

**ATENÇÃO:**  
PARA UMA MELHOR ORGANIZAÇÃO PESSOAL, LEIA O PRESENTE DOCUMENTO.

Documento atualizado em: **15 Setembro 2023**

# PORTUGAL INTERNATIONAL MOUNTAIN BIKE IRON BRAIN

**13 ABRIL**

**3H - 6H - 12H**

**CABRIZ . SINTRA 2024**

**BRAIN SPORTS CLUB - IRON BRAIN:**

[www.ironbrainsports.com](http://www.ironbrainsports.com)

[www.facebook.com/ironbrainsports](https://www.facebook.com/ironbrainsports)

[www.instagram.com/ironbrainsports](https://www.instagram.com/ironbrainsports)

**HELP DESK - LAP2GO:**

[suporte@lap2go.com](mailto:suporte@lap2go.com)

# INFORMAÇÃO DE PROVA:

## **ORGANIZAÇÃO:**

*Brain Sports Club - São Mamede de Infesta - Porto - Portugal*

## **EVENTO:**

PORTUGAL INTERNATIONAL MOUNTAIN BIKE 3H - 6H - 12H . CABRIZ . SINTRA . 2024

## **LOCAL:**

CABRIZ . SINTRA

Associação Cultural, Social e Recreativa de Cabriz

38.81604850236587, -9.388669105603366

## **DATA:**

13 ABRIL 2024

## **REGULAMENTO**

### **ARTIGO 1º: ORGANIZAÇÃO**

1) A *Brain Sports Club* entidade promotora de eventos desportivos, detentora da marca designada *IRON BRAIN®*, organiza o: **PORTUGAL INTERNATIONAL MOUNTAIN BIKE 3H - 6H - 12H em 2024 em CABRIZ . SINTRA.**

### **ARTIGO 2º: INFORMAÇÕES GERAIS**

1) **PORTUGAL INTERNATIONAL MOUNTAIN BIKE 3H - 6H - 12H . CABRIZ . SINTRA**, é um evento desportivo de Corrida em Bicicleta de Montanha onde os Atletas competem em:

- a) Solos (3H, 6H ou 12H - Masculinos e Femininos)
- b) Single Speed (3H, 6H ou 12H - Masculinos e Femininos)
- c) Equipas de 2 (6H ou 12H - Masculinos, Femininos ou Mistas)
- d) Equipas de 4 (12H - Masculinos, Femininos ou Mistas)

2) A prova é livre e aberta a todos os indivíduos, não sendo necessária licença desportiva da Federação Portuguesa de Ciclismo ou outra.

3) O **PORTUGAL INTERNATIONAL MOUNTAIN BIKE 3H - 6H - 12H . CABRIZ . SINTRA**, tem a distância de cerca de **8km/Volta**.

4) As seguintes regras foram compiladas para assegurar o bom funcionamento de um evento complexo e emocionante, como uma Corrida de Mountain Bike, promovendo nos Atletas momentos de emoção e sã camaradagem.

Estas regras são fulcrais para que o evento decorra da uma forma positiva e que queremos sem acidentes.

5) A organização reserva o direito de alterar ou introduzir regras a qualquer momento no presente documento.

6) A participação no **PORTUGAL INTERNATIONAL MOUNTAIN BIKE 3H - 6H - 12H . CABRIZ . SINTRA**, implica a aceitação do presente Regulamento.

### **ARTIGO 3º: ATLETAS, ESCALÕES E CATEGORIAS**

1) O **PORTUGAL INTERNATIONAL MOUNTAIN BIKE 3H - 6H - 12H . CABRIZ . SINTRA**, é aberto a todos os Atletas Portugueses e Estrangeiros, não requerendo de qualquer estatuto, afiliação, licença desportiva da Federação Portuguesa de Ciclismo ou outra.

2) Podem participar Atletas com 19 anos até à data de 31 de Dezembro de 2022.

3) O escalão, corresponde à idade que o Atleta tem até ao dia 31 de Dezembro de 2022.

4) Existirá uma só classificação, independentemente da Nacionalidade dos Atletas.

5) Os Atletas só se podem inscrever num Escalão/Categoria.

