

Regulamento Gião Bike Challenge

- **ORGANIZAÇÃO**

A Organização do Desafio Gião Bike Challenge by AJ Carvalho é da responsabilidade do Centro desportivo Cultural e Recreativo de Gião .

- **Enquadramento**

O 3º Gião Bike Challenge BY AJ Carvalho, organizado pelo CDCR de Gião, acontecerá no próximo dia 5 de abril de 2025, em Gião, Vila do Conde. Uma ultramaratona de superação de limites, aventura na natureza e como não podíamos dispensar um belo convívio final.

Passeio individual guiado por GPS

O traçado percorrerá cerca de 140 Kms com aproximadamente 3800 metros de acumulado positivo.

Não existirão marcações físicas no percurso, o seguimento do mesmo faz-se com recurso do GPS.

O evento iniciará às 6h30 e finalizará às 20h30m de dia 05/04/2025

- **CONCEITO**

As novas tecnologias vieram revolucionar o desporto tal como o conhecemos, por isso substituem as tradicionais fitas plásticas, pelo GPS. O GPS vem trazer um maior desafio à prova, para além de ser bastante mais seguro e eficaz no controlo do percurso.

- **PROVA**

A prova é percorrida individualmente e guiada por GPS, tem duas distâncias disponíveis:

1. Gião Extreme Challenge aproximadamente 140 kms com aproximadamente 3000 metros de desnível positivo e um tempo máximo de 13 horas.
2. Gião Race Challenge aproximadamente 90 kms com aproximadamente 1800 metros de desnível positivo e um tempo máximo de 11 horas.

Não obstante de a organização disponibilizar abastecimento sólidos e líquidos ao longo do percurso, o participante deverá ser autossuficiente durante a prova. O participante poderá abastecer-se de água em fontes ou alimentos e bebidas em casas de particulares, cafés, lojas de qualquer especialidade e outros. É permitido a entreaajuda entre os participantes quando ambos se encontram no percurso da prova. É permitida a ajuda, solicitada ou não pelo participante, no que diz respeito à orientação no terreno e operacionalidade do GPS e seu software.

Será proibida a circulação de carros de apoios de equipas no percurso, devendo estes permanecer nos pontos de abastecimento, tal como atletas que não se encontrem em prova estão proibidos de ajudar atletas em prova. O não cumprimento desta regra dará imediatamente origem á desclassificação do atleta em prova que beneficie desta ajuda externa.

Regulamento Gião Bike Challenge

- **HORÁRIOS**

Inicia no dia 5 de abril de 2025 dentro do Campo de futebol de Gião e termina no mesmo local.

Partida Extreme Challenge 7h30m

Partida Race Challenge 7h30m

- **CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO**

Tenha a plena consciência da extensão, especificidade da prova e estar totalmente preparado para isso. Ter adquirido, antes da prova, uma real capacidade de autonomia pessoal para gerir as dificuldades e problemas que podem advir neste tipo de evento.

Informar a Organização de qualquer problema de saúde que tenha, para conhecimento prévio dos primeiros socorros, caso necessite, tais como: diabetes, hipertensão, asma e outros.

Idade mínima para participação 18 anos de idade á data do evento

- **BARREIRAS HORÁRIAS**

Todas as transições têm barreiras horárias, essas transições serão controladas nos abastecimentos por um membro da organização. Atletas têm que cumprir um mínimo 11 km/h de velocidade média para poderem continuar em prova.

Após estas barreiras horárias, os postos de transição estarão encerrados e os atletas serão convidados a utilizar o percurso alternativo direto para a meta. Os atletas que decidirem continuar pelo percurso depois dos postos de transição encerrados estarão em total autonomia, ou seja, por sua conta e risco. A Organização não se responsabiliza pelos atletas que decidirem continuar a seguir o percurso fora das barreiras horárias estabelecidas.

- **TEMPO LIMITE**

Os atletas têm 13h para completar o percurso de 140km. A meta encerra às 20:30 h do dia 5 de Abril

- **EQUIPAMENTO OBRIGATÓRIO GPS**

É um equipamento obrigatório e deve ter como requisito principais a sua autonomia. Não se esqueça que é o percurso gravado neste equipamento que valida a sua participação. Não existe outra possibilidade de a validar.

1. Luzes aconselháveis - Iluminação frontal + Iluminação a retaguarda.
2. Telemóvel – É obrigatório o uso do telemóvel ligado durante toda a prova para que possa ser contactado em caso de necessidade ou para que possa entrar em contacto com a organização caso ocorra algum problema.
3. Capacete – O uso de capacete será obrigatório, a inobservância dessa regra dará lugar à desclassificação.
4. Líquido – O participante deverá levar consigo durante toda a prova recipiente com, pelo menos, 0.5l de água.

Regulamento Gião Bike Challenge

- **COMPORTAMENTO**

É expressamente proibida qualquer manifestação considerada obscena, quer seja através de grafismos, expressões sonoras ou visuais, em qualquer parte da apresentação física ou de equipamentos dos participantes, sendo a sua observação punida com a desclassificação da prova.

É também totalmente proibida a colocação de lixo fora dos locais direcionados para este efeito, qualquer participante que seja observado a colocar lixo fora é imediatamente desclassificado.

- **REGRAS DE SEGURANÇA**

No percurso estão previstas a utilização de vias públicas, em estrada ou fora de estrada, travessia de aldeias, vilas, acessos e serventia de propriedades privadas. Portanto, o percurso não estará fechado para o evento e assim sendo, os participantes devem estar atentos ao fato de existirem viaturas, pessoas e animais a circular num e noutro sentido. Deverá ser cumprido o código da estrada. O não cumprimento das regras do trânsito poderá levar à desclassificação.

- **PERCURSO E GPS**

O percurso do evento não estará marcado no terreno. A Organização disponibilizará via e mail na semana da prova os respetivos tracks de gps para que sejam carregados nos equipamentos. Este será o único meio de orientação de que os participantes disporão para seguir o percurso.

O percurso é composto na sua maioria por caminhos, trilhos e estradas não asfaltadas. O percurso do evento atravessa muitas estradas e muitas vezes cruza-as na perpendicular. A travessia de algumas destas estradas constitui perigo acrescido aos participantes, quer pela falta de visibilidade quer pela velocidade dos veículos que nelas circulam. A fim de promover a segurança nestas situações, sugere-se todos os participantes a paragem durante alguns segundos para verificação. Recomenda-se muita precaução na aproximação a estradas. É obrigatório cumprir o percurso do evento, estando previstas punições para os casos em que foram detetadas incorreções no cumprimento do percurso oficial.

- **CONTROLOS DE PASSAGEM**

O tempo será registado individualmente de forma automática e manual nos diversos Postos de Controlo. Haverá Controlo de Passagem nas Zonas identificadas, bem como controles em zonas não identificadas e não informadas aos participantes. As duplas tem que andar sempre juntas e a tempo máximo de distância de 30 segundos (sob pena de penalização se esta regra não for cumprida). Os Postos de Controlo Identificados terão hora de fecho. (ver BARREIRAS HORÁRIAS).

Todos os participantes que cheguem após a hora definida como fecho do Posto de Controlo identificado, terão de abandonar o traçado original da prova e seguir com base nas indicações fornecidas pela Organização.

