



Regulamento particular do Desafio Audace FPCUB

“Portimão / Sagres / Portimão”

5 Dezembro 2010

I — APRESENTAÇÃO GERAL.

DEFINIÇÃO

II — REGULAMENTO

Artigo 1 - ORGANIZAÇÃO

Artigo 2 - INSCRIÇÕES

Artigo 3 – BANHOS E REFEIÇÕES

Artigo 4 – CARTÃO DE VALIDAÇÃO E SECRETARIADO

Artigo 5 - PERCURSO

Artigo 6 – PARTIDA, CHEGADA, POSTO DE CONTROLO E HORÁRIOS

Artigo 7 - SEGURANÇA

Artigo 8 - CARROS DE APOIO

Artigo 9 – DESISTÊNCIA

Artigo 10 - PONTOS

NOTA – Como em qualquer actividade física, aconselha-se a realização de um exame médico preventivo.

I — APRESENTAÇÃO GERAL

A — DEFINIÇÃO

Os Desafios Audace FPCUB são passeios de cicloturismo de média e longa distância, em autonomia total e andamento livre.

[Escrever texto]

Rua Bernardo Lima 35, 2º B
1150-075 Lisboa
Apartado 4101 - 1501-001 Lisboa
Tel. 213159648, Fax: 213561253
fpcub@fpcub.pt | www.fpcub.pt



Regulamento particular do Desafio Audace FPCUB

“Portimão / Sagres / Portimão”

5 Dezembro 2010

As distâncias são percorridas em orientação com rodbook ou GPS, divididas por etapas e carimbando as cartas de validação do percurso, nos postos de controlo. Os participantes não são obrigados a circular em grupo, cada um pedala no seu próprio ritmo, o horário de encerramento dos postos de controlo determina o ritmo mínimo nos eventos.

O Desafio Audace FPCUB não é uma prova de competição, o objectivo é terminar a distância dentro do tempo limite previsto pela organização, seguindo um percurso estabelecido, parando nos postos de controlo (PC), somar os pontos do percurso (validar 1 ponto por km). Os Desafios Audace estão abertos a todos os utilizadores de bicicleta, individualmente ou em grupo (equipa) desde os mais determinados cicloturistas, aos que fazem uso recreativo ou ocasional da bicicleta. São eventos que representam um desafio e atingem altos padrões de satisfação pessoal.

A FPCUB organiza um ranking das organizações, equipas e individuais. São válidos para organização do ranking todos os desafios devidamente validados, para atribuição dos galardões anuais.

II — REGULAMENTO

Artigo 1 — ORGANIZAÇÃO

1/1 - O Desafio Audace FPCUB “Portimão / Sagres / Portimão” é organizado pela comissão técnica da **FPCUB** com o apoio do **TorradoBikes**.

Artigo 2 — INSCRIÇÕES

2/1 – As inscrições para o evento são efectuadas para a comissão técnica dos Desafios Audace, na sede da FPCUB.

2/2 – Todos os participantes (individuais e equipas) terão que estar devidamente inscritos no evento.

2/3 – A inscrição será gratuita para todos os associados da **FPCUB** (com a cotização 2010 liquidada)

2/4 - Os participantes menores de 18 anos deverão ser portadores de uma autorização assinada pelo encarregado de educação.

[Escrever texto]

Rua Bernardo Lima 35, 2º B
1150-075 Lisboa
Apartado 4101 - 1501-001 Lisboa
Tel. 213159648, Fax: 213561253
fpcub@fpcub.pt | www.fpcub.pt



Regulamento particular do Desafio Audace FPCUB

“Portimão / Sagres / Portimão”

5 Dezembro 2010

2/5 – A data limite para a inscrição no evento é o dia 2 de Dezembro 2010.

Artigo 3 – Banhos e refeições

3/1 – A organização disponibiliza banhos no final.

3/2 – A organização não disponibiliza refeição no final.

.

Artigo 4 – CARTÃO DE VALIDAÇÃO E SECRETARIADO

4/1 - Aos participantes devidamente inscritos, será entregue, antes da partida, um cartão de validação do percurso, mapa, rodbook e dorsal com respectivo número de inscrição.

4/2 – Abertura do secretariado, no local da partida: 07h00

4/3 – Encerramento do secretariado, no local da partida: 7h30

4/4 – Briefing antes da partida : 7h30

4/5 - É obrigatório a entrega do cartão de validação do percurso à chegada, no posto de controlo, para registo do tempo realizado no evento.

4/6 – À chegada, após a entrega e certificação, pela organização, do cartão de validação do percurso, será entregue aos participantes diploma com o respectivo tempo realizado no evento.

Artigo 5 — PERCURSO

5/1 – O percurso tem inicio e fim junto á Loja do TorradoBike (Edif. Alto Alfarrobal, Loja 2, Pedra Mourinha, Portimão) com passagem no Autodromo (PC2) e Cabo S. Vicente (PC3).

5/2 – O percurso terá uma distancia total de 134km, com o tempo limite de 8h55m para a sua conclusão.

Artigo 6 — PARTIDA, CHEGADA, POSTO DE CONTROLO E HORÁRIOS

[Escrever texto]

Rua Bernardo Lima 35, 2º B
1150-075 Lisboa
Apartado 4101 - 1501-001 Lisboa
Tel. 213159648, Fax: 213561253
fpcub@fpcub.pt | www.fpcub.pt



Regulamento particular do Desafio Audace FPCUB

“Portimão / Sagres / Portimão”

5 Dezembro 2010

6/1 - O local de partida será na Loja do Torrado Bike (Edif. Alto Alfarrobal, Loja 2, Pedra Mourinha, Portimão).

6/2 – O local de chegada será no mesmo local da partida .

6/3 – As partidas serão dadas a partir das 8h00m (horário a cumprir).

6/4 - Ao km 28.1 (Autodromo) estará instalado o posto de control (PC2) que abrirá á chegada do primeiro cicloturista e encerrará às 9h52. A partir dessa hora, não será carimbado nenhum cartão de validação do percurso nem estará garantido o apoio a qualquer participante.

6/5 – Ao km 84.7 (Cabo de S. Vicente) estará instalado o posto de control (PC3) que abrirá á chegada do primeiro cicloturista e encerrará às 13h38. A partir dessa hora, não será carimbado nenhum cartão de validação do percurso nem estará garantido o apoio a qualquer participante.

6/5 - A paragem nos PCs é obrigatória.

6/6 – É obrigatorio nos PCs carimbar e colocar a hora de passagem no cartão de validação do percurso.

6/7 - O tempo limite estipulado para a conclusão da prova por todos os participantes é de 9h00m ou seja, até às 17h00m. Inclui eventuais paragens que o participante decida realizar. O tempo limite é estipulado pela média horária de 15km/h. Após o horário limite, o controlo de chegada será encerrado e não serão aceites mais cartões de validação de percurso. Considera-se o participante «fora do controlo».

Artigo 7 — SEGURANÇA

7/1 - Todos os participantes serão responsáveis pela sua própria segurança e rigoroso cumprimento do Código da Estrada, devendo circular em bicifila, ocupando apenas a metade direita da faixa de rodagem, de forma a não afectar o trânsito normal e cumprir escrupulosamente as regras do código da estrada, legislação regulamentar e complementar.

7/2 – A organização não se responsabiliza pelo incumprimento do Código da Estrada e infracções dos participantes e seus acompanhantes se os houver.

[Escrever texto]

Rua Bernardo Lima 35, 2º B
1150-075 Lisboa
Apartado 4101 - 1501-001 Lisboa
Tel. 213159648, Fax: 213561253
fpcub@fpcub.pt | www.fpcub.pt



Regulamento particular do Desafio Audace FPCUB

“Portimão / Sagres / Portimão”

5 Dezembro 2010

7/3 – Não é obrigatório o uso do capacete. No entanto, o seu uso é fortemente recomendado pela FPCUB, dada as condições de circulação e distâncias a efectuar.

O participante fará todo o percurso em autonomia, cabendo-lhe o rigoroso cumprimento do código da estrada.

Artigo 8 — CARROS DE APOIO

8/1 - Não será permitido o acompanhamento por carros de apoio, ou outras viaturas com o mesmo fim durante o percurso.

8/2 – A assistência dos carros de apoio, apenas será permitida nos postos de controlo.

8/3 – **O não cumprimento dos pontos 8/1 e 8/2 terão como consequência a desclasificação do participante ou equipa.**

Artigo 9 –DESISTÊNCIA

9/1 - Será obrigatório a comunicação de desistência à organização.

9/2 - A retirada do percurso em caso de desistência será da responsabilidade do participante.

Artigo 10 - PONTOS

10/1 – No final são atribuídos 135 pontos (1ponto por km) a cada participante que termine o percurso antes do encerramento da chegada.

Os pontos contam para o Ranking individual Desafio Audace FPCUB 2010.

10/2 - Será atribuído às equipas o somatório de pontos, ganhos pelos seus elementos. Os pontos contam para o Ranking de equipas Desafio Audace FPCUB 2010.

[Escrever texto]

Rua Bernardo Lima 35, 2º B
1150-075 Lisboa
Apartado 4101 - 1501-001 Lisboa
Tel. 213159648, Fax: 213561253
fpcub@fpcub.pt | www.fpcub.pt



Regulamento particular do Desafio Audace FPCUB

“Portimão / Sagres / Portimão”

5 Dezembro 2010

[Escrever texto]

Rua Bernardo Lima 35, 2º B
1150-075 Lisboa
Apartado 4101 - 1501-001 Lisboa
Tel. 213159648, Fax: 213561253
fpcub@fpcub.pt | www.fpcub.pt

MEMBRO: E.C.F. - European Cyclists' Federation, A.I.T. - Alliance-Internationale de Tourisme | Confederação Portuguesa das Associações de Defesa do Ambiente | UECT - Union Européenne de Cyclotourisme, ConBici - Coordinadora Ibérica en Defensa de La Bici
COPPT - Confederação Portuguesa de Prevenção do Tabagismo | ONGA de âmbito nacional registada na APA - Agência Portuguesa de Ambiente

FPCUB

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE CICLOTURISMO E UTILIZADORES DE BICICLETA