



2022.06.18

REGULAMENTO



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.....	9
14. CONTROLOS DE PASSAGEM.....	9
15. ZONAS DE NEUTRALIZAÇÃO	9
16. TEMPO FINAL	10
17. DESISTÊNCIAS.....	10
18. VALIDAÇÃO DA PARTICIPAÇÃO	11
19. PENALIZAÇÕES.....	11
20. INSCRIÇÕES	11
21. SECRETARIADO.....	13
22. LEVANTAMENTO DO KIT DE PARTICIPANTE.....	13
23. FRONTAIS.....	13
24. LISTAGEM COM TEMPOS	14
25. ALTERAÇÃO AO PERCURSO OU CANCELAMENTO DO EVENTO	14
26. UTILIZAÇÃO DE BICICLETAS ELÉTRICAS	14
27. DIREITOS DE IMAGEM E DADOS DE INSCRIÇÃO	15
28. PROTEÇÃO DE DADOS	15
29. OUTROS.....	15
30. COVID-19: PLANO DE CONTINGÊNCIA ESPECÍFICO COVID-19.....	15



CONTROLO DE ALTERAÇÕES

VERSÃO	DATA	DESCRIÇÃO / PRINCIPAIS ALTERAÇÕES
1.0	2022-01-23	Versão inicial

1. NOME, ORGANIZAÇÃO E APOIO

- 1.1. O Evento objeto deste Regulamento tem o nome “EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2022” (“Evento”).
- 1.2. A Organização do EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2022 é da responsabilidade da NORMADBIKE - ASSOCIAÇÃO, NIPC 515 760 579.
- 1.3. Conta com o apoio dos Municípios de Melgaço, Ponte da Barca, Arcos de Valdevez, Lobeira, Entrimo e Lobios, e da ADERE - PG.

2. CONCEITO, MODALIDADES DE PARTICIPAÇÃO E ESCALÕES

- 2.1. O EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2022 é um evento na modalidade de BTT, que assenta nos seguintes princípios e características: autonomia total, com orientação exclusiva por GPS, com elevado nível de dificuldade física e mental, e dificuldade técnica média-alta, com respeito pelo ambiente natural em que se desenrola, sem qualquer intuito ou caráter competitivo.
- 2.2. O EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2022 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. Haverá as seguintes categorias de participação:
 - 2.3.1. Individual, masculino
 - 2.3.2. Individual, feminino
 - 2.3.3. Duplas. Não haverá distinção entre duplas masculinas, femininas ou mistas;
- 2.4. Participação em duplas:
 - 2.4.1. A participação nesta categoria deve ser manifestada no momento da inscrição;
 - 2.4.2. Os elementos devem passar os pontos de controlo de passagem (secção 14) com um desfasamento temporal entre si de, no máximo, 30 segundos. Em caso de incumprimento, os participantes serão reclassificados para a respetiva categoria individual;
 - 2.4.3. Em caso de desistência de um dos elementos da dupla, o elemento que permanece no Evento será automaticamente reclassificado para a categoria individual;
 - 2.4.4. Apenas será atribuído um localizador de GPS (secção 20) a cada dupla.
- 2.5. O EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2022 não tem caráter competitivo. Será divulgada uma lista com os nomes dos participantes, para cada um dos escalões de participação, indicando-se os tempos consumidos para completarem o Percurso.

3. LOCAL, DATA DE REALIZAÇÃO E HORÁRIOS

- 3.1. Data e local de partida e chegada: o EPX2022 realiza-se no dia 18 de junho de 2022. Tem início e fim em Castro Laboreiro, Concelho de Melgaço, Portugal, junto à Igreja, Posto de Turismo e Pelourinho.
- 3.2. Horário e tempo limite: a partida será dada às 06:00:00 horas, e tem como tempo limite de realização 17:59:59 horas, terminando às 23:59:59 horas do mesmo dia, no mesmo local.
- 3.3. Em decorrência da COVID-19, e de forma a ser garantido o distanciamento físico entre os participantes, a partida poderá ter de ser 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.

