REGULAMENTO – 2021.06.19

Índice

CONTROLO DE ALTERAÇÕES 3
1. NOME, ORGANIZAÇÃO E APOIO 3
2. CONCEITO, MODALIDADES DE PARTICIPAÇÃO E ESCALÕES 3
3. LOCAL, DATA DE REALIZAÇÃO E HORÁRIOS 3
4. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO 4
5. AUTONOMIA E ORIENTAÇÃO 4
6. PERCURSO 5
7. BARREIRAS HORÁRIAS 5
8. TEMPO LIMITE 6
9. REGRAS DE SEGURANÇA 6
10. EQUIPAMENTO OBRIGATÓRIO 7
11. EQUIPAMENTO RECOMENDADO MÍNIMO 8
12. COMPORTAMENTO 8
13. TRACK 8
14. CONTROLOS DE PASSAGEM 9
15. ZONAS DE NEUTRALIZAÇÃO 9
16. TEMPO FINAL 10
17. DESISTÊNCIAS 10
18. VALIDAÇÃO DA PARTICIPAÇÃO 10
19. PENALIZAÇÕES 11
20. INSCRIÇÕES 11
21. SECRETARIADO 12
22. LEVANTAMENTO DO KIT DE PARTICIPANTE 12
23. FRONTAIS 13
24. LISTAGEM COM TEMPOS 13
25. ALTERAÇÃO AO PERCURSO OU CANCELAMENTO DO EVENTO 13
26. UTILIZAÇÃO DE BICICLETAS ELÉTRICAS 14
27. DIREITOS DE IMAGEM E DADOS DE INSCRIÇÃO 14
28. PROTEÇÃO DE DADOS 14
29. OUTROS 14
30. EXCECIONALIDADE E TRANSFERÊNCIA DO EVENTO E INSCRIÇÕES 15
31. COVID-19: PLANO DE CONTINGÊNCIA ESPECÍFICO COVID-19 15

CONTROLO DE ALTERAÇÕES

VERSÃO	DATA	DESCRIÇÃO / PRINCIPAIS ALTERAÇÕES
1.0	2020-01-20	Versão inicial
1.1.0	2020-06-19	Adaptação à necessidade de adiamento da edição de 2020
1.1.1	2021-06-04	1. Adaptação ao Plano de Contingência para fazer face à COVID-19. 2. Reforço do caráter não competitivo do EPX 3. Atualização das distâncias e acumulados (secção 6) 4. Atualização das barreiras horárias (secção 7) 5. Alerta para trecho que deve ser feito a pé (secção 9) 6. Reforço da necessidade de dispor de água potável (secção 10) 7. Seguro: informação sobre a sua divulgação (secção 20)

1. NOME, ORGANIZAÇÃO E APOIO

1.1. O Evento objeto deste Regulamento tem o nome "EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2021".

1.2. A Organização do EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2021 é da responsabilidade da NORMADBIKE - ASSOCIAÇÃO, NIPC 515 760 579.

1.3. Conta com o apoio dos Municípios de Ponte da Barca, Arcos de Valdevez, Melgaço, Lobeira, Entrimo e Lobios e da ADERE - PG.

2. CONCEITO, MODALIDADES DE PARTICIPAÇÃO E ESCALÕES

2.1. O EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2021 é um evento na modalidade de BTT, que assenta nos seguintes princípios e caraterísticas: autonomia total, com orientação exclusiva por GPS, com elevado nível de dificuldade física e mental, e dificuldade técnica moderada, com respeito pelo ambiente natural em que se desenrola, sem qualquer intuito ou caráter competitivo.

2.2. O EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2021 pretende proporcionar aos participantes:

2.2.1. O contacto com locais de elevado interesse natural, paisagístico cultural, histórico, etnográfico e popular.

2.2.2. Uma experiência física e mentalmente desafiante e enriquecedora, valorizando os valores da resiliência, superação e solidariedade.

2.3. A participação é individual, nos géneros masculino ou feminino.

2.4. Haverá os seguintes escalões de participação:

2.4.1. Masculino

2.4.2. Feminino

2.5. O EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2021 não tem caráter competitivo. Será divulgada uma lista com os nomes e género dos participantes, indicando-se os tempos consumidos para completarem o Percurso.

3. LOCAL, DATA DE REALIZAÇÃO E HORÁRIOS

3.1. O percurso inicia-se no dia 19 de junho de 2021 às 06:00:00 horas, em Lindoso, Concelho de Ponte da Barca, Portugal, e tem como tempo limite de realização 18:00 horas, terminando às 23:59:59 horas do mesmo dia, no mesmo local.

3.2. A partida será dada às 06:00:00 horas do dia 19 de junho de 2021, em Lindoso, no local de Partida, localizado junto ao Castelo e aos Espigueiros. Em decorrência da COVID-19, e de forma a ser garantido o distanciamento físico entre os participantes, será efetuada em grupos de 10 participantes, com intervalo temporal

de 2 minutos entre cada partida. A secção 31 contém a informação mais relevante respeitante aos requisitos a cumprir para satisfazer as determinações das Autoridades de Saúde.