6) Escalões e Categorias:

a) SOLOS - Masculinos e Femininos:

19-22

23-29

30-34

35-39

40-44

45-49

50-54

55-59

60-64

65-69

70+

b) SINGLE SPEED - Masculinos e Femininos:

19-22

23-29

30-34

35-39

40-44

45-49

50-54

55-59

60-64

65-69

70+

c) EQUIPAS 2 - Masculinos e Femininos ou Mistas:

Geral

d) EQUIPAS 4 - Masculinos e Femininos ou Mistas:

Geral

**ARTIGO 4º: SECRETARIADO; PADDOCK; ÁREA OFICIAL DE ABASTECIMENTOS; ÁREA OFICIAL DE ASSISTÊNCIA MECÂNICA; BALNEÁRIOS/BANHOS**

1) Secretariado:

a) Os Atletas, são obrigados a se apresentar no Secretariado (Junto à Zona de Partida/Meta), com documento de identificação.

2) Paddock / Área de Apoio:

a) Paddock:

Espaço de 3x3 (Tenda):

i) Solos: 12H

ii) Single Speed: 12H

iii) Equipas 2 e 4: 6H ou 12H

b) Área de Apoio (Espaço aberto):

i) Solos: 3H e 6H

**Nota:** Os Atletas Solos das 3H e 6H, não têm espaço em Paddock, podendo se posicionar em qualquer espaço da Área de Apoio, identificada pela Organização, não podendo dar apoio ao longo do percurso.

c) Não são permitidas auto-caravanas ou viaturas similares no Paddock.

d) A atribuição do espaço de Paddock é efetuada por ordem de chegada após levantamento do frontal e sempre acompanhada por um elemento do Staff.

e) Extras:

i. Inclui Eletricidade (***Os Atletas terão que se fazer transportar de extensões eléctricas***);

ii. Não inclui: Tenda, Mobiliário, outros.

3) Área Oficial de Abastecimentos da Organização:

a. A Organização, disponibiliza um Espaço de Abastecimento (Água).

4) Assistência Mecânica:

a. Os Atletas Solos das 12H e as Equipas de 2 e 4, só podem receber Assistência Mecânica na sua Box pessoal no Paddock;

b) Os Atletas das 3H e 6H, só poderão receber Assistência Mecânica na Área de Apoio;

5) Balneários/Banhos:

a) A Organização disponibiliza com o seu Parceiro, de local de WC e Banhos.

## **ARTIGO 5º: INSCRIÇÕES**

1) Limite de inscrições:

### **SOLOS - 3H:**

100 Atletas (independentemente de Masculinos ou Femininos);

### **SOLOS - 6H:**

100 Atletas (independentemente de Masculinos ou Femininos);

### **SOLOS - 12H:**

100 Atletas (independentemente de Masculinos ou Femininos);

### **SINGLE SPEED - 3H:**

10 Atletas (independentemente de Masculinos ou Femininos);

### **SINGLE SPEED - 6H:**

10 Atletas (independentemente de Masculinos ou Femininos);

### **SINGLE SPEED - 12H:**

10 Atletas (independentemente de Masculinos ou Femininos);

### **EQUIPAS 2 - 6H:**

20 Equipas (independentemente de Masculinos, Femininos ou Mistas);

### **EQUIPAS 2 - 12H:**

20 Equipas (independentemente de Masculinos, Femininos ou Mistas);

**EQUIPAS 4 - 12H:**

20 Equipas (independentemente de Masculinos, Femininos ou Mistas);

- 2) Os Atletas só podem fazer alterações à sua inscrição, até ao último dia de inscrições.
- 3) As inscrições não são reembolsáveis ou transmissíveis.
- 4) Em caso de cancelamento ou adiamento da prova, devido a causas naturais: desastres naturais; inundações; incêndios ou outro, não existirá reembolso das inscrições. Em circunstância alguma os Atletas inscritos poderão reclamar qualquer indemnização, de nenhuma natureza.
- 5) Valores e Prazos:

**SOLOS e SINGLE SPEED - 3H:**

Até 1 Março = 14,00€

Até 5 Abril = 16,00€

**SOLOS e SINGLE SPEED - 6H:**

Até 1 Março = 17,00€

Até 5 Abril = 19,00€

**SOLOS e SINGLE SPEED - 12H:**

Até 1 Março = 19,00€

Até 5 Abril = 22,00€

**EQUIPAS 2 - 6H:**

Até 1 Março = 28,00€

Até 5 Abril = 32,00€

**EQUIPAS 2 - 12H:**

Até 1 Março = 38,00€

Até 5 Abril = 44,00€

**EQUIPAS 4 - 12H:**

Até 1 Março = 76,00€

Até 5 Abril = 88,00€

- 6) Valor de inscrição inclui:

a) Participação na prova: **PORTUGAL INTERNATIONAL MOUNTAIN BIKE 3H - 6H - 12H . CABRIZ . SINTRA.**

b) Medalha de Participação

c) Seguro de Acidentes Pessoais

d) Frontal com Identificador Eletrónico (Chip)

e) Prémios (Medalhas de Pódio)

f) Certificado Digital (solicitar à organização pelo email: [info@ironbrainsports.com](mailto:info@ironbrainsports.com))

## **ARTIGO 6º: IDENTIFICAÇÃO**

- 1) Aquando da inscrição é atribuído a todos os Atletas um número de identificação (Frontal).
- 2) É necessária a apresentação de Cartão de Cidadão ou Passaporte, aquando do credenciamento no secretariado.
- 3) A organização reserva o direito de recusar a inscrição a Atletas e/ou elementos das suas assistências, por terem cometido os seguintes atos em eventos anteriores:  
Ações Antidesportivas;  
Desrespeito pelas Organizações;  
Suspensão por Doping.

## **ARTIGO 7º: PLACA DE IDENTIFICAÇÃO/FRONTAL**

- 1) Será fornecido a todos os Atletas uma Placa de Identificação/Frontal, que o obriga a afixar na frente da bicicleta.
- 2) O Atleta tem que preservar a Placa de Identificação/Frontal e manter a mesma visível a todos os controladores, técnicos e organização do evento, que o exigirem sob pena de impedimento de acesso à prova, desclassificação ou exclusão.
- 3) Ao longo do percurso existirão diversos postos de controlo, com localização desconhecida dos Atletas. Só será atribuído tempo de prova aos Atletas que realizem todos os postos de controlo.

## **ARTIGO 8º: PROGRAMA DE PROVA**

### **3H:**

6ªF – 12 Abril:  
18H00 - 20H00 - Secretariado (no local de prova)

Sábado – 13 Abril:  
10H00 - 14H30 - Secretariado  
14H45 - Briefing Atletas  
15H00 - Partida  
18H00 - Horário máximo para Atletas terminarem a última volta  
21H30 - Entrega de Prémios

### **6H:**

6ªF – 12 Abril:  
18H00 - 20H00 - Secretariado (no local de prova)

Sábado – 13 Abril:  
10H00 - 14H30 - Secretariado  
14H45 - Briefing Atletas

15H00 - Partida  
21H00 - Horário máximo para Atletas terminarem a última volta  
21H30 - Entrega de Prémios

**12H:**

6ªF – 12 Abril:

18H00 - 20H00 - Secretariado (no local de prova)  
18H00 - 22H00 - Montagem de Tendas/Boxs dos Atletas

Sábado – 13 Abril:

07H00 - 08H00 - Montagem de Tendas/Boxs dos Atletas  
07H00 - 08H30 - Secretariado  
08H45 - Briefing Atletas  
09H00 - Partida  
21H00 - Horário máximo para Atletas terminarem a última volta  
21H30 - Entrega de Prémios

**ARTIGO 9º: CONTROLO DE TEMPOS**

- 1) Todos os Atletas receberão um Identificador Eletrónico (chip), acoplado à sua Placa de Identificação/Frontal, para controlo de tempo e classificação.
- 2) A prova terá uma linha de meta, onde estarão colocados os sensores (tapete) para a classificação eletrónica.
- 3) Existirá uma área obrigatória para troca de Atletas das Equipas.
- 4) Existirão zonas de controlo ao longo do percurso, onde os controladores poderão obrigar os Atletas a parar para observação dos Frontais.