- 3.4. 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. Se aplicável na data de realização do Evento, conhecimento e cumprimento do conteúdo do “Plano de contingência específico COVID-19” (secção 31), 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, o participante deve ter a plena consciência do seguinte:**
 - 4.5.1. O Percurso (secção 6) tem um elevado nível de dificuldade, quer a nível físico, quer mental, e dificuldade técnica média-alta. Aquele nível de dificuldade decorre da sua elevada extensão, acumulado (desnível positivo acumulado), duração, 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 tem uma zona, com cerca de 700 metros de extensão, não ciclável, na qual os participantes têm, OBRIGATORIAMENTE, de desmontar e fazer esse trecho totalmente a pé (ver secção 9).
 - 4.5.3. O Percurso deve ser cumprido em autonomia, sem recurso a auxílio externo;
 - 4.5.4. 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.
 - 4.5.5. 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.
- 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, alguns dos quais serão indicados nos *tracks*. A Organização não se responsabiliza pela qualidade dos mesmos.
- 5.4. É permitida e recomendada a entreatajuda 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. Equipamento obrigatório: ver secção 10.
5.7. Equipamento recomendado mínimo: ver secção 10.

6. PERCURSO

- 6.1. O Percurso é efetuado em autonomia e guiado exclusivamente por GPS.
6.2. Existem **três percursos**, com as seguintes características¹:

N.º	NOME	DISTÂNCIA	ACUMULADO
1º	Black Wolf	180 Kms	5.450 m
2º	White Wolf	151 Kms	4.450 m
3º	Green Wolf	133 Kms	3.900 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. No decurso do percurso “Green Wolf” o participante pode decidir entre prosseguir no mesmo, completando 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 decidir entre prosseguir no mesmo, completando assim o percurso “White Wolf”, ou seguir para tentar fazer o percurso mais longo e difícil (“Black Wolf”);
- 6.4.3. NOTA: na edição de 2021, tais opções eram tomadas quase no final dos Percursos. Na edição de 2022 as opções são tomadas numa fase inicial dos Percursos, pelo que as opções devem ser tomadas com a consciência das distâncias e acumulados dos percursos “White Wolf” e “Black Wolf”, e das barreiras horárias.
- 6.4.4. A decisão está, porém, condicionada pelo respeito pelas barreiras horárias definidas na secção correspondente (secção 7).
- 6.4.5. 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. 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.
- 6.6. Apresenta uma dificuldade técnica variada e elevada (extrema) 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
1	40	10:00h	4:00 h
2	74	13:00 h	7:00 h
3	115	16:00 h	10:00 h

7.3. Percurso “White Wolf”

N.º	KMS	HORA DO DIA	HORAS DESDE INÍCIO
-----	-----	-------------	--------------------

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



1	40	10:00h	4:00 h
3	115	16:00 h	10:00 h

7.4. Percurso “Green Wolf”

N.º	KMS	HORA DO DIA	HORAS DESDE INÍCIO
3	115	16:00 h	10:00 h

- 7.5. Os participantes do “Black Wolf”, nas barreiras 1 e 2; e do “White Wolf”, na barreira 1, que não cumpram com estes limites horários deverão utilizar os percursos do “Green Wolf”. Ao optarem por estas alternativas os participantes manter-se-ão no Evento, e serão considerados na listagem de tempos final.
- 7.6. Os participantes que passem fora do tempo na barreira horária 3 deverão usar o “track” designado por “Fuga”, que os encaminhará, por estrada, para Castro Laboreiro. Neste caso, não constarão na listagem de tempos final. De notar que, apesar de ser uma fuga, tem uma elevada dificuldade física, decorrente da distância e declives.
- 7.7. 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.
- 7.8. 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 (18 de junho), pelo que qualquer sinistro deixa de estar coberto a partir desse momento.

8. TEMPO LIMITE

- 8.1. Os participantes têm 17:59:59 horas para completar o EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2022. 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 18 de junho de 2022.

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 existentes 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.
- 9.8. 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 secções 10 e 11.