3.3. A localização da Chegada é a mesma da Partida.

3.4. Um participante termina o Evento quando cruza a linha de chegada, que será identificada fisicamente com uma linha no solo e/ou uma placa ou lona com a palavra CHEGADA.

3.5. Este controlo de chegada fechará às 23:59:59 horas do dia da partida. Todo o participante que termine o seu percurso para além do tempo limite não constará da listagem referida em 2.5.. Este controlo tem como objetivo garantir a segurança dos participantes.

3.6. O Percurso desenvolve-se em Portugal e em Espanha.

4. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

4.1. A participação é aberta a participantes com pelo menos 19 anos de idade completados no dia do Evento, em condições de saúde compatíveis com a distância, acumulado e dificuldade física e mental do Percurso.

4.2. Conhecimento e cumprimento do conteúdo deste Regulamento.

4.3. Conhecimento e cumprimento do conteúdo do “Plano de contingência específico COVID-19”, a enviar aos participantes por e-mail, para o endereço de e-mail indicado quando da inscrição.

4.4. Inscrição válida.

4.5. Antes de se inscrever, tenha a plena consciência do seguinte:

4.5.1. O Percurso tem um elevado nível de dificuldade, quer a nível físico, quer mental, e dificuldade técnica moderada. Aquela decorre da sua elevada extensão, acumulado (desnível positivo acumulado), tipo de piso, de se desenrolar em locais com reduzida presença de população, e das condições climatéricas que, seja fruto da altura do ano em que se realiza, seja decorrente da amplitude de altitudes em que se desenvolve, se podem verificar;

4.5.2. O Percurso deve ser cumprido em autonomia, sem recurso a auxílio externo;

4.5.3. Ao participar no Evento, o participante deve estar totalmente preparado para tal e para gerir as dificuldades e problemas que podem advir neste tipo de evento.

4.5.4. Deve 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.

5. AUTONOMIA E ORIENTAÇÃO

5.1. O Evento realiza-se em total autonomia pelos participantes. Não é permitido o fornecimento de qualquer tipo de apoio ou ajuda externa. Esta é caraterizada por qualquer forma de ação, direta ou indireta, de caráter mecânico, alimentar ou qualquer outra.

5.2. É também proibida a circulação de carros de apoio de participantes no percurso.

5.3. A ajuda externa é punível com a exclusão do Evento. No entanto, o participante poderá abastecer-se de água em fontes ou alimentos e bebidas em casas de particulares, cafés, lojas de qualquer especialidade e outros. A Organização não se responsabiliza pela qualidade da mesma.

5.4. É permitida e recomendada a entreajuda entre os participantes quando os mesmos se encontram no percurso do Evento.

5.5. O Participante orienta-se pelos *tracks* para aparelho de GPS disponibilizados pela Organização com o Percurso.

5.6. É permitida a ajuda, solicitada ou não pelo participante, no que diz respeito à orientação no terreno e operacionalidade do GPS.
5.7. Equipamento obrigatório: ver secção 10.
5.8. Equipamento recomendado mínimo: ver secção 10.
5.9. O Percurso passa por alguns locais nos quais é possível aceder a água e alimentos, como fontes, cafés e mercearias, os quais serão indicados nos *tracks*.

6. PERCURSO

6.1. O percurso é efetuado em autonomia e guiado exclusivamente por GPS.
6.2. Existem **três percursos**, com as seguintes caraterísticas[1]:

N.º	NOME	DISTÂNCIA	ACUMULADO
1º	Black Wolf	175 Kms	5.400 m
2º	White Wolf	148 Kms	4.300 m
3º	Green Wolf	129 Kms	3.700 m

6.3. Passam por cinco, quatro ou três serras, de Portugal e de Espanha, nos pontos cicláveis mais altos das mesmas ou próximos dos mesmos, com significativas e diversas amplitudes de altitude.
6.4. O participante pode decidir no decorrer do Evento qual dos percursos realizará, uma vez que os mesmos se desenvolvem de forma sequencial, da seguinte forma:
6.4.1. Quase no final do percurso “Green Wolf” o participante pode decidir entre ir para a Chegada, completando assim este percurso por inteiro, ou seguir para tentar fazer os outros dois percursos (“White Wolf” e “Black Wolf”);
6.4.2. Optando por prosseguir para tentar fazer os outros dois percursos (“White Wolf” e “Black Wolf”), o participante pode, quase no final do percurso “White Wolf”, decidir entre ir para a Chegada, completando assim este percurso por inteiro, ou seguir para tentar fazer o percurso mais longo e difícil (“Black Wolf”);
6.4.3. A decisão está, porém, condicionada pelo respeito pelas barreiras horárias definidas na secção correspondente (secção 7).
6.4.4. No final, a listagem referida em 2.5. será definida em função do percurso realizado, através da verificação do percurso gravado no GPS.
6.5. Tratando-se de ambiente de média montanha, poderão ocorrer variações de temperatura e climatéricas significativas e repentinas, pelo que os participantes deverão ir munidos de equipamento que permita enfrentá-las com segurança, como sejam um corta-vento e um impermeável (em caso de tempo instável com probabilidade de ocorrência de precipitação), conforme secção 10.
6.6. O percurso é composto na sua maioria por caminhos, trilhos e estradas não asfaltadas. O piso é variado, compreendendo terra batida, calçadas, pedra solta, e outros. Atravessa e cruza diversas estradas, devendo ser cumpridas as “REGRAS DE SEGURANÇA” (secção 9) e o Código da Estrada.
6.7. Apresenta uma dificuldade técnica variada e elevada dificuldade física.

