículos, pelo que todos os participantes devem respeitar as regras de circulação nas vias públicas e indicações dadas pelas autoridades.
- O percurso de estrada será sinalizado por setas.
- O percurso de BTT será marcado com fita balizadora, cal e sinalética própria.
- Qualquer comportamento anti - desportivo e/ou desrespeito pela Natureza implicará a desclassificação imediata do atleta.
- O atleta que receba abastecimento fora das zonas definidas para o efeito será penalizado com 30 minutos
- Em função das condições climáticas e de outros fatores que se verificarem nos dias que antecedem o evento, poderá existir a necessidade de alterar partes dos percursos, com o objectivo de garantir a segurança dos atletas participantes, sendo as distâncias finais corretas comunicadas no dia anterior ao evento.

## 11. Assistência

- Não haverá zona específica de assistência mecânica, em ambos os percursos.
- Será permitida assistência mecânica no percurso de estrada, desde que as viaturas de apoio não se desloquem entre o 1º atleta e o carro vassoura.
- Não é autorizada a entrada de pessoas estranhas à organização, dentro do Parque de Transição.
- Existirá carro vassoura, apenas no percurso de estrada.
- Existirá bike-vassoura, apenas no percurso de BTT.
- O atleta poderá deixar no Parque de Transição, abastecimento próprio que considere necessário, não podendo receber abastecimento de terceiros ao longo da Prova.

## 12. Diversos

- É obrigatório o uso do número de identificação fornecido pela Organização (frontal na frente da bicicleta de BTT e dorsal nas costas do atleta) durante todo o decorrer da prova, sendo passíveis de desclassificação os participantes que não cumpram esta regra.
- Serão permitidas bicicletas de estrada ou de BTT no setor de estrada e apenas bicicletas de BTT no setor de BTT.
- Não é permitido o uso de bicicletas eléctricas ou com mecanismos de motores auxiliares.
- Todos os elementos da organização estão devidamente credenciados e identificados.
- O Diretor da Prova, o Diretor de Percurso, a Cronometragem, os Controladores de Percurso e Parque de Transição, são “Juizes de Facto” pelo que as suas decisões são inquestionáveis.
- Qualquer violação ao disposto nos pontos anteriores implica a proibição de alinhar à partida ou de continuidade em prova.
- Não haverá reembolso por parte da Organização, de nenhum objecto perdido ou extraviado no decorrer de todo o evento.

## 13. Casos Omissos

- Os casos omissos serão analisados pela organização que será soberana nas suas decisões

## 14. Informações

- Email: [desporto@cm-grandola.pt](mailto:desporto@cm-grandola.pt)
- Site: [www.cm-grandola.pt](http://www.cm-grandola.pt)
- FB: [facebook.com/ciclobttdegrandola](https://facebook.com/ciclobttdegrandola)

# PERCURSOS

### Setor de Estrada

**Grândola / Santa Margarida da Serra / São Francisco da Serra / Melides / Grândola**

Distância Total aprox.: **50 km**  
Altimetria: **+ 465 m / - 462 m**

### Setor de BTT

**Grândola / Serra de Grândola / Grândola**

Distância Total aprox.: **25 km**  
Altimetria: **+ 535 m / - 494 m**