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. Não serão aceites para verificação quaisquer outros equipamentos, como telemóveis ou “*smartphones*”.
- 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. Água – 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) ou “mousses”, 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 carácter 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 ICNF² e do PNBLSX³.
 - 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.

² Instituto da Conservação da Natureza e das Florestas.

³ Parque Natural Baixa Limia Serra do Xurés.



13. TRACK

- 13.1. No dia 16 de junho de 2022 a Organização enviará por mail (indicado quando da inscrição) a todos os participantes os *tracks* dos percursos, no formato GPX, para que sejam carregados nos equipamentos.
- 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. Será também verificado o equipamento GPS confirmando o percurso efetuado.
- 14.4. 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).
- 14.5. Os Postos de Controlo identificados estarão identificados no autocolante fornecido para a bicicleta.
- 14.6. Os Postos de Controlo Identificados terão hora de fecho. (ver BARREIRAS HORÁRIAS, secção 7)
- 14.7. 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.
- 14.8. 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 num ficheiro GPS denominado “*waypoints*” e também no autocolante fornecido pela Organização



aos participantes. 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 18 de junho, em Castro Laboreiro), 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 secção “ZONAS DE NEUTRALIZAÇÃO”, secção 15), que se designará por “TEMPO DE NEUTRALIZAÇÃO”:

$$\text{TEMPO FINAL} = \text{HORA DE CHEGADA} - \text{HORA DE PARTIDA} - \text{TEMPO DE NEUTRALIZAÇÃO}$$

- 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.. 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 40% do valor pago, porém sujeito à seguinte condição:
 - 17.3.1.1. Só em caso de lesão ou doença, comprovado com atestado médico, será efetuado o reembolso dos 40% do valor pago, perdendo o desistente direito a qualquer elemento facultado pela inscrição.



17.3.1.2. Em qualquer outra circunstância a Organização reserva-se o direito de não proceder ao reembolso de qualquer valor.

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.
- 18.2. O mesmo se aplica às duplas, em que a validação será feita para ambos os elementos.

19. PENALIZAÇÕES

- 19.1. Os elementos da Organização presentes no percurso têm competência para aplicar as regras do regulamento e sancionar com a “Exclusão do Evento” as seguintes regras ou infrações:
- 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 31 de janeiro de 2022 às 20:00h, e estão disponíveis no sítio oficial do Evento (www.extremepenedaxures.pt), e fecham no dia 12 de junho de 2022 às 23:59h.
- 20.3. VALIDAÇÃO E REJEIÇÃO: Uma inscrição só ficará efetiva depois de validada pela entidade organizadora do EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2022, 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. Primeira fase: Até dia 20 de fevereiro de 2022: € 40,00. O pagamento tem de ser efetivado até ao final do prazo indicado na referência multibanco gerada quando do processo de inscrição.
- 20.5.2. Segunda fase: Entre 24 de fevereiro de 2022 e 7 de junho de 2022: € 45,00. O pagamento tem de ser efetivado até ao final do prazo indicado na referência multibanco gerada quando do processo de inscrição.
- 20.5.3. Não serão aceites as inscrições e pagamentos efetuados após estes prazos.
- 20.6. PAGAMENTO:
- 20.6.1. O pagamento deverá ser efetuado através da referência multibanco gerada quando do processo de inscrição, no prazo aí indicado.
- 20.6.2. No caso de participantes que não possuam conta bancária numa instituição financeira portuguesa, o pagamento poderá, excecionalmente, ser efetuado por transferência bancária, para um IBAN a indicar ao inscrito que se encontre em tais condições.
- 20.6.2.1. O inscrito que se encontre nessa situação deverá enviar um e-mail à organização (extremepenedaxures@gmail.com), com cópia do mail gerado pela plataforma de inscrição, de modo a que o pagamento possa ser efetivado no mesmo prazo que os restantes inscritos.
- 20.6.2.2. A organização informará, por e-mail, qual o IBAN para o qual deve ser dirigida a transferência bancária. Deve ser enviada cópia do comprovativo da mesma, por mail, para a organização (extremepenedaxures@gmail.com). Caso a transferência não se concretize no prazo de 72 horas, a inscrição não será considerada.
- 20.6.2.3. A organização reserva-se o direito de não aceitar pagamentos por esta via.
- 20.7. CONTEÚDO
- 20.7.1. A inscrição de um participante inclui:
- Participação no Evento
 - Tracks GPS EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2022
 - Jersey oficial do EPX2022 (Apenas para inscrições validadas até 31/03/2022)
 - 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.
 - Apenas é atribuído um localizador de GPS a cada dupla.
 - Em caso de desistência de um dos elementos da dupla, o localizador de GPS deve prosseguir com o elemento que se mantém no Evento.
 - 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 2022.
 - Local para guardar as bicicletas na noite anterior ao Evento e imediatamente após o mesmo, até às 2:00:00 h do dia 19 de junho;
 - Banhos
 - Refeição no final do Evento
- 20.8. LISTA DE ESPERA:



- 20.8.1. Dado o n.º de participantes ser limitado, e a inscrição ser validada apenas após o pagamento, será criada uma lista de espera.
- 20.8.2. A lista de espera é pública, sendo apresentada no site oficial do Evento.
- 20.8.3. Esta funcionará de forma automática, recolhendo os dados necessários para a inscrição.
- 20.8.4. No caso de uma inscrição não ser validada pelo pagamento, será automaticamente excluída e substituída pelas inscrições contidas na lista de espera, pela ordem pela qual foram registadas na plataforma quando da inscrição.
- 20.8.5. Neste caso, será enviado um e-mail para o primeiro elemento da lista de espera, contendo a referência multibanco para pagamento e um prazo para pagamento, que não poderá exceder as 72 horas após o envio do e-mail.
- 20.8.6. Este processo ocorrerá até se atingir o n.º total admissível de inscrições validadas.
- 20.8.7. A partir desse momento, a lista deixará de ser pública.

21. SECRETARIADO

- 21.1. Localiza-se nas instalações do Posto de Turismo de Castro Laboreiro.
- 21.2. Horário de funcionamento:
 - 21.2.1. No dia 17: entre as 17:00h e as 23:00h;
 - 21.2.2. No dia 18: entre as 4:30h e as 6:00h e entre as 15:00h e as 23:59h;
 - 21.2.3. No dia 19: até às 2.00h.

22. LEVANTAMENTO DO KIT DE PARTICIPANTE

- 22.1. O levantamento do mesmo deve ser feito nos dias 17 ou 18 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 elaborar se necessário (a enviar aos participantes por e-mail, para o endereço de e-mail indicado quando da inscrição); (ver secção 31).
 - 22.2.3. Caso seja elaborado um Plano de contingência específico COVID-19, o termo de responsabilidade constante no mesmo (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 fornecida aos participantes (cf. Secção 20) 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. 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.

24. LISTAGEM COM TEMPOS

- 24.1. O EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2022 terá uma listagem ordinal elaborada com base no tempo definido na secção TEMPO FINAL, por ordem crescente, do menor ao maior, para cada categoria.
- 24.2. As listagens provisórias poderão ser afixadas no Secretariado do Evento ao longo do dia 18. 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 2022:
 - 24.3.1. Individual masculino
 - 24.3.2. Individual feminina
 - 24.3.3. Duplas
- 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. A Organização reserva-se o 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.
- 25.2. A Organização poderá ainda eliminar troços, encurtar ou aumentar 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.
- 25.3. 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:
 - 25.3.1. Na véspera ou dia do Evento, a mesma será dada por cancelada.
 - 25.3.2. Noutras circunstâncias, a Organização obriga-se a indicar 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 2022 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 2022 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 de Portugal continental. 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. COVID-19: PLANO DE CONTINGÊNCIA ESPECÍFICO COVID-19

- 30.1. 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.
- 30.2. A elaboração e cumprimento de um Plano de Contingência específico COVID-19 respeitará as determinações legais que vigorarem para a altura de realização do EPX2022, pelo que esta secção será ajustada em conformidade.