7. BARREIRAS HORÁRIAS

7.1. Todas as transições e percursos têm barreiras horárias que devem ser respeitadas pelos participantes:
7.2. Percurso “Black Wolf”

N.º	KMS	HORA DO DIA	HORAS DESDE INÍCIO
1ª	53	13:00h	7:00 h
2ª	74	14:30 h	8:30 h

[1] Sujeitas a eventuais alterações pontuais decorrentes de eventos de força maior.

3ª	113	17:45 h	11:45 h
4ª	147	21:30 h	16:30 h

7.3. Percurso “White Wolf”

N.º	KMS	HORA DO DIA	HORAS DESDE INÍCIO
1ª	53	13:00h	7:00 h
2ª	74	14:30 h	8:30 h
3ª	113	17:45 h	11:45 h

7.4. Percurso “Green Wolf”

N.º	KMS	HORA DO DIA	HORAS DESDE INÍCIO
1ª	53	13:00 h	7:00 h
2ª	74	14:30 h	8:30 h

7.5. Os participantes que não cumpram com estas barreiras horárias deverão utilizar os percursos alternativos disponibilizados juntamente com o *track* (designados por “Fuga”), que os encaminharão, por estrada, para Lindoso.

7.6. Os participantes que decidirem continuar pelo percurso desrespeitando as barreiras horárias e a indicação da Organização serão excluídos do Evento e esta não se responsabiliza pelos mesmos, apenas sendo prestado todo o apoio necessário em casos de acidente, força maior ou outro que coloque em causa a segurança do participante, podendo os participantes ser responsabilizados por tal, e serem-lhes imputados eventuais custos daí resultantes.

7.7. O participante deve estar consciente que o seguro de acidentes pessoais de que beneficia por participar no Evento vigora apenas até ao final do dia (23.59:59h) do evento (19 de junho), pelo que qualquer sinistro deixa de estar coberto a partir desse momento.

8. TEMPO LIMITE

8.1. Os participantes têm 18:00:00 horas para completar o EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2021. Tal implica uma média horária de cerca de 10 km/h para o percurso “Black Wolf”.

8.2. A Chegada encerra às 23.59:59 h do dia 19 de junho de 2021.

9. REGRAS DE SEGURANÇA

9.1. O percurso passa por vias públicas, em estrada ou fora de estrada, atravessa aldeias, vilas, baldios, acessos e serventia de propriedades privadas. Portanto, o percurso não estará fechado para uso exclusivo do Evento e, assim sendo, os participantes devem estar atentos ao facto de poder haver veículos, pessoas ou animais parados ou a circular, em qualquer sentido. Deverá ser cumprido, nestas situações, o Código da Estrada e regras de bom senso. O não cumprimento das regras do trânsito poderá levar à exclusão do evento.

9.2. A travessia dessas vias, em particular as estradas, constitui potencial perigo para os participantes, quer pela falta de visibilidade quer pela velocidade dos veículos que nelas circulam. A fim de promover a segurança nestas situações, sugere-se a todos os participantes a paragem durante alguns segundos para verificação.

9.3. O Percurso desenrola-se em locais onde é possível encontrar animais de grande porte, domésticos e selvagens, como gado bovino, caprino, ovino, cavalos/garranos, cães (particularmente de apoio ao pastoreio), ou outros. Em regra, são animais não agressivos, que não representam ameaça para o participante, mas recomenda-se abrandar a velocidade e cuidado ao passar junto

dos mesmos, de modo a não os assustar e não provocar reações por parte dos mesmos.

9.4. Sempre que forem encontradas cancelas, devem as mesmas ser fechadas depois da passagem, de modo a garantir que o gado não saia do espaço que as mesmas delimitam, o que poderia causar acidentes.

9.5. As zonas percorridas são, na quase sua totalidade, em território do ambiente da Reserva da Biosfera Transfronteiriça / Transfronteiriza Gerês-Xurés, que compreende o Parque Nacional da Peneda-Gerês (PNPG), em Portugal, e o Parque Natural Baixa Limia Serra do Xurés (PNBLSX), em Espanha, onde é conhecida a existência de várias alcateias de Lobo-Ibérico. Não é provável o avistamento desta espécie já que são animais esquivos que evitam os humanos, mas devem os participantes zelar por se manterem no *track*, e não fazer barulho, de modo a não perturbar esta ou outras espécies faunísticas existente nestes territórios.

9.6. A Organização pode impedir a participação de participantes que mostrem sinais de incapacidades físicas ou mentais para realizar o Percurso. Todo e qualquer sinal de embriaguez ou uso de drogas impedem a participação ou levam à exclusão do evento, sem possibilidade de recurso.

