



REGULAMENTO

SÃO MAMEDE GRANFONDO



REGULAMENTO - SÃO MAMEDE GRANFONDO ARRONCHES

Numero 1 – Definição

1a) O São Mamede Granfondo – Arronches realiza-se nos dias 6 e **7 De Junho de 2026** nos Concelhos do Parque Natural da Serra de São Mamede (PNSSM), pretendendo mostrar as riquezas não só do PNSSM para a prática desportiva, mas das localidades e tradições envolventes, promovendo as suas potencialidades junto dos participantes;

1b) Ano após ano a prova realizou-se na região com a particularidade de começar e terminar em localidades diferentes, depois de Portalegre em 2023, Marvão em 2024, Castelo de Vide 2025, em 2026 vamos até Arronches;

1c) Esta prova enquadra-se na definição de “Prova Aberta”, segundo o regulamento geral da UVP-FPC para estes eventos;

1d) A prova é organizada pela Associação Desporto e Aventura de Portalegre (DAP), contando com o apoio das Câmaras Municipais de Portalegre, Castelo de Vide, Marvão e Arronches e ainda do IPDJ – Instituto Português do Desporto e Juventude e da ERT – Alentejo – Entidade Regional do Turismo do Alentejo;

1e) A prova, não sendo um evento de competição, caracteriza-se por ter andamento livre, estando o percurso marcado com sinalização vertical;

1f) O evento terá três percursos: Granfondo **131km** e Mediofondo **90km** e Minifondo **60km**. Ambos têm partida e chegada em **ARRONCHES**;

1g) A prova deverá ser realizada preferencialmente em bicicleta de estrada. No entanto o participante é livre de participar com outro tipo de bicicleta (ex.

bicicleta de BTT ou de ciclocrosse). É proibida a participação com bicicleta de contrarrelógio, as bicicletas com meios auxiliares de locomoção, mecânicos, elétricos não serão classificadas, podendo na mesma participar.

Numero 2 - Participantes

2a) Admitem-se à participação nesta prova todos os atletas federados amadores, atletas federados em CPT (Ciclismo para Todos) e também atletas não filiados na Federação Portuguesa de Ciclismo, com idade igual ou superior a 16 anos, feitos até 31 de Dezembro de 2026 no caso do GranFondo e MedioFondo, no caso do MiniFondo podem participar atletas a partir dos 14 anos feitos até 31 de Dezembro de 2026, tendo neste caso que apresentar termo de responsabilidade assinados pelos pelo pais.

2b) Para os atletas NÃO federados a organização efetuará um seguro desportivo válido apenas para a participação neste evento;

2c) As franquias do seguro serão suportadas pelo atleta segurado no caso de sinistro;

2d) As categorias de participantes existentes serão as seguintes:

| FEMININOS | Idades (31Dez26) |
|-----------|------------------|
| Juniores | 16 a 18 anos |
| Sub-23 | 19 a 23 anos |
| Elites | 24 a 29 anos |
| Master 30 | 30 a 34 anos |
| Master 35 | 35 a 39 anos |
| Master 40 | 40 a 44 anos |
| Master 45 | 45 a 49 anos |

| MASCULINOS | Idades (31Dez26) |
|------------|------------------|
| Juniores | 16 a 18 anos |
| Sub-23 | 19 a 23 anos |
| Elites | 24 a 29 anos |
| Master 30 | 30 a 34 anos |
| Master 35 | 35 a 39 anos |
| Master 40 | 40 a 44 anos |
| Master 45 | 45 a 49 anos |



| | | | |
|-----------|--------------|-----------|--------------|
| Master 50 | 50 a 54 anos | Master 50 | 50 a 54 anos |
| Master 55 | 55 a 59 anos | Master 55 | 55 a 59 anos |
| Master 60 | 60 a 64 anos | Master 60 | 60 a 64 anos |
| Master 65 | 65 a 69 anos | Master 65 | 65 a 69 anos |
| Master 70 | 70 ou + | Master 70 | 70 ou + |

2f) Os atletas da categoria SUB-19 e as atletas SUB-23 / Elites com idade inferior a 19 anos, só poderão participar no **MedioFondo (90 km)** e **MiniFondo (60 km)**, conforme número **2a)** do presente regulamento

2g) Os atletas federados têm que participar obrigatoriamente na categoria em que estão filiados na FPC;

2h) O conjunto de atletas que se constituem como equipa e concorrem para a respetiva classificação são obrigados a vestir equipamento igual;

2i) É interdita a participação na prova a atletas a cumprir sanções pelas respetivas federações, por uso de substâncias dopantes ou outros motivos que os impeçam de competir em provas oficiais.

Numero 3 - Percurso

3a) A prova terá três percursos: **Granfondo - 131 km e Mediofondo – 90 km e MiniFondo – 60 km;**

3b) Haverá uma classificação separada para cada percurso;

3c) Existe um limite máximo de tempo para terminar os percursos:

| GRANFONDO – 131 KM | MEDIOFONDO – 90 KM | MINIFONDO – 60 KM |
|---------------------------|---------------------------|--------------------------|
| 7H30M | 6H00M | 5H00M |

Findo o limite de tempo a organização poderá obrigar o atleta a recolher ao carro vassoura.

3d) Durante a prova o atleta poderá optar pelo percurso e prova que entender finalizar, sendo classificado de acordo com os chek points que cumprir no percurso.

Numero 4 – Classificação e prémios

- 4a)** Existirá uma classificação geral absoluta de atletas masculinos, para cada distância;
- 4b)** Existirá uma classificação geral absoluta de atletas femininas, para cada distância;
- 4c)** Existirá uma classificação de premio de montanha a anunciar.
- 4d)** Serão atribuídos prémios aos 3 primeiros classificados de cada categoria, em cada distância, tendo em conta o estabelecido na alínea c), do Artº 2. Será ainda atribuído prémio à equipa vencedora em cada distância;
- 4e)** Para a classificação por equipas somam-se os 3 melhores tempos realizados pela equipa. Em caso de empate contará o melhor tempo realizado pelos atletas das equipas empatadas.
- 4f)** A participação nas cerimónias protocolares é obrigatória. Em caso de ausência, o atleta perderá o direito ao prémio, salvo em casos devidamente justificados pelos atletas e aceites pela organização.
- 4g)** Poderão ser atribuídos outros prémios ou brindes.

Numero 5 - Segurança

- 5a)** A prova terá acompanhamento policial do pelotão principal, na frente da corrida e na retaguarda da corrida;
- 5b)** A prova terá controlo policial de circulação de trânsito nos cruzamentos e zonas mais críticas;
- 5c)** A prova terá acompanhamento de STAFF da organização nas zonas que o justifiquem;

5d) A prova terá acompanhamento médico de emergência;

5e) Ainda assim, de acordo com o referido no Artº 1 b), todos os participantes estão obrigados a respeitar as regras de circulação na via pública;

5f) O percurso da prova **NÃO estará fechado ao trânsito**, pelo que todos os participantes deverão acautelar a sua circulação em via pública, tendo em conta que:

- Existe circulação de veículos estranhos no traçado da prova;
- Existe a possibilidade de esses veículos circularem na via, entre os ciclistas;
- Existe circulação de veículos nos dois sentidos e que se pode cruzar com eles a qualquer altura, devendo por isso circular sempre do lado direito da via;
- Existem cruzamentos não fechados ao trânsito durante a passagem da prova;
- Nas zonas mais técnicas e perigosas do percurso deve ter maior precaução, tais como as descidas com curvas onde se deve moderar a velocidade a fim de evitar danos próprios ou a terceiros;
- O estado das estradas em alguns locais pode não reunir as melhores condições de segurança. Cada participante assume a responsabilidade por qualquer prejuízo que sofrer devido ao mau estado das estradas ou defeitos das infraestruturas;
- O participante assume integralmente a responsabilidade por acidentes que venha a causar a terceiros estranhos à prova.

Numero 6 - Inscrições

6a) As inscrições serão efetuadas online, através de link na página da DAP em

<http://saomamedegranfondo.pt>

| KIT ATLETA (60km / 90km / 131km) | Inscrição com almoço 45 € | Inscrição sem almoço 37 € | Inscrição VIP 50 80€ |
|--|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------|
| Percurso sinalizado | X | X | X |
| Abastecimentos líquidos e sólidos | X | X | X |
| Placa identificativa para bicicleta | X | X | X |
| Controlo tempos chip e pontos intermédios | X | X | X |
| Seguro acidentes pessoais | X | X | X |
| Banhos água quente | X | X | X |
| Almoço Final | X | | X |
| Prémio de Finalista | X | X | X |
| Prémio Classificação | X | X | X |
| Brindes que organização angariar com os parceiros | X | X | X |
| JERSEY oficial (Inscrição confirmada até dia 15 de Maio) | X | X | X |
| Partida BOX VIP | | | X |
| Calções de ciclismo Oficial Prova | | | X |

6b) Calções Oficiais São Mamede Granfondo - **Arronches**, podem ser adquiridos no acto da inscrição pelo valor de **40€**;



6c) Pode ser adquirida uma refeição extra para acompanhante pelo valor de **10€**;

6d) As inscrições com direito a Jersey têm que ser confirmadas (**Pagas**) até dia **15 de Maio**;

6f) As inscrições encerram no dia **3 de Junho**;

6g) As devoluções por desistência terão um valor de **50%** do valor pago pelo atleta. Após a data de **15 de Maio (inclusive)** a organização não efetuará devolução de inscrições por desistência;

6h) O estado de Pré-inscrição (Sem pagamento efetuado) não garante ao atleta a participação na prova. Só após o pagamento será confirmada a inscrição;

6f) A ordem de partida do evento será dada por ordem de dorsal, atribuído quando o atleta efetua o pagamento da inscrição.

Numero 7 – Programa prova:

➤ **06 Junho de 2025 (sábado)**

14:30 – 21:00 - Secretariado de prova – Levantamento documentação e receção dos atletas. Local: ARRONCHES

➤ **07 Junho de 2025 (Domingo)**

07:00 - 8:30 - Secretariado de prova – Levantamento documentação e receção dos atletas. Local: ARRONCHES

09:00 - Partida - SÃO MAMEDE GRANFONDO – **ARRONCHES**

10:40 - Meta - Chegada dos primeiros atletas - Minifondo

11:30 - Meta - Chegada dos primeiros atletas - Medifondo

13:40 - Meta - Chegada dos primeiros atletas – Granfondo

12:00 -19:00 - Reforço Alimentar pós-prova

12:30 – Serviço de Almoço para inscrições com almoço

15:30 - Cerimónia de entrega de prémios.

18:00 - Meta - Chegada dos últimos atletas

Numero 8 – Disciplina da Prova

8a) Tal como descrito no número 5, a prova decorrerá em estradas abertas á circulação de outros veículos e pessoas, pelo que o desrespeito pelo descrito e pelas normas do trânsito e da circulação na via pública, levará à aplicação de medidas sancionatórias aos participantes envolvidos;

8b) É proibida a circulação de veículos estranhos à organização, para apoio aos atletas; O percurso da prova é conhecido, pelo que o apoio aos atletas deve ser dado em locais próprios que serão identificados pela organização, nunca em veículos que tentem acompanhar a prova. Caso sejam detetados pelas autoridades policiais, ou pelo staff da prova, veículos de apoio a atletas a circular no meio da prova, os atletas visados serão alvo de desqualificação, devendo abandonar a prova de imediato;

8c) Todo o participante que revele um comportamento violento, inadequado, e que ponha em risco os restantes, será desclassificado e expulso da corrida;

8d) Todo o participante que obtenha de alguma forma ajuda à sua progressão por meios exteriores à prova será alvo de medidas sancionatórias;

8e) No decorrer da prova é obrigatório o uso de capacete de ciclismo homologado;

8f) Por razões de segurança é proibido aos atletas circular com auscultadores nos ouvidos.

8g) Não é permitido circular no percurso em sentido inverso ao da prova;

8h) É estritamente proibido o arremesso de lixo para o chão, durante toda a prova;

8i) Aos atletas que sejam identificados nas situações irregulares descritas acima, poderão ser aplicadas as seguintes medidas sancionatórias:

- Expulsão da prova, sem direito a classificação nem eventuais prémios;
- Impedimento de participar em edições futuras da prova;
- Sanções impostas pelas autoridades policiais que enquadram a prova, caso as infrações sejam detetadas pelas autoridades e as mesmas considerem ser merecedoras de sanção;
- Outras sanções a decidir pela organização.