**ARTIGO 10º: TEMPO POR VOLTA**

- 1) O tempo por volta será o tempo tomado à passagem pela linha de meta.
- 2) Os tempos utilizados ou perdidos na Área de controlo faz parte do tempo de volta, não podendo nenhum Atleta pedir a sua neutralização.
- 3) Os Atletas presentes na Área de Controlo são obrigados a identificar-se e verificar que o registo realizado pelo controlador está correto.
- 4) Em caso de extravio do Identificador Eletrónico (chip) pelo Atleta durante a prova será realizado um registo de tempo manual no momento em que o Atleta entra na Área de controlo. Será atribuído um Identificador Eletrónico (chip) ao Atleta, não sendo o tempo de espera neutralizado.

## **ARTIGO 11º: CLASSIFICAÇÕES**

- 1) A classificação de cada Atleta Solo ou Equipas, será determinado pelo **número de voltas efetuadas dentro do tempo limite**.
- 2) Em caso de paragem ou anulação da prova, devido a razões de força maior e/ou condições de segurança mínima, o Diretor de Prova poderá determinar a hora de fecho da mesma.
- 3) Os resultados finais dos Atletas Solo serão calculados com base na posição, do horário determinado pelo Diretor de Prova.

## **ARTIGO 12º: PRÉMIOS (MEDALHAS DE PÓDIO)**

- 1) Os prémios atribuídos pela organização são intransmissíveis.
- 2) Os premiados que não estejam presentes na cerimónia protocolar, perderão o direito aos prémios que lhes estiverem destinados.
- 3) Serão premiados:

a) SOLOS GERAL - (Masculino e Feminino):  
1º ao 3º

b) SOLOS ESCALÕES - (Masculino e Feminino):  
19-22: 1º ao 3º  
23-29: 1º ao 3º  
30-34: 1º ao 3º  
35-39: 1º ao 3º  
40-44: 1º ao 3º  
45-49: 1º ao 3º  
50-54: 1º ao 3º  
55-59: 1º ao 3º  
60-64: 1º ao 3º  
65-69: 1º ao 3º  
70+: 1º ao 3º

c) SINGLE SPEED GERAL - (Masculino e Feminino):  
1º ao 3º

d) SINGLE SPEED ESCALÕES - (Masculino e Feminino):  
19-22: 1º ao 3º  
23-29: 1º ao 3º  
30-34: 1º ao 3º  
35-39: 1º ao 3º  
40-44: 1º ao 3º  
45-49: 1º ao 3º  
50-54: 1º ao 3º

55-59: 1º ao 3º  
60-64: 1º ao 3º  
65-69: 1º ao 3º  
70+: 1º ao 3º

e) EQUIPAS 2 GERAL- (Masculinos, Femininos e Mistos):  
1º ao 3º

f) EQUIPAS 4 GERAL- (Masculinos, Femininos e Mistos):  
1º ao 3º

### **ARTIGO 13º: COMPORTAMENTOS EM PROVA**

- 1) Os Atletas que seguem montados nas bicicletas têm prioridade sobre os Atletas que circulam com a bicicleta à mão.
- 2) Os Atletas que se preparam para ultrapassar deverão dar indicação vocal.
- 3) Os Atletas não podem interferir corporalmente de modo a impedir a progressão de outro Atleta. Em situações de conflito ou falta de conduta desportiva, os Atletas em causa serão penalizados com a anulação de uma volta.
- 4) A saída do circuito de prova ou atalho tem como consequência a desclassificação do Atleta e/ou Equipa.
- 5) A utilização de linguagem imprópria ou qualquer outro tipo de comportamento não desportivo será penalizado com anulação de uma volta.
- 6) A assistência no percurso só pode ser prestada por outros Atletas em prova. A assistência por companheiros de equipa ou outros elementos só se poderá realizar no Paddock.
- 7) Só é permitida a circulação no circuito, durante o período de prova a:  
Um (1) Atleta/Equipagem;  
Um (1) Elemento de Staff/Apoio ao Atleta.
- 8) O Atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros provenientes de suplementação alimentar e/ou outros e assim depositá-los na sua zona pessoal de assistência.
- 9) Aos comportamentos anti-desportivos e anti-ambientais, aplica-se a desclassificação do Atleta e a impossibilidade de participação em futuras edições de provas organizadas pela *Brain Sports Club*.
- 10) Comportamentos inadequados, como: agressões verbais ou físicas, serão comunicadas às autoridades (PSP, GNR).

## **ARTIGO 14º: SEGURO/APÓLICE, CONDIÇÕES E INFORMAÇÕES**

1) Todos os Atletas têm um Seguro de Acidentes Pessoais adquirido pela organização.

***O seguro tem Franquia.***

2) **COBERTURAS, CAPITAIS SEGUROS E FRANQUIAS:**

**Morte: 28.530,00€**

**Invalidez Permanente: 28.530,00€**

**Despesas de Tratamento e Repatriamento: 4.590,00€ - Franquia de: 60,00€**

**Despesas de Funeral (Gastos): 2.290,00€**

3) **CONDIÇÕES:**

a) Todos os Atletas declinam tomar qualquer ação legal, resultado da participação na prova.

b) Os Atletas serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais, ou de qualquer outra natureza, a si mesmos ou a terceiros. A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente por negligência ou roubo de objetos e ou valores dos Atletas. Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de responsabilidade resultante dos atos acima descritos.

c) Após a inscrição, os Atletas assumem que se encontram, física e psicologicamente preparados para o esforço físico e mental, inerentes à prova.

d) É fundamental que o Atleta tenha a noção de autogestão do esforço, quer físico, quer mental, perante situações adversas às quais poderá ficar exposto, sem que seja possível ajuda/resgate imediato. É fundamental o Atleta saber como atuar em caso de pequenas lesões, indisposições gástricas, entre outras situações, decorrentes da tipologia da prova.

e) Em caso de desistência da prova é obrigatório que os Atletas forneçam com a rapidez possível à informação da sua identidade e intenção da ação que pretende realizar.

f) Qualquer violação ao disposto nos pontos anteriores implica a impossibilidade de alinhar à partida da prova ou se tal não for detetado antes da partida, a desclassificação no final na prova.

4) **INFORMAÇÕES:**

a) O evento dispõe de equipas de socorro.

## **ARTIGO 15º: EQUIPAMENTO**

1) Os Atletas podem utilizar mais do que uma bicicleta, em caso de Solos, ou menos uma bicicleta em caso de Equipas (exemplo: Equipa de 3 (Tripla), só com duas bicicletas). É da responsabilidade dos Atletas a colocação/transposição do Frontal, na bicicleta.

- 2) Não é permitido o uso de bicicletas elétricas ou com mecanismos motores auxiliares.
- 3) Os Atletas terão que usar sempre o capacete (homologado para a prática de ciclismo), sempre que se deslocarem no circuito.
- 4) **É obrigatório a utilização de um sistema de iluminação frontal e traseira, montado na bicicleta, durante o período noturno.** É proibida a circulação no período noturno com luzes apagadas.
  - a) O período noturno está definido entre as 19H00 e as 07H00;
  - b) Devido a alterações climáticas, a organização, pode solicitar alteração ao horário descrito na alínea: a.

#### **ARTIGO 16º: DIREITOS DE IMAGEM E DADOS PESSOAIS**

- 1) Os Atletas são livres de captar imagens fotográficas e vídeos.
- 2) Os Atletas autorizam a entidade organizadora da prova ao registo multimédia (foto e vídeo), na sua totalidade para efeitos de marketing e publicidade, e assim cedem todos os direitos à sua exploração comercial por parte da organização.

#### **ARTIGO 17º: CANCELAMENTO DE PROVA**

- 1) Em caso de cancelamento ou adiamento da prova, devido a causas naturais: desastres naturais; inundações; incêndios ou outro, não existirá reembolso das inscrições. Em circunstância alguma os Atletas inscritos poderão reclamar qualquer indemnização, de nenhuma natureza.

#### **ARTIGO 18º: RECURSOS**

- 1) Só serão aceites recursos pela forma escrita, durante o decorrer da prova ou até 30 minutos após a chegada do Atleta reclamante, e sobre as classificações até 30 minutos após a sua divulgação.