9.7. Os percursos têm uma zona, com cerca de 700 metros de extensão, não ciclável. Essa zona estará devidamente identificada nos tracks GPS, e antes do seu início, mediante colocação de barreiras físicas, placa sinalizadora e presença de elemento da organização, que informará da OBRIGATORIEDADE de o participante desmontar e fazer esse trecho totalmente a pé. Tal justifica-se para garantir a segurança de todos, o mais importante.

10. EQUIPAMENTO OBRIGATÓRIO

10.1. GPS – É um equipamento obrigatório e deve ter como requisitos mínimos a sua autonomia para a duração do Evento, com ou sem recurso a pilhas, baterias ou carregadores externos, e a possibilidade de gravar no mínimo 10.000 pontos. A validação de que o participante efetuou o percurso na sua totalidade pelos *tracks* definidos é efetuada exclusivamente pela verificação do percurso gravado neste equipamento. A não entrega do equipamento à Organização no final do percurso, para verificação do percurso gravado e efetuado, ou a não gravação do percurso na sua totalidade implica a exclusão do participante do Evento.

10.2. Telemóvel – O uso do telemóvel ligado, pelos participantes, durante toda a sua participação no Evento, é obrigatório, por razões de segurança e para o caso de ser necessário contactar o participante. O mesmo deve ter registados os n.ºs de telefone contidos no frontal, nomeadamente os da Organização e dos Bombeiros. O percurso passa por locais remotos, com potenciais falhas de cobertura na rede por parte dos operadores, pelo que se recomenda a utilização de mais do que um operador. Admite-se que, nalguns locais, nenhum dos operadores tenha cobertura. Alerta-se para a necessidade de os telemóveis deverem ter acesso a *roaming*, uma vez que o percurso se desenvolve em Portugal e em Espanha. A falta do telemóvel operacional, quando verificada, será-objeto de uma advertência.

10.3. Capacete – O uso de capacete é obrigatório, sempre que o participante se desloque na bicicleta. A inobservância desta regra dá lugar à exclusão do participante do Evento.

10.4. Líquido – O participante deverá levar consigo durante todo o Percurso recipiente com, pelo menos, 0,5 litros de água. A falta do mesmo, quando verificada, será-objeto de uma advertência. Aconselha-se a utilização de mochila de hidratação (“Camelbak”). Alerta-se para o facto de, durante zonas extensas do percurso, poder não haver acesso a água potável, o que, acrescido da possibilidade de ocorrência de temperaturas elevadas, pode colocar em risco a saúde do participante.

10.5. Luzes – O participante deve utilizar uma luz dianteira, de cor branca, e uma traseira, de cor vermelha. As luzes deverão estar montadas e ligadas na bicicleta ou no capacete a partir das 21:00 horas, como elemento sinalizador da presença do participante. A inobservância desta norma implica a exclusão do participante do Evento.

11. EQUIPAMENTO RECOMENDADO MÍNIMO

11.1. Bateria extra ou carregador para telemóvel;
11.2. Bateria extra ou carregador para GPS;
11.3. Vestuário: corta-vento, impermeável (se houver probabilidade de ocorrência de chuva);
11.4. Pneus: câmara-de-ar com gel (duas), desmonta pneus, bomba de ar, cartuchos de CO2;
11.5. Transmissão: desmonta corrente, elo rápido para a corrente, óleo;
11.6. Kit de ferramentas multi-usos;
11.7. Manta térmica;
11.8. Outros: protetor solar e óculos.

12. COMPORTAMENTO

12.1. Os participantes devem pautar-se por regras de respeito:

12.1.1. Pelos outros participantes: é proibida a adoção de comportamentos antidesportivos e antiéticos. No caso de algum participante verificar que outro participante sofreu algum acidente ou que está com notórias dificuldades que coloquem em causa a sua saúde ou segurança, deve de imediato auxiliá-lo e contactar a Organização e as forças de Socorro. O respeito pela segurança do outro é um valor que se sobrepõe a qualquer outro, nomeadamente a competição (lembra-se que o EPX não tem caráter competitivo).

12.1.2. Pelo ambiente: não poluir, não destruir, não colher vegetação ou recolher animais, devendo manter-se exclusivamente no percurso. Recorda-se que este passa por diversas Zonas Protegidas, estando a autorização de passagem pelas mesmas, dependente do rigoroso respeito pelas normas definidas para estes locais, e poderão ser encontradas no sítio na internet do ICNF[2] e do PNBLSX[3].

12.1.3. Pelas populações locais: ao passar nas estradas, caminhos, aldeias os participantes deverão ser corteses, e circular com cuidado para não colidir com ninguém;

12.1.4. No caso de o participante pretender recolher imagens de pessoas, recomenda-se que seja pedida a devida autorização prévia.

12.1.5. 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 exclusão do Evento.

13. TRACK

13.1. No dia 17 de junho de 2021 a Organização enviará por mail (para o mail indicado quando da inscrição) a todos os participantes os *tracks* dos percursos, no formato GPX, para que sejam carregados nos equipamentos.

[2] Instituto da Conservação da Natureza e das Florestas.
[3] Parque Natural Baixa Limia Serra do Xurés.

