

GUIA DE PROVA

Campeonato Regional XCM da Beira Litoral

3ª Rota do Pão D'UL

6ª Passeio Btt Padeirinhas Sobre Rodas

3ª ROTA DO PÃO D'UL 2023
29
9h30

6ª PASSEIO BTT PADEIRINHAS SOBRE RODAS
percurso: rota 45Km passeio 25km dificuldade média

CAMPEONATO REGIONAL DE XCM
Maratona 80Km - Maratona Curta 42Km

PAD EIRINHAS
SOBRE RODAS

inscrições: lap2go.com/rota-pao-ul-2023
DATA LIMITE: 25 OUTUBRO

contactos:
padeirinhas.sobre.rodas@gmail.com
Paulo Costa : 919 792 636 - João Peixoto : 913 008 570

Azeméis
Associação de Azeméis

Associação de Ciclismo da Beira Litoral

PAD EIRINHAS

Associação de Ciclismo da Beira Litoral

ROSAZ POZ

PEDRO & GILVANO SILVA
CONSTRUÇÕES, LDA.

Simoldes

globalmetals lda

caimacar

Organização: *Padeirinhas Sobre Rodas / Simoldes*

APRESENTAÇÃO:

A “III Rota do Pão D’UL”/“VI Passeio de BTT Padeirinhas Sobre Rodas”, – a decorrer no dia 29 de Outubro de 2023 – é uma organização da Equipa de BTT Padeirinhas Sobre Rodas e do Grupo Folclórico “As Padeirinhas de UL”, em parceria com a Câmara Municipal de Oliveira de Azeméis e a União de Freguesias de Oliveira de Azeméis.

Todos os elementos da organização são **voluntários** e, sem eles, este evento não era possível, pelo que aqui registamos o nosso agradecimento.

O evento, incluindo a meta e secretariado, encontram-se na freguesia de UL, mais especificamente na rua José Soares Albergaria.

Integrado na Rota / Passeio está o **Campeonato Regional de Maratonas da Beira Litoral**. Para este evento específico, cumpre-se o regulamento da Associação de Ciclismo da Beira Litoral.

A maratona para o Campeonato Regional da Beira Litoral tem um carácter competitivo e inclui duas voltas ao circuito usado pela Rota.

A rota é um evento aberto a todos e inclui classificação e pódios. O percurso é composto por uma volta ao percurso.

O passeio é um evento sem classificação. O percurso é composto por 25 km.

– Percurso: estradas e caminhos municipais das freguesias de: UL, Loureiro, São Martinho da Gândara, Loureiro, Curval, Pinheiro da Bemposta, Travanca e UL (por ordem de passagem).

- A sua **marcação** será feita com fitas, placas, indicações a tinta no asfalto e cal nos caminhos.
- O percurso desenrola-se por zonas rurais e terá alguns cortes de estrada e sinalização adequada, no entanto, aplicam-se as regras normais de circulação na via pública.

PROGRAMA:

Sábado 28 de Outubro:

- 14h30 Abertura do Secretariado (Apenas para Rota e Passeio)
- 17h30 Encerramento do Secretariado (Apenas para Rota e Passeio)

Domingo 29 de Outubro:

- 07h30 Abertura do Secretariado (Maratona, Rota, Passeio)
- 09h15 Encerramento do Secretariado
- 09h00 Abertura das Boxes para Controlo Zero
- 09h30 Partida Maratona e Maratona curta (todos os escalões)
- 09h40 Partida da Rota e Passeio (Nota: A partida será dada após o 'start loop' da Maratona e da Maratona-Curta)
- 11h30 Chegada prevista do primeiro atleta da Maratona-Curta e Rota
- 13h00 Chegada prevista do primeiro atleta da Maratona
- 13h00 Início do almoço
- 12h30 Cerimónia de pódios da Rota
- 15h00 Cerimónia de pódios da Maratona e atribuição dos títulos de Campeão Regional

Nota: se os atletas terminarem a prova mais cedo e se se reunirem condições, os pódios podem realizar-se mais cedo.

Contactos de Emergência:

Organização: João Peixoto: 913 008 570

Paulo Costa: 919 792 636

Bombeiros Voluntários OAZ: 256 682 122

GNR: 256 600 740

Inscrições:

Competição:

<https://www.fpciclismo.pt/prova-inscrever/campeonato-regional-xcm---abf-inscrever-1>

Rota/Passeio:

<https://lap2go.com/pt/event/rota-pao-ul-2023/inscricao.html>

Pódios:

- **MARATONA:** serão atribuídos pódios aos 3 primeiros classificados de cada categoria, as quais são definidas pelo Regulamento da Associação de Ciclismo da Beira Litoral disponível em https://www.acbl.pt/pt_pt/regulation-details/1/crg.

- **ROTA:** serão atribuídos pódios aos 3 primeiros classificados de cada categoria, conforme:

- **Masculinos:**

- Júniores
- Sub 23
- Elites
- Master 30
- Master 40
- Master 50
- Master 60
- GERAL MASCULINA

- **Femininos:**

- GERAL FEMININA

- **GERAL E-BIKE**

- **Equipa mais numerosa**

- **Atleta mais velho**

- **Atleta mais novo**

Responsabilidades

Os menores de 18 Anos só poderão participar contra a entrega no secretariado de termo de responsabilidade assinado pelo legal representante.

Todos os atletas federados devem fazer-se acompanhar da respetiva licença para levantar o respetivo dorsal.

Dorsais

O dorsal é constituído pelo número identificador único: CHIP, zonas para controlo e números de telefones úteis em caso de emergência.

Participantes da Rota e Passeio terão um dorsal diferente da Maratona.

Os dorsais para a Maratona e Maratona-Curta serão de acordo com o regulamento e regras da Associação de Ciclismo da Beira Litoral.

Grelha de Partida

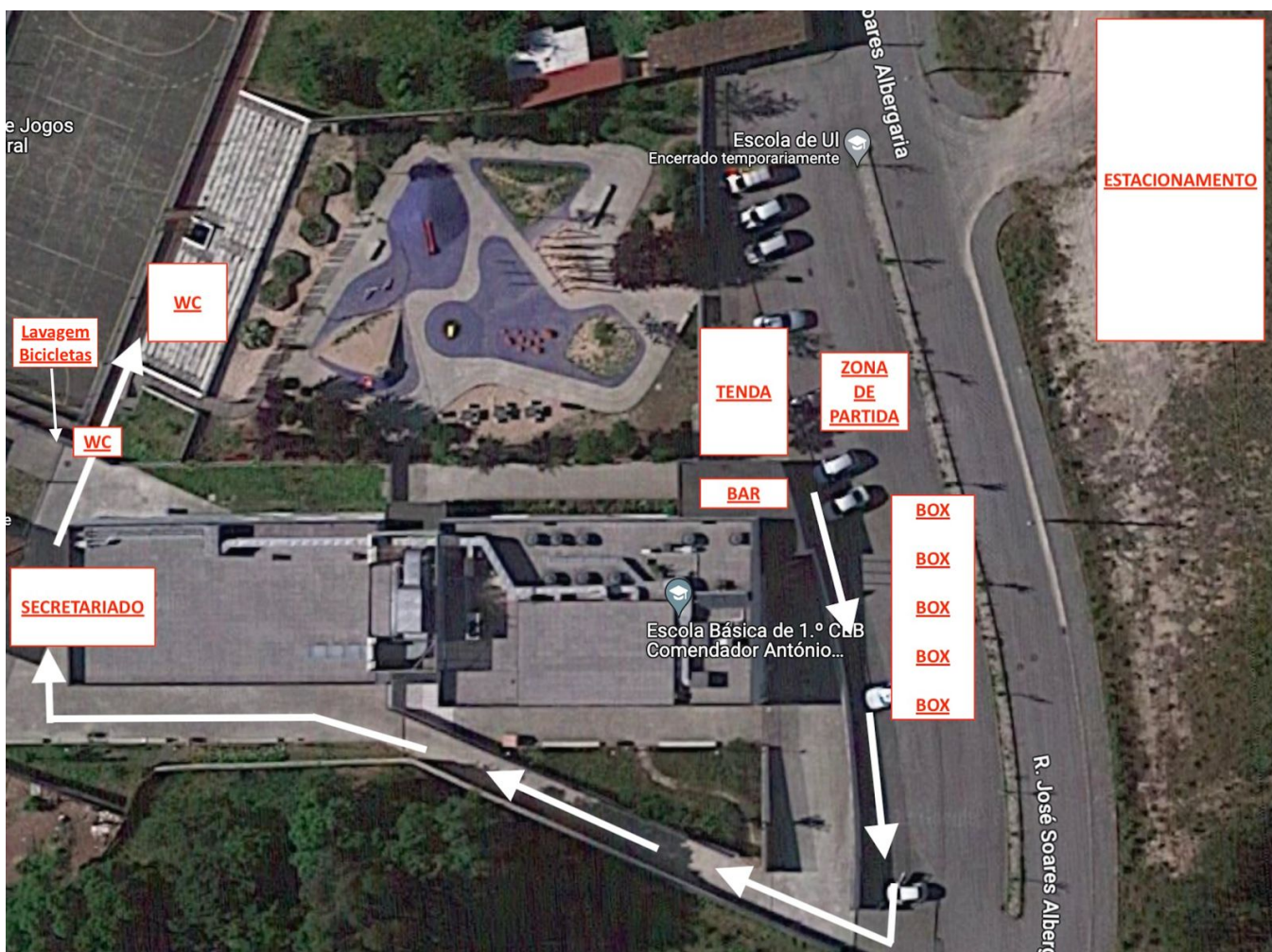
A formação da grelha de partida será feita por boxes:

1ª Box – Maratona e Maratona-Curta

A box relativa à maratona será dividida em função dos regulamentos da Associação de Ciclismo da Beira Litoral.

2ª Box – Rota e Passeio

PADDOCK



O evento centraliza-se junto à Escola Básica de 1º ciclo Comendador António da Silva Rodrigues, onde teremos a **Partida / Meta, Secretariado, Estacionamento e Banhos**.

Prova/Percursos:

O percurso será composto por:

- Start Loop (Apenas Maratona e Maratona-Curta)
- Secção inicial (Maratona/Maratona-curta e Rota)
- Volta 1 (Maratona/Maratona-Curta e Rota)
- Volta 2 (Apenas Maratona)
- Secção final (Maratona/Maratona-Curta e Rota)

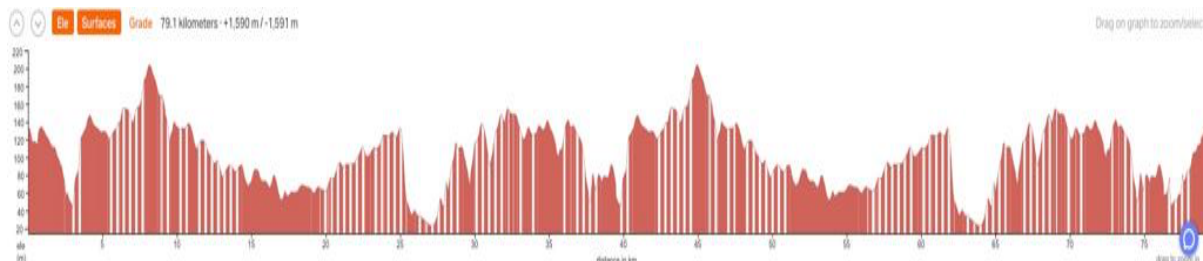
No fim da primeira volta haverá uma **divisão**, onde os participantes da Maratona viram à **esquerda** para iniciar uma **nova volta** e os participantes da Rota e Passeio viram à **direita** entrando no circuito final para a meta:



Para a Maratona e após terminada a segunda volta, os participantes viram à **direita** na divisória e entram no circuito final para a meta.

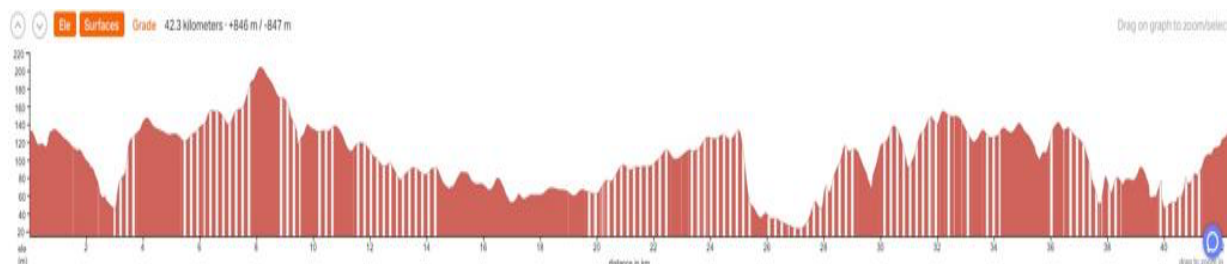
Percurso Maratona:

- 79km
- 1600m de acumulado
- Link percurso: <https://ridewithgps.com/routes/44820430>



Percurso Rota e Passeio:

- 42km
- 850m de acumulado
- Link percurso: <https://ridewithgps.com/routes/44820468>



Zonas de Abastecimento:

(Na meta existe um espaço com líquidos e sólidos, para a chegada.)

	Km do Percurso	Percurso	Local	Distância para assistência de carro
ZA 1 (Sólidos e líquidos)	23 km	Maratona Maratona-Curta Rota / Passeio	Freixo, Loureiro	6,5 km (8 min) desde a partida
ZA 2 (Sólidos e líquidos)	41 km	Maratona	Adães, UI	3,2km (5min) desde a partida 3,0km (4min) desde a ZA1
ZA 3 (Sólidos e líquidos)	60 km	Maratona	Freixo, Loureiro	6,5km (8min) da partida 3,0km (4min) desde a ZA2
Meta (Sólidos e líquidos)	Fim	Maratona/Maratona-Curta Rota / Passeio	UI	6,5km (8min) desde a ZA1 e 3 3,2km (5min) desde a ZA2

ZA1 e ZA3:

Lugar do Freixo, Loureiro

Pesquisar no Google Maps por: “Freixo, Oliveira de Azeméis, Portugal”

Coordenadas: 40.796566, -8.517776

Link Google Maps: <https://maps.app.goo.gl/ygw5uSbD63Xjy1kc9>



ZA2:

“Novarroz”, Lugar de Adães, UI

Pesquisar no Google Maps por: “Novarroz - Produtos Alimentares, S.A.”

Coordenadas: 40.810084, -8.504187

Link Google Maps: <https://maps.app.goo.gl/NS2r4BXEwiJrWfFS8>



BANHOS:

Os banhos estarão disponíveis em dois locais, com balneários para Homens e para Mulheres:

- a) Campo de jogos do Pinheiral - edifício contíguo à escola (Partida/ Meta);
- b) Centro de Formação “Ápio Assunção” - localizado a 2km da partida.

Localização: acesso através do link: <https://maps.app.goo.gl/5ezFrtePDkYRQZdy5>
ou por meio de pesquisa no Google Maps por “Centro de Formação Ápio Assunção”

Nota: O espaço para banhos no campo de jogos é limitado, pelo que se recomenda a utilização das Piscinas Municipais:



Contactos:

Página da Prova:

lap2go.com/rota-pao-ul-2023

E-mail: padeirinhas.sobre.rodas@gmail.com

Contacto: João Peixoto – 913008570 / Paulo Costa - 919792636

Secretariado: Escola EB Comendador António da Silva Rodrigues

Localização do secretariado: Rua José Soares Albergaria, UI

Coordenadas: 40°49'19.6"N 8°29'30.8"W (40.822138, -8.491820)

Link Google Maps: <https://goo.gl/maps/hkAvw9UWFiMcKdPeA>

Entidade Organizadora: Padeirinhas Sobre Rodas (Grupo Folclórico As Padeirinhas de UL)