Numero 9 – Decorrer da prova

9a) É obrigatório o uso da placa numerada fornecida pela organização. Todos os atletas deverão colocar a placa da bicicleta na posição correta, na parte dianteira, na zona do guiador de modo a ser bem visível em toda a sua superfície. Todo o atleta que não cumpra esta regra será excluído da prova. É estritamente proibido alterar os conteúdos gráficos constantes na placa ou acrescentar qualquer tipo de mensagem ou imagem seja de caráter publicitário ou não;

9b) Todos os participantes são responsáveis por seguir corretamente o percurso da prova, estando atentos à sinalização do percurso. A organização não se responsabiliza por prejuízos aos atletas, relacionados com enganos no percurso;

9c) É permitida, entre participantes, a ajuda mecânica na resolução de problemas da bicicleta;

9d) Haverá acompanhamento médico de emergência que deverá ser solicitado em caso de necessidade, através dos contactos presentes na placa da bicicleta;

9e) Poderá haver acompanhamento mecânico da prova, com veículos a acompanhar o pelotão. Em casos de avaria mecânica o visado deve solicitar a presença do apoio mecânico através do número presente na placa da bicicleta, e aguardar no local identificado que a mesma chegue. As despesas resultantes das reparações estarão sempre a cargo do participante;

9f) Existirão alguns pontos de abastecimento líquido e sólido ao longo do percurso fornecidos pela organização. Ainda assim, o próprio participante deverá assegurar a sua autonomia em termos de reposição energética para o esforço a realizar ao longo da prova;

9g) Existirão também locais de abastecimento apeado, onde as equipas de apoio ou staff de apoio dos atletas poderão fornecer abastecimento apeado aos atletas. O abastecimento apeado entende-se por abastecimento dado ao atleta em andamento, em que o atleta está em movimento e quem o abastece está parado na berma da estrada ou rua, a pé. Estes locais serão identificados pela organização e o abastecimento apeado **SÓ PODERÁ SER FORNECIDO NESTES LOCAIS; É PROIBIDO FORNECER ABASTECIMENTO AOS ATLETAS EM MOVIMENTO, A PARTIR DE VIATURAS.**

9h) Todos os participantes que desistam de completar o percurso devem avisar a organização da sua desistência. Todos aqueles que desistam de completar o percurso, desde que não tenham limitações físicas, deverão dirigir-se à zona de meta por meios próprios; No caso dos atletas que demonstrem de forma explícitas limitações físicas que os impeçam de se deslocar por meios próprios, serão transportados pela organização em veículo próprio para o efeito;

9i) Haverá carros-vassoura no final do pelotão, que acompanharão sempre a retaguarda da prova. A organização não se responsabiliza por atletas que saiam do percurso da prova e que eventualmente sejam ultrapassados por este veículo, ficando assim à sua responsabilidade;

9j) Será disponibilizado o percurso em formato **TRACK GPS** para que os interessados possam seguir a prova através dos seus dispositivos.

9l) Em casos de força maior, a organização poderá alterar o percurso da prova.

Numero 10 – Outros

10a) Com a inscrição na prova e a aceitação deste regulamento, o participante cede todos os direitos de imagem relativos à exploração comercial e publicitária dos registos fotográficos e de vídeo, sem direito a receber nenhuma compensação económica por parte da organização;

10b) A organização assume que os dados inseridos aquando da inscrição, serão utilizados apenas pela **Associação Desporto e Aventura de Portalegre (DAP)**, para divulgação e promoção de outros eventos do mesmo género;

10c) A organização não se responsabiliza pelo desaparecimento, extravio e perda de objetos ou quaisquer outros bens pertencentes aos participantes;

10d) A organização só aceita reclamações por escrito, até meia hora após a afixação dos resultados.

Numero 11 – Aceitação

11a) Ao inscrever-se, o participante declara conhecer e aceitar, sem restrições, o presente regulamento e os seus anexos;

11b) Os casos omissos a este regulamento, caso existam, serão resolvidos pela organização e colégio de comissários, em conformidade com o presente regulamento e regulamentos gerais da FP