13.2. Este será o único meio de orientação de que os participantes disporão para seguir o percurso.

13.3. A linha de GPS poderá apresentar desvios relativamente ao caminho marcado no terreno. Os participantes deverão sempre seguir o caminho marcado no terreno mesmo que isso não corresponda exatamente à linha no GPS. São permitidos, nestes casos, desvios não superiores a 100 metros de cada lado face à linha do GPS.

14. CONTROLOS DE PASSAGEM

14.1. O tempo gasto por cada participante será registado individualmente de forma automática por sistema de cronometragem eletrónica. O registo é feito com base num chip colocado no frontal do participante.

14.2. Será ainda registado individualmente de forma manual nos Postos de Controlo.

14.3. Haverá controlo de passagem em Postos de Controlo identificados na secção "BARREIRAS HORÁRIAS" (secção 7), bem como em zonas não identificadas e não informadas aos participantes. O objetivo é o de garantir a segurança dos participantes, minimizando o risco de que se mantenham no terreno em horas que impeçam a sua chegada dentro do tempo limite (secção 8).

14.4. Os Postos de Controlo identificados estarão registados nos tracks e visíveis no ecrã do GPS.

14.5. Os Postos de Controlo Identificados terão hora de fecho. (ver BARREIRAS HORÁRIAS, secção 7)

14.6. Nos Postos de Controlo identificados haverá pelo menos um elemento da Organização. Este será responsável pela anotação dos tempos de passagem, verificação de equipamentos obrigatórios e bem-estar do participante de forma a atestar a sua continuidade no Evento.

14.7. Todos os participantes que cheguem após a hora definida como fecho do Posto de Controlo identificado, terão de abandonar o track do Evento e seguir os tracks alternativos fornecidos pela Organização.

15. ZONAS DE NEUTRALIZAÇÃO

15.1. O percurso decorre na sua maioria dentro dos limites do PNPG e do PNBLSX, passando por algumas zonas consideradas legalmente como áreas de Proteção Parcial de Tipo I e II;

15.2. Sendo as áreas de Proteção Parcial de Tipo I espaços que contêm valores naturais significativos e de grande sensibilidade ecológica, nomeadamente valores florísticos, faunísticos, geomorfológicos e paisagísticos, são necessários maiores cuidados e práticas ambientais menos perturbadoras pelo que a passagem dos participantes nestas zonas deve ser feita com especial cuidado e neutralidade, devendo os participantes moderar a velocidade de circulação, em cumprimento da Lei e das autorizações específicas obtidas das entidades legalmente responsáveis pela concessão das mesmas, o ICNF e o PNBLSX.

15.3. Assim, **o tempo de passagem nas mesmas não será contabilizado para efeitos do tempo final e de elaboração da listagem referida em 2.5**.

15.4. O início e o final dessas zonas estarão devidamente identificados nos *tracks* enviados pela Organização aos participantes, e nos locais, com placas. Ainda, serão objeto de registo de tempos através de equipamento eletrónico que medirá o tempo de passagem, **o qual será objeto de dedução ao tempo final**.

15.5. É importante notar que, desta contingência, poderá resultar a situação de o tempo consumido final para efeitos da listagem referida em 2.5. poder não corresponder à ordem de chegada dos participantes à Chegada.

16. TEMPO FINAL

16.1. O “TEMPO FINAL” de cada participante é o resultado do tempo decorrido entre o momento da partida (6:00:00h do dia 19 de junho, em Lindoso), que se designará por “HORA DE PARTIDA”, e o momento da chegada ao mesmo local, que se designará por “HORA DE CHEGADA”, deduzido do tempo consumido na passagem pelas Zonas de Neutralização (ver seção “ZONAS DE NEUTRALIZAÇÃO”, secção 15), que se designará por “TEMPO DE NEUTRALIZAÇÃO”:

TEMPO FINAL = HORA DE CHEGADA - HORA DE PARTIDA - TEMPO DE NEUTRALIZAÇÃO

16.2. O “TEMPO FINAL” de cada participante será publicado no sítio da internet do Evento (www.extremepenedaxures.pt), após verificação pela Organização do percurso efetuado pelo participante e gravado no seu GPS.

17. DESISTÊNCIAS

17.1. A Organização fornecerá a todos os participantes os números de telefone relevantes, que constarão no frontal.

17.2. Durante o Evento:

17.2.1. Os participantes que decidam desistir, devem informar a Organização através dos números de contacto que constam no frontal.

17.2.2. Numa adversidade, acidente ou falência física ou psicológica, a decisão da Organização, médico, polícia ou qualquer outra autoridade competente é soberana e sem qualquer recurso. O participante terá de se submeter à sua autoridade.

17.2.3. Em caso de emergência ou incapacidade de continuar no Evento devem ligar para os contactos fornecidos pela Organização, conforme 17.1.1.. Apenas no caso de tal não ser possível, pode ligar diretamente para as organizações de auxílio de emergência (especialmente se estiver em locais que só permitem chamadas de emergência).

17.2.4. A decisão de desistir do Evento, por qualquer motivo, deverá ser comunicada imediatamente à Organização.

17.2.5. No caso de desistência sem o devido aviso à Organização, que cause uma operação de busca e resgate, os custos resultantes desse procedimento serão imputados ao participante que não cumpriu o dever de informar a sua desistência.

