



# GUIA DE PARTICIPANTE

V01 | 07.01.2025

**ORGANIZAÇÃO:**

**ENTIDADE BENEFICIÁRIA:**



**ASSOCIAÇÃO HUMANITÁRIA DOS  
BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE MIRA**

**APOIO:**





---

## 1. APRESENTAÇÃO

Pelo 16º ano realizar-se-á o RAID BTT LAGOAS DE MIRA, nos dias 11 e 12 de janeiro de 2025, evento organizado pela **ACCM - Associação Cicloturista do Cabeço-Mira**, tendo o evento um cariz social/humanitário oficializado em protocolo com a ASSOCIAÇÃO HUMANITÁRIA DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE MIRA, Entidade beneficiária do evento.

A organização conta ainda com o apoio da ACCM BTTeam, equipa de BTT que representa oficialmente a ACCM.

O evento é já uma referência no calendário de início de época desportiva, sendo essa afirmação um dos objetivos da organização, que se dirige quer a atletas da vertente de lazer quer da vertente de competição.

## 2. ORGANIZAÇÃO

**ACCM** - Associação Cicloturista do Cabeço de Mira

Rua dos Lavradores, 22, 3070-462 MIRA

Tel. 231 488 303

[accmbtteam@gmail.com](mailto:accmbtteam@gmail.com)

## 3. ENTIDADES OFICIAIS

- GNR de Mira – 231 489 500
- Bombeiros Voluntários de Mira – 231 480 760
- Câmara Municipal de Mira
- Turismo do centro
- Junta de freguesia de Mira
- Junta de freguesia da Praia de Mira
- Junta de freguesia de Carapelhos
- Junta de freguesia do Seixo
- ACBL - Associação de Ciclismo da Beira Litoral



#### 4. CARTAZ DO EVENTO

<b>RAID BTT LAGOAS DE MIRA</b>		
<b>12 JAN</b>	<b>2025</b>	
<b>RAID 35</b>	<b>RAID 55</b>	<b>DOMINGO</b>
<b>SABADO</b>	<b>PRÓLOGO NOTURNO</b>	
<b>11 JAN</b>	<b>PRAIA DE MIRA</b>	
<b>PARA ATRIBUIÇÃO DA BOX DE PARTIDA</b>		
<b>INFO</b>	<b>LAP260.COM/RAID-BTT-LAGOAS-DE-MIRA-2025 · WWW.FACEBOOK.COM/RAIDBTTLAGOASDEMIRA</b>	

**ORGANIZAÇÃO:** **ACCM**  
Associação do Colono de Cabeça de Mira

**ENTIDADE BENEFICIÁRIA:** **ASSOCIAÇÃO HUMANITÁRIA DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE MIRA**

**APOIO:**

**Mira** **Mira** **Praia de Mira** **ACBL ASSOCIAÇÃO DE CICLISMO DA BEIRA LITORAL**



---

## 5. PROGRAMA

### Sábado, 11 de janeiro de 2025

- 15h00 - Abertura do Secretariado (@ Pavilhão Bombeiros Voluntários de Mira)
- 18h00 - Fecho do secretariado
- 18h30 – Início prólogo (@largo da Barrinha – Praia de Mira)
- 22h00 – Encerramento dia 1

### Domingo, 12 de janeiro de 2025

- 07h30 - Abertura do Secretariado (@ Pavilhão Bombeiros Voluntários de Mira)
- 08h00 - Abertura do Controlo 0 (@ Jardim de Mira)
- 09h00 - Fecho do secretariado
- 09h15 - Fecho do Controlo 0
- 09h20 - Briefing / Informações aos participantes
- 09h30 - Partida Raid BTT 55kms/ 35kms (@ Jardim de Mira)
- 10h40 - Hora prevista de chegada 1º Atleta do Raid 35 (@ Jardim de Mira)
- 11h20 - Hora prevista de chegada 1º Atleta do Raid 55 (@ Jardim de Mira)
- 12h00 - Início de Entrega de prémios (@ Jardim de Mira) (Serão entregues também os prémios relativos ao prólogo noturno)
- 13h00 - Início do Almoço (@ EB 2,3 Mira) - Rojões com Grelos
- 16h00 - Encerramento do evento.

## 6. MAPA DA LOGÍSTICA DO EVENTO – CENTRO DA VILA DE MIRA (12.01.2025)





---

## 7. SECRETARIADO

PAVILHÃO BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE MIRA - N40º25.713 W8º44.490

*Horário:*

- SÁBADO 13-01-2024, das 15:00 às 18:00
- DOMINGO 14-01-2024 das 07h30 às 09h00

## 8. ESTACIONAMENTOS (A AMARELO)

- Atrium Municipal e Zona Posterior ao Atrium
- Piscinas Municipais
- Junto ao cemitério
- