



## Regulamento

# Desafio ACDL

Associação Cultural e Desportiva  
de Lamelas

Associação Cultural e Desportiva de Lamelas

**DESAFIO ACDL**  
19 JUL 25 BTT. GRAVEL

3 PERCURSOS  
**400KM**  
**200KM**  
**100KM**

Autonomia Total - Navegação GPS

Inscrições: **STOP AND GO**

DIÁRIO DE SANTO TIRESO

Janeiro de 2025



## ÍNDICE

---

Artigo 1: Organização.....	2
Artigo 2: Informações gerais.....	2
Artigo 3: Adendas ao regulamento.....	2
Artigo 4: Participantes, vertentes .....	2
Artigo 5: Inscrições, percursos e tempo limite .....	3
Artigo 6: Identificação .....	5
Artigo 7: Programa do evento .....	5
Artigo 8: Comportamento no evento .....	5
Artigo 9: Requisitos e obrigações dos participantes .....	5
Artigo 10: Abastecimento durante o evento .....	6
Artigo 12: Direitos de imagem e dados pessoais .....	7
Artigo 13: Cancelamento do evento .....	7
Artigo 14: Recursos.....	7
Artigo 15: Outros .....	8
Artigo 16: Contactos .....	8



### **ARTIGO 1: ORGANIZAÇÃO**

---

1. A **ACDL – Associação Cultural e Desportiva de Lamelas**, entidade também promotora de eventos desportivos, organiza o **Desafio ACDL**, em Lamelas, Santo Tirso;
2. O secretariado funciona na sede da ACDL, em Lamelas, local de partida e chegada do evento. Coordenadas GPS: 41.284846, -8.474639;
3. O evento realizar-se-á no dia 19 e 20 de julho de 2025.

### **ARTIGO 2: INFORMAÇÕES GERAIS**

---

1. O **Desafio ACDL** é um evento desportivo EXTRA COMPETIÇÃO de BTT/ Gravel onde os atletas participam num percurso 100, 200 ou 400 Km;
2. As seguintes regras foram compiladas para assegurar o bom funcionamento de um evento complexo e emocionante, promovendo aos participantes momentos de emoção e sã camaradagem. Estas regras são fulcrais para que o evento decorra da uma forma positiva e que queremos sem acidentes. A organização reserva o direito de alterar ou introduzir regras a qualquer momento, na forma de adenda;
3. A participação no **Desafio ACDL** implica a aceitação do presente Regulamento.

### **ARTIGO 3: ADENDAS AO REGULAMENTO**

---

1. O presente documento identifica a data referente à sua atualização. Sempre que seja efetuada uma adenda a mesma será introduzida neste documento.

### **ARTIGO 4: PARTICIPANTES, VERTENTES**

---

1. O **Desafio ACDL** é aberto a todos os participantes Portugueses e Estrangeiros, não requerendo de qualquer estatuto, filiação, licença desportiva da FPC (Federação Portuguesa de Ciclismo) ou similares, em função da nacionalidade;
2. **Não existirá classificação;**
3. Os participantes inscritos no **Desafio ACDL** aceitam participar voluntariamente e sob a sua responsabilidade no evento;



4. Os participantes inscritos concordam em não exigir à ACDL e a todos os envolvidos na organização do evento (Voluntários, Staff, Entidades, entre outros), assim como, aos restantes participantes de qualquer responsabilidade com os mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes;
5. Os participantes são obrigados a cumprir com as regras de trânsito, assim como, respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento;
6. Os participantes devem estar conscientes da distância, das particularidades do evento e estarem suficientemente preparados para isso;
7. Os participantes devem ter adquirido, antes do evento, uma real capacidade de autonomia em montanha, que permita a gestão dos problemas induzidos por este tipo de evento, nomeadamente em condições de alterações climatéricas;
8. Os participantes terão de ser capazes de enfrentar problemas físicos e mentais resultantes de fadiga extrema, problemas digestivos, articulares e dores musculares, assim como outros associados com o esforço físico e, eventuais limitações da sua saúde;
9. Os participantes devem ter a consciência de que não é papel da organização ajudar um participante a ultrapassar estes problemas e que tal depende principalmente da sua capacidade em adaptar-se às situações problemáticas decorrentes deste tipo de evento;
10. Este evento é de participação individual, não é permitido fazer-se acompanhar de animais, nem de qualquer outro tipo de acompanhamento.

#### **ARTIGO 5: INSCRIÇÕES, PERCURSOS E TEMPO LIMITE**

---

1. As inscrições realizar-se-ão na plataforma da STOP and GO. Abrem às 12:00H do dia 20 de janeiro;
2. Distâncias e altimetria (aproximadas) para os percursos de BTT/ Gravel:

<b>Distância</b>	<b>Altimetria</b>
<b>100 Km</b>	2000 m D+
<b>200 Km</b>	3000 m D+
<b>400 Km</b>	6500 m D+



3. Limite de inscrições nas distâncias para os percursos de BTT/ Gravel:
  - 3.1. **100 Km:** 150 participantes;
  - 3.2. **200 Km:** 150 participantes;
  - 3.3. **400 Km:** 50 participantes;
4. As inscrições não são reembolsáveis;
5. Em caso de cancelamento ou adiamento por causas naturais (desastres naturais, inundações, incêndios ou outro) não existirá reembolso;
6. Em caso de dúvidas contactar via e-mail: [acdlamelas@gmail.com](mailto:acdlamelas@gmail.com);
7. Valores para as diferentes distâncias do **Desafio ACDL:**
  - 7.1. Primeira fase – inscrições até 01 de abril
    - 7.1.1. **100 Km:** 15,00 € (quinze euros)
    - 7.1.2. **200 Km:** 25,00 € (vinte e cinco euros)
    - 7.1.3. **400 Km:** 30,00 € (trinta euros)
  - 7.2. Segunda fase – inscrições até 15 de julho
    - 7.2.1. **100 Km:** 20,00 € (vinte euros)
    - 7.2.2. **200 Km:** 30,00 € (trinta euros)
    - 7.2.3. **400 Km:** 35,00 € (trinta e cinco euros)
8. Valor de inscrição referida inclui:
  - 8.1. Participação no **Desafio ACDL**;
  - 8.2. Seguro de acidentes pessoais;
  - 8.3. Kit de participante;
  - 8.4. Tracks GPS dos percursos;
  - 8.5. Medalha de Finisher (a todos os participantes que concluírem o **Desafio ACDL** na distância em que se inscreveram);
  - 8.6. Fotografos e registos audiovisuais recolhidas ao longo do evento;
  - 8.7. Seguimento live-track de todos os atletas que participem nas distâncias de 200 e 400 Km;
  - 8.8. Balneários.
9. Os participantes têm os seguintes tempos limites e horários a cumprir:

<b>Percurso</b>	<b>Hora e data de Partida</b>	<b>Hora e data limite de Chegada</b>	<b>Tempo Limite</b>
<b>100 Km</b>	08:00 H   19/07	20:00 H   19/07	12 horas
<b>200 Km</b>	06:00 H   19/07	23:59 H   19/07	18 horas
<b>400 Km</b>	06:00 H   19/07	14:00 H   20/07	32 horas



#### **ARTIGO 6: IDENTIFICAÇÃO**

---

1. A organização reserva o direito de recusar a inscrição a participantes, por terem cometido os seguintes atos em eventos anteriores:
  - 1.1. Ações antidesportivas;
  - 1.2. Desrespeito pelas organizações;
  - 1.3. Suspensão por doping.

#### **ARTIGO 7: PROGRAMA DO EVENTO**

---

1. Todos os horários e programas serão comunicados através das páginas de Facebook da ACDL e/ou Instagram do evento.

#### **ARTIGO 8: COMPORTAMENTO NO EVENTO**

---

1. Os participantes que se preparam para ultrapassar deverão dar indicação verbal;
2. Os participantes não podem interferir corporalmente de modo a impedir a progressão de outro participante. Em situações de conflito ou falta de desportivismo, os participantes em causa serão penalizados com a exclusão do evento;
3. A utilização de linguagem imprópria ou qualquer outro tipo de comportamento não desportivo será penalizado com exclusão do evento;
4. O participante é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros provenientes de suplementação alimentar e/ou outros e assim depositá-los nos locais apropriados;
5. Aos comportamentos anti-desportivos e anti-ambientais, aplica-se a exclusão do participante e a impossibilidade de participação em futuras edições de eventos organizados pela Associação Cultural e Desportiva de Lamelas;
6. Comportamentos inadequados, como agressões verbais ou físicas, serão comunicadas às autoridades (PSP, GNR).

#### **ARTIGO 9: REQUISITOS E OBRIGAÇÕES DOS PARTICIPANTES**

---

1. Ter completado 18 anos de idade à data da realização do evento. Sobre o participante recaia responsabilidade da forma física e condições de saúde do próprio. Cada participante deve ter a consciência e o conhecimento de que se trata de um desafio para o qual são necessárias boas condições de saúde e de forma física e uma preparação adequada para o esforço físico exigido;



2. Bicicleta, capacete e telemóvel – Cada participante deve possuir uma bicicleta de montanha, gravel ou similar. É permitida a participação de e-bikes. É obrigatório o uso de capacete compatível com a atividade e também munido de um telemóvel ativo durante toda a etapa. Cada participante deve providenciar que o mesmo permaneça ativo durante todo o percurso;
3. GPS – O equipamento de GPS tem que ter capacidade de registo de trajetos igual ou superior a 10000 trackpoints. O percurso não está marcado pelo que é obrigatória a utilização de equipamento GPS por cada participante;
4. Luzes – Para os percursos de 200 e 400 Km é obrigatório o uso de luzes frontal e traseira durante os quilómetros percorridos em horário noturno;
5. A organização disponibilizará atempadamente o respetivo track;
6. Ter conhecimento e cumprimentos do presente regulamento e estar dotado de uma inscrição considerada válida;
7. O evento realiza-se em autonomia total, não sendo permitida qualquer tipo de ajuda externa;
8. O participante pode abastecer junto de fontes que possam existir no percurso ou com alimentos e bebidas em casas particulares, cafés ou outros espaços. É também permitida a entreajuda entre participantes.

#### **ARTIGO 10: ABASTECIMENTO DURANTE O EVENTO**

---

1. A organização não disponibilizará qualquer abastecimento, sólido ou líquido, ao longo dos 3 percursos do **Desafio ACDL**.

#### **ARTIGO 11: SEGUROS E CONDIÇÕES**

---

1. Seguros
  - 1.1. Todos os participantes do **Desafio ACDL** estão abrangidos por seguro.
2. Condições
  - 2.1. Todos os participantes declinam tomar qualquer ação legal, resultado da participação no evento;



- 2.2. Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais, ou de qualquer outra natureza, a si mesmos ou a terceiros. A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente por negligência ou roubo de objetos e ou valores dos participantes. Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização do evento, isentos de responsabilidade resultante dos atos acima descritos;
- 2.3. Após a inscrição, os participantes assumem que se encontram, física e psicologicamente preparados para o esforço físico e mental, inerentes ao evento;
- 2.4. É fundamental que o participante tenha a noção de autogestão do esforço, quer físico, quer mental, perante situações adversas às quais poderá ficar exposto, sem que seja possível ajuda/resgate imediato. É fundamental o participante saber como atuar em caso de pequenas lesões, indisposições gástricas, entre outras situações, decorrentes da tipologia deste evento;
- 2.5. Em caso de emergência, o participante deve ter a capacidade de fornecer as coordenadas geográficas / localização exata às equipas de socorro;
- 2.6. Em caso de desistência do evento é obrigatório que os participantes forneçam com a rapidez possível à informação da sua identidade e intenção da ação que pretende realizar;
- 2.7. Qualquer violação ao disposto nos pontos anteriores implica a impossibilidade de alinhar à partida do evento.

#### **ARTIGO 12: DIREITOS DE IMAGEM E DADOS PESSOAIS**

---

1. Os participantes são livres de captar imagens fotográficas e vídeos;
2. Os participantes autorizam a entidade organizadora do evento ao registo multimédia (foto e vídeo), na sua totalidade para efeitos de marketing e publicidade, e assim cedem todos os direitos à sua exploração comercial por parte da organização.
3. Os participantes consentem a utilização dos seus dados pessoais, por parte da organização.

#### **ARTIGO 13: CANCELAMENTO DO EVENTO**

---

1. O evento poderá ser cancelado em virtude de causas naturais (desastres naturais, inundações, incêndios ou outro);
2. Em caso de cancelamento do evento o valor das inscrições não será devolvido.

#### **ARTIGO 14: RECURSOS**

---



1. Só serão aceites recursos pela forma escrita, durante o decorrer do evento ou até 30 minutos após a chegada do participante reclamante, com pagamento de uma caução no valor de 50€. Caso a reclamação seja aceite, o valor da caução será restituído.

#### **ARTIGO 15: OUTROS**

---

1. A organização decidirá sobre todos os assuntos relacionados com o evento e que não foram objeto de regulamentação ou sobre más interpretações do presente regulamento;
2. Qualquer dúvida decorrente da leitura do presente Regulamento deve ser esclarecida com a Organização previamente ao evento.

#### **ARTIGO 16: CONTACTOS**

---

1. Todos os contactos acerca do evento deverão ser formalizados através das páginas:  
Facebook – [ACD Lamelas](#)  
Instagram – [Desafio ACDL](#)
2. Em caso de questões relacionadas com o **Desafio ACDL**, enviar para o e-mail [acdlamelas@gmail.com](mailto:acdlamelas@gmail.com).