17.3. Antes do Evento:

17.3.1. As desistências devem ser informadas à Organização por escrito, até 30 dias corridos** antes do início do Evento, com reembolso de 50% do valor pago;

17.3.1.1. **Só em caso de lesão ou doença, comprovado com atestado médico, será efetuado o reembolso dos 50% do valor pago.

18. VALIDAÇÃO DA PARTICIPAÇÃO

18.1. A validação da participação é efetuada com base na verificação da gravação da totalidade do percurso pelo GPS do participante bem como pelos registos efetuados pela Organização nos Postos de Controlo.

19. PENALIZAÇÕES

19.1. Os elementos da Organização presentes no percurso têm competência para aplicar as regras do regulamento e sancionar da seguinte forma as seguintes regras ou infrações:

19.1.1. Como "Exclusão do Evento":

- Não utilização de capacete
- Desobedecer às medidas de segurança indicadas pela organização e / ou pelas autoridades
- Recusar dar assistência a pessoa em dificuldade
- Conduta antidesportiva
- Receber qualquer tipo de apoio externo
- Utilização de quaisquer meios de transporte além da sua bicicleta
- Atalhar o percurso
- Desrespeito pelas populações locais, pelos participantes, pela organização, pelas autoridades, pela fauna e flora existentes no percurso
- Atirar ou deixar lixo em locais que não os apropriados para o efeito
- Percurso GPS não gravado na totalidade
- Falta de GPS ou da sua entrega à Organização no final do percurso
- Incapacidade física notória
- Ingestão de bebidas alcoólicas que resultem em transtornos ou sob a influência de drogas
- Placa não visível na frente
- Falta de luzes ligadas depois das 21.00 horas
- Pedir ajuda sem necessidade
- Manifestação considerada obscena
- Duas advertências pela Organização
- Desrespeito pelo Código da Estrada

20. INSCRIÇÕES

20.1. Ver secção 30 deste Regulamento.

20.2. PERÍODO E FORMA: As inscrições abrem no dia 28 de janeiro de 2020 às 20:00h, e estão disponíveis no sítio oficial do Evento (extremepenedaxures.pt), e fecham no dia 13 de junho de 2020 às 23:59h.

20.3. VALIDAÇÃO E REJEIÇÃO: Uma inscrição só ficará efetiva depois de validada pela entidade organizadora do EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2021, a qual reserva o direito de poder recusar qualquer inscrição.

20.3.1. No caso de uma inscrição ser rejeitada, a organização obriga-se a notificar por escrito (nomeadamente, para o e-mail indicado na ficha de inscrição) a pessoa em causa no prazo de uma semana, reembolsando a 100% o valor que tenha sido pago, entretanto efetuado por essa pessoa. Esta decisão é irrevogável e não carece de qualquer justificação por parte da entidade organizadora.

20.4. As inscrições só serão válidas após a validação do pagamento na plataforma de inscrição.

20.5. PREÇOS

20.5.1. Até dia 29 de fevereiro de 2020: € 30,00. O pagamento tem de ser efetivado até às 23.59h do dia 4 de março de 2020.

20.5.2. Entre 1 de março de 2020 e 13 de junho de 2020. O pagamento tem de ser efetivado até às 23.59h do dia 16 de junho de 2020: € 35,00

20.5.3. Não serão aceites as inscrições e pagamentos efetuados após estes prazos.

20.6. CONTEÚDO

20.6.1. A inscrição de um participante inclui:

- Participação no Evento
- Tracks GPS EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2021
- Jersey oficial do EPX2021 (Apenas para inscrições validadas até 15/04/2020)
- Kit de participante (frontal + fitas zip + chip)
- Localizador de GPS, permitindo à Organização e às forças de segurança saber onde se encontra cada participante. Este equipamento tem como finalidade aumentar a segurança dos participantes e permitir, em caso de necessidade, localizar e socorrer os participantes. Deve ser devolvido à Organização no momento da chegada ou da desistência, sob pena de ser cobrado um valor de € 30,00 pelo mesmo
- Seguro de acidentes pessoais. As respetivas condições serão publicadas no site e na página do Facebook do Evento logo que contratado o seguro. Aconselha-se a sua leitura, para que o participante esteja ciente das coberturas.
- Local para lavagem da bicicleta
- Lembrança Finisher EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2021. Esta será atribuída pela ADERE-PG.
- Lembrança aos três participantes que, em cada categoria e para cada percurso, consumam o menor tempo para terminarem o percurso. Esta será atribuída pela ADERE-PG.
- Pavilhão para dormir de 18 para 19 de junho.
- Local para guardar as bicicletas na noite anterior ao Evento e imediatamente após o mesmo, até às 2:00:00 h do dia 20 de junho
- Banhos
- Refeição no final do Evento

21. SECRETARIADO

21.1. Localiza-se nas instalações das portas do PNPG em Lindoso.

21.2. Horário de funcionamento:

21.2.1. No dia 18: entre as 17:00h e as 23:00h;

21.2.2. No dia 19: entre as 4:30h e as 6:00h e entre as 15:00h e as 23:59h;

21.2.3. No dia 20: até às 2.00h.

22. LEVANTAMENTO DO KIT DE PARTICIPANTE

22.1. O levantamento do mesmo deve ser feito nos dias 18 ou 19 de junho, no Secretariado, nos horários de funcionamento referidos na secção 21.