- **DESISTÊNCIAS**

Os atletas que decidam desistir, devem por obrigatoriamente informar a organização, através dos números de contacto que constam no dorsal. Numa adversidade, acidente ou falência física, a decisão da organização, assistentes, médicos ou polícia é soberana e sem qualquer recurso. O atleta terá que se submeter à sua autoridade. Em caso de emergência ou incapacidade de continuar em prova, pode ligar diretamente para as organizações de ajuda emergência (especialmente se estiver em locais que só permitem chamadas de emergência) ou contatos fornecidos pela

Regulamento Gião Bike Challenge

organização. A decisão, por qualquer motivo, de desistir da prova, deverá imediatamente ser informada à organização. A desistência poderá ser efetuada por telefone diretamente ao Diretor da Prova. No caso de desistência sem o devido aviso à Organização, que cause uma operação de busca e resgate, o custo relativo a esse procedimento será imputado a quem negligenciou o dever de informar a sua desistência. A Organização fornecerá a todos os participantes os números de telefone mais importantes.

GPS

Será este equipamento que o levará da partida ao final da prova. É também ele que regista e confirma a prova realizada. O GPS tem de acompanhar o participante do início até ao fim da prova. A não entrega do equipamento, ou a não gravação do percurso desclassifica imediatamente o participante. Aconselha-se o uso de equipamentos que se possa substituir as fontes de alimentação ou permitir a carga em uso. O GPS deverá estar em modo de gravação durante todo o evento. A não gravação do percurso, a perda do equipamento, a não entrega para descarregamento no final do percurso, desvios superiores a 100 metros à linha do track inicial, penalizam com a desclassificação. O participante deverá ser responsável pela preservação dos dados carregados pela Organização no GPS. A organização fará o descarregamento de dados do GPS no final da prova. É um equipamento obrigatório e deve ter como requisitos principais a sua autonomia.

• INSCRIÇÕES

Uma inscrição só ficará efetiva depois de validada pela entidade organizadora. Decorrem de 29 de novembro de 2024 até 30/03 de 2025.

Idade mínima para participação 18 anos de idade à data do evento

Na primeira fase de inscrições (**Black week**) de 29 novembro a 6 de dezembro valor de inscrição será de 25 euros, na segunda fase de 7 de dezembro a 5 de janeiro 30 euros e na terceira fase de 6 de janeiro a 30 de março valor de inscrição será de 35 euros. A inscrição de um atleta é constituída por:

.Participação na prova

.Kit de atleta (dorsal + fitas zip)

.Abastecimentos sólidos e líquidos (km 24/50/75/125)

.Tracks

.Seguros de:

Responsabilidade Civil (organização) e acidentes pessoais

.Lavagem da Bike

. Banhos

. Refeição no final da prova

. Prémios aos vencedores CATEGORIAS

- 1º, 2º e 3º lugar Geral Individual masculino (Gião Race Challenge e Gião Extreme Challenge)
- 1º, 2º e 3º lugar Geral Individual feminino (Gião Race Challenge e Gião Extreme Challenge)
- 1º, 2º e 3º lugar Categoria Elites masculino e feminino (Gião Race Challenge e Gião Extreme Challenge)

Regulamento Gião Bike Challenge

- 1º, 2º e 3º lugar Categoria M30 masculino e feminino (Gião Race Challenge e Gião Extreme Challenge)
- 1º, 2º e 3º lugar Categoria M40 masculino e feminino (Gião Race Challenge e Gião Extreme Challenge)
- 1º, 2º e 3º lugar Categoria M50 masculino e feminino (Gião Race Challenge e Gião Extreme Challenge)
- 1º, 2º e 3º lugar Categoria M60 masculino e feminino (Gião Race Challenge e Gião Extreme Challenge)
- 1º, 2º e 3º lugar E-bikes masculino e feminino (Gião Race Challenge e Gião Extreme Challenge)
- 1º, 2º e 3º lugar duplas masculino e feminino (Gião Race Challenge e Gião Extreme Challenge)
- 1º, 2º e 3º lugar duplas mistas (Gião Race Challenge e Gião Extreme Challenge)

- **LEVANTAMENTO DO KIT DE ATLETA**

O levantamento do mesmo deve ser feito no dia 04/04 das 16h às 21h e no dia 5/04 das 5h30 às 6h45m no Campo de futebol de Gião . O kit do atleta apenas será entregue ao respetivo atleta que deverá apresentar número do cc e data de nascimento , o levantamento do kit por terceiros terão que facultar o número do cc e data de nascimento do dorsal a levantar.

- **PARTIDA**

A partida do extreme Challenge será dada pontualmente às 7h30m do dia 5 de abril de 2025 no campo de futebol de Gião .

A partida do extreme Challenge será dada pontualmente às 7h30m do dia 5 de abril de 2025 no campo de futebol de Gião .

- **DORSAIS**

É obrigatória a colocação bem visível da placa de número de prova na frente da bicicleta e no sentido em que este se desloca no terreno. A não observância desta regra acarreta na penalização de 30 minutos por cada vez que ocorrer a infração. Um concorrente que se apresente num Controle de Passagem sem esta placa poderá não ser controlado sendo-lhe imputadas as penalizações previstas para estes casos (desclassificação). Quaisquer alterações no tamanho das placas com o número de prova terão de ser previamente autorizadas pela Organização. Estas placas comportarão ainda publicidade aos patrocinadores principais da prova e em caso algum este espaço pode ser utilizado para outros fins.

- **CHEGADAS**

A localização da Meta será no interior do campo de futebol de Gião . Um concorrente termina a prova e controlo de tempo feito, quando cruza a linha de chegada. Este controlo de chegada fechará à hora prevista (20h) e todo o concorrente que termine a sua prova para além do tempo limite não será classificado.

Regulamento Gião Bike Challenge

- **CLASSIFICAÇÕES**

Ganha pelo concorrente a participar a solo que somar o menor tempo no final. As classificações provisórias serão afixadas no secretariado da prova. Posteriormente serão divulgadas as classificações oficiais na respetiva plataforma online de controlo de tempos. Para efeitos das classificações os tempos serão contados em horas, minutos e segundos.

- **ALTERAÇÃO AO PERCURSO OU CANCELAMENTO DA PROVA**

A Organização reserva-se ao direito de cancelar ou adiar a Prova, sempre que as condições Climatéricas ou outras de Catástrofe Natural impeçam o bom desenrolar da mesma pondo em causa a Segurança de Atletas e Organização. A Organização poderá ainda eliminar troços, encurtar distâncias ou optar por caminhos alternativos, sempre que as condições Climatéricas ou outras de Catástrofe Natural impeçam o bom desenrolar da mesma pondo em causa a Segurança de Atletas e Organização. Se tal decisão for tomada nos dias anteriores à véspera da Prova, a Organização obriga-se a arranjar uma data alternativa para a Organização da Prova.

- **UTILIZAÇÃO DE BICICLETAS ELÉTRICAS**

É permitida a utilização de bicicletas elétricas, no entanto os atletas/ equipas que utilizarem este tipo de bicicletas serão incluídos na classificação geral de bicicletas elétricas .

Caminhada solidária

Numa outra dinâmica decorrerá em paralelo uma caminhada solidária , com distância aproximada de 8 kms e a percorrer caminhos rurais de Gião com partida às 10h no Parque de jogos municipal de Gião . A Caminhada tem um valor de inscrição de 7.5 € e a data limite de inscrição é dia 30 de Março. A inscrição na caminhada é constituída por sande e bebida no final da caminhada no Parque de jogos municipal de Gião.

Bike kids

Decorrerá também em paralelo á prova de btt uma gincana de bicicletas para os mais novos no interior do Parque de jogos municipal de Gião às 14h30m.

A Organização decidirá sobre todos os assuntos relacionados com a prova e não foram objeto de regulamentação ou sobre mal interpretações do presente julgamento. Esta Organização poderá ainda decidir sobre a imposição de penalizações. Este regulamento poderá ser alterado, sem aviso prévio, se se verificar que existe alguma omissão, incorreção ou texto que dê possibilidade a má interpretação.