

## REGULAMENTO DE MARVÃO ALL MOUNTAIN

### Regulamento Geral Marvão All Mountain

#### **Definição**

- Evento de Mountain Bike All Mountain.
- Não é um evento de cross country nem um evento de downhill, é sim um evento que une as duas modalidades estilo enduro.
- Os 2 circuitos de Marvão All mountain serão, na sua maioria, realizados em descida. Essas pistas serão cronometradas. O deslocamento para cada pista será feito em subida e terão de ser feitos em um tempo mínimo pré determinado.

#### **Inscrições**

- Serão limitadas a 100 vagas, existindo um mínimo de 20 participantes para que a prova se realize. Ficando a organização obrigada a devolver o valor da inscrição e a avisar todos os inscritos caso a prova não se realize.
- Terão um custo de 20 bikes para não federados e de 15 bikes para federados.
- Serão efectuadas por mail para: [desporto@cm-marvao.pt](mailto:desporto@cm-marvao.pt) até dia 11 de Setembro às 24h.
- No mail de inscrição deverá vir obrigatoriamente mencionado, o nome, morada, data de nascimento, telemóvel e número de contribuinte.
- O pagamento assim como as inscrições terão que ser feitos obrigatoriamente até dia 11 de Setembro às 24h por transferência bancária para o seguinte NIB  
003504440000350663016

#### **Categorias**

- As categorias serão divididas em: Masters (+ 31 anos), Elites (19 aos 30 anos) e Cadetes (15 aos 18 anos) dos 2 sexos.

#### **Largada de deslocamento, Ligação e Chegada**

- Cada atleta terá seu tempo de saída pré definido. O Atleta que não estiver presente em seu horário de saída, será penalizado em 5 minutos na soma de seu tempo geral e

será colocado em último da fila de saída.

- O horário de saída de cada atleta será estabelecido de acordo com a ordem de inscrição onde o primeiro inscrito será o último a partir. Esta ordem será divulgada por internet no site [www.cm-marvao.pt/pt](http://www.cm-marvao.pt/pt)

- A saída da segunda prova cronometrada será a mesma da primeira prova.

- Após a chegada de cada ligação o atleta deverá permanecer na área definida pela organização para, em seguida, reiniciar o processo de saída para a segunda prova cronometrada.

- A ligação entre circuitos, deverá ter um tempo máximo de 90 minutos

### **Regras Específicas**

- Os atletas devem respeitar as regras do evento e código de trânsito, principalmente nas ligações não fechadas ao trânsito.

-As provas especiais cronometradas têm obrigatoriamente de ser fechadas ao trânsito;

- Cada participante é responsável pelo seu lixo. Caso o atleta seja visto deitar lixo no local da prova sofrerá desclassificação.

- Caso seja alcançado por um atleta mais rápido, é obrigatório dar passagem.

- Todo atleta deverá ser auto-suficiente durante a ligação entre provas, sendo responsável por sua própria hidratação, alimentação e suporte mecânico.

### **Programa**

1º Dia (Sábado)

10h00 – 18h00 Abertura das pistas para reconhecimento a pé ou de bicicleta (sem vigilância)

14h30 – 18h00 Abertura do secretariado no posto de turismo de Marvão (confirmação das inscrições e informações)

2º Dia (Domingo)

8h30 Início da competição

13h30 Cerimónia protocolar de entrega de prémios no aprazível anfiteatro do Centro de Lazer da Portagem

**Nota:** Os horários podem sofrer alteração em função do número de inscrições em cada categoria e de acordo com as particularidades de cada prova.

### **Briefing**

- O diretor de prova poderá convocar os atletas para um briefing na zona de partida até 30 minutos da hora de largada do primeiro concorrente.
- No briefing, o diretor de prova poderá dar a conhecer aos concorrentes eventuais informações ou modificações de última hora no desenvolvimento da competição, pelo que é altamente recomendável a presença de todos os atletas.

### **Bicicleta**

- É proibido substituir o quadro e as rodas da bicicleta no decorrer da competição.
- Bicicleta adequada a esta modalidade, sendo recomendada com suspensão total.
- As extremidades do guiador devem ser protegidas.

### **Equipamento**

- É obrigatório o uso de capacete durante toda a prova. Nas provas especiais cronometradas é obrigatório o uso de capacete integral. Nos troços de ligação entre as especiais é permitido o uso de capacete mais leve homologado.
- É igualmente obrigatório o uso de luvas integrais (que protejam os dedos), proteções dos joelhos, cotovelos e dorsal de homologação CE (a proteção dorsal pode ser substituída pelo uso de mochila com reservatório de água).
- Todos os atletas deverão efetuar a totalidade do percurso com o seu equipamento de proteção regulamentar obrigatório sob pena de desqualificação.
- É aconselhável que cada atleta apresente uma abordagem à competição de acordo com a sua capacidade técnica individual e condição física.
- É recomendado que cada atleta leve o seu telefone para a corrida, a fim de ser contactado ou entrar em contato com os organizadores se for necessário durante a prova. No final do regulamento, encontra-se o número de telefone a contactar em caso de emergência.

### **Percurso**

- As etapas serão realizadas na sua maioria em trilhos que enfatizem uma conjugação dos aspectos técnicos da essência do mountain bike.
- O percurso será marcado com setas ou fitas balizadoras brancas e vermelhas indicando a direção. Em algum local que seja passível de dúvidas terão um fiscal de

prova indicando o caminho correto.

- Cortar caminho significa imediata desclassificação da prova.
- Caso o atleta saia da pista, é obrigatória re-entrada no percurso no mesmo local. O atleta que não respeitar essa regra será desclassificado.
- É proibido ser transportado, empurrado ou puxado por veículos a motor, sob pena de exclusão.
- Não é permitido aos atletas modificarem o percurso durante os treinos ou competição. A organização reserva-se no direito de introduzir alterações de última hora, em caso de emergência e condições meteorológicas, para segurança da prova.

### **Classificação**

- A classificação de cada atleta é obtida a partir da soma dos tempos das provas especiais cronometradas e das penalizações, sendo vencedor o que somar menos tempo.
- As ligações entre as especiais não são cronometradas; no entanto, são fixados tempos dentro dos quais cada atleta deve concluir a ligação.
- Será efetuada uma classificação por categoria em cada prova: o atleta que totalizar a menor penalização na soma dos tempos das especiais e das penalizações será considerado o vencedor da sua categoria e/ou da Classificação Geral.
- A Classificação final individual será definida pelo somatório dos tempos obtidos nas 2 provas.
- Em caso de igualdade de pontuação na classificação geral, os atletas serão desempatados em função do maior número de primeiros lugares, segundos e assim sucessivamente. Se ainda assim se mantiver o empate, o critério a utilizar será o melhor classificado na última prova disputada.

### **Prémios**

- Haverá troféus para os 3 primeiros classificados nas categorias de masters, elites e cadetes. Na categoria de elites masculinos haverá também uma compensação monetária para os 3 primeiros, no valor de 100 bikes, 50 bikes e 25 bikes

### **Contatos**

Prof. Luís Costa 967 130 818

[desporto@cm-marvao.pt](mailto:desporto@cm-marvao.pt)