22.2. O kit do participante apenas será entregue ao respetivo participante, que deverá apresentar:

22.2.1. Um documento identificativo (Cartão de Cidadão, Bilhete de Identidade, Carta de Condução).

22.2.2. Cumpra os requisitos definidos no Plano de contingência específico COVID-19 (a enviar aos participantes por e-mail, para o endereço de e-mail indicado quando da inscrição); (ver secção 31).

22.2.3. O termo de responsabilidade constante no Plano de contingência específico COVID-19 (a enviar aos participantes por e-mail, para o endereço de e-mail indicado quando da inscrição.); (ver secção 31).

22.3. O levantamento do kit de participante por terceiros apenas é permitido caso apresente fotocópia de documento de identificação e comprovativo da inscrição assinada pelo participante que autorize este levantamento.

23. FRONTAIS

23.1. É obrigatória a colocação bem visível da placa de número de participante na frente da bicicleta e no sentido em que este se desloca no terreno.

23.2. A não observância desta regra acarreta uma advertência por cada vez que ocorrer a infração.

23.3. Um participante que se apresente num Controlo de Passagem sem esta placa poderá não ser controlado sendo-lhe imputadas as penalizações previstas para estes casos (exclusão do Evento).

23.4. Quaisquer alterações no tamanho das placas com o número de inscrição terão de ser previamente autorizadas pela Organização. Estas placas comportarão ainda publicidade aos parceiros principais do Evento, e em caso algum este espaço pode ser utilizado para outros fins.

23.5. O frontal contém ainda o chip destinado ao controlo eletrónico dos tempos de passagem.

23.6. O seu extravio importa no pagamento do custo do mesmo, no montante de € 30,00.

23.7. A utilização de grafismos ou outras formas de expressão visual consideradas obscenas em qualquer parte da apresentação física dos concorrentes e/ou os seus equipamentos, será punida com a desclassificação do Evento.

24. LISTAGEM COM TEMPOS

24.1. O EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2021 terá uma listagem ordinal elaborada com base no tempo definido na secção TEMPO FINAL, por ordem crescente, do menor ao maior.

24.2. As listagens provisórias poderão ser afixadas no Secretariado do Evento ao longo do dia 19. A Organização reserva-se o direito de não o fazer, de modo a evitar ajuntamentos, conforme determinação das Autoridades de Saúde.

24.3. Posteriormente ao dia 19 serão divulgadas as listagens finais no site do EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2021:

24.3.1. Masculino

24.3.2. Feminina

24.4. Para efeitos da listagem final de tempos, os tempos serão contados em horas, minutos e segundos.

25. ALTERAÇÃO AO PERCURSO OU CANCELAMENTO DO EVENTO

25.1.1. A Organização reserva-se ao direito de cancelar ou adiar o Evento, sempre que as condições Climatéricas ou outras de Catástrofe Natural, ou qualquer indicação das Autoridades (risco de incêndio, saúde ou outro) impeçam o bom desenrolar do mesmo, pondo em causa a Segurança de Participantes, Organização, Populações ou outros envolvidos.

25.1.2. A Organização poderá ainda eliminar troços, encurtar distâncias ou optar por caminhos alternativos, sempre que as condições Climatéricas ou outras de Catástrofe Natural, ou qualquer indicação das Autoridades (risco de incêndio, saúde ou outro) impeçam o bom desenrolar da mesma pondo em causa a Segurança de Participantes, Organização, Populações ou outros envolvidos.

25.1.3. Sempre que ocorram as situações descritas nos pontos anteriores a Organização reserva-se ao direito de não devolver o valor das Inscrições pagas, sendo que, se tal decisão for tomada:

25.1.3.1. Na véspera ou dia do Evento, a mesma será dada por cancelada.

25.1.3.2. Noutras circunstâncias, a Organização obriga-se a arranjar uma data alternativa para a Organização do Evento.

26. UTILIZAÇÃO DE BICICLETAS ELÉTRICAS

26.1. É permitida a utilização de bicicletas elétricas;

26.2. Os participantes que utilizarem este tipo de bicicletas serão considerados na listagem de tempos logo a seguir ao último participante em bicicleta não elétrica.

26.3. A organização reserva-se o direito de não proceder a resgates de participantes quando o mesmo seja motivado por falta de bateria das bicicletas ou, não o sendo, a bateria não disponha de carga. Se se vier a verificar esta situação, a Organização reserva-se o direito de cobrar ao participante o custo do resgate.

27. DIREITOS DE IMAGEM E DADOS DE INSCRIÇÃO

27.1. O EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2021 reserva-se o direito de utilizar as imagens captadas, bem como outros dados: tempos, dados de inscrição ou entrevistas, no decurso do Evento, para efeitos de promoção dos seus produtos e eventos.

28. PROTEÇÃO DE DADOS

28.1. Os dados dos participantes indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos exclusivos de processamento no Evento, sendo publicados nomeadamente na lista de inscritos, notícias diversas e listagem de tempos.

28.2. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para a organização para extremepenedaxures@gmail.com.

28.3. Os dados recolhidos no processo de inscrição serão tratados com o exclusivo propósito de gestão do evento e de transmissão nos termos legais, nomeadamente para efeitos de faturação e apólice de seguro, não lhes sendo dado qualquer outro uso após o evento, findo o qual serão eliminados.

28.4. O participante pode consentir na manutenção dos seus dados de contacto para efeitos de divulgação de edições futuras do EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2021 por parte da organização.

29. OUTROS

29.1. O percurso passa por dois países, Portugal e Espanha, com dois fusos horários distintos. As horas referidas neste regulamento referem-se à hora legal portuguesa. A hora legal espanhola corresponde à hora portuguesa acrescida de uma (1) hora.

29.2. A Organização decidirá sobre todos os assuntos relacionados com o Evento e que não foram objeto de regulamentação ou sobre mal interpretações do presente Regulamento. A Organização poderá ainda decidir sobre a imposição de penalizações.

29.3. Este Regulamento poderá ser alterado, sem aviso prévio, se se verificar que existe alguma omissão, incorreção ou texto que dê possibilidade a interpretação dúbia.

29.4. Qualquer alteração a este Regulamento será publicitada no site do evento (www.extremepenedaxures.pt) e / ou por envio do mesmo aos participantes por e-mail, para o endereço de e-mail indicado quando da inscrição.

30. EXCECIONALIDADE E TRANSFERÊNCIA DO EVENTO E INSCRIÇÕES

30.1. O EPX – EXTREME PENEDA- XURÉS 2020, cuja realização estava prevista para o dia 20 de junho de 2020, teve de ser cancelado por imposição das Autoridades, em resultado da pandemia do COVID-19;

30.2. A Organização, por acordo com as Entidades envolvidas, e para salvaguardar a segurança de todos os envolvidos, decidiu adiar o Evento para o ano seguinte, sendo a nova data o dia 19 de junho de 2021;

30.3. Esta nova data está condicionada à verificação das condições de segurança e saúde definidas e a definir pelas Autoridades.

30.4. Assim, o EPX – EXTREME PENEDA- XURÉS 2021 constitui a realização, diferida em cerca de um ano, do EPX – EXTREME PENEDA- XURÉS 2020, tendo-se procurado manter, dentro do possível, as condições definidas para o EPX 2020, que foram aquelas com que os participantes se inscreveram;

30.5. De modo a que todos os inscritos possam reavaliar a sua participação, a Organização proporcionará a todos a possibilidade de, no prazo de 30 dias após a republicação deste Regulamento (ou seja, até ao dia 19 de julho de 2020), reconsiderarem a sua inscrição.

30.6. Este Regulamento foi objeto de algumas alterações, as principais das quais foram indicadas no início do mesmo. O entanto, <u>essa indicação não desobriga o inscrito e participante de reler o presente Regulamento. O Regulamento deve ser relido e aceite pelos inscritos e participantes; em caso de não aceitação do mesmo, aplica-se o definido nesta secção</u>.

30.7. Este regulamento constitui a versão 1.1.1 e tem a data de 2021-06-04.

31. COVID-19: PLANO DE CONTINGÊNCIA ESPECÍFICO COVID-19

31.1. A pandemia da COVID-19 obrigou, por força de determinações legais, e para salvaguarda da saúde pública e individual de todos os envolvidos no EPX2021, à elaboração de um “Plano de contingência específico COVID-19”, submetido à apreciação e aprovação das Autoridades de Saúde;

31.2. Esse Plano será enviado por e-mail aos participantes, para o endereço de e-mail indicado quando da inscrição, e deve ser lido e cumprido por todos.

31.3. Não desobrigando a sua leitura, destacamos as seguintes regras:

31.3.1. Apresentação de termo de responsabilidade devidamente assinado antes de entrada na zona onde se desenvolve o EPX2021 (“Zona 0”);

31.3.2. Sujeição a controlo de temperatura antes de acesso à zona 0;

31.3.3. Todos os elementos que se desloquem de zonas de risco elevado e muito elevado, conforme critérios definidos pelas Autoridades de Saúde (DGS) deverão apresentar no dia da prova um teste para SARS-CoV2 negativo com um máximo de 48 horas. Não é exigido um teste do tipo PCR.

31.3.4. Utilização de máscara de proteção durante a presença na Zona 0 e até iniciarem os percursos. Durante a realização dos percursos, e sempre que pararem em locais onde estejam outras pessoas, pertencentes ou alheias ao evento, os participantes devem colocar a máscara. Quando da chegada, os participantes deverão recolocar a máscara.

31.3.5. Cumprimento das regras de distanciamento físico entre os participantes em toda a Zona 0 e durante o percurso. Em particular, respeitar as lotações máximas e distanciamento físico nas zonas dos balneários e refeições;

31.3.6. A partida será efetuada por grupos de 10 participantes, distanciados entre si por 3 metros, desfasada em intervalos de 2 minutos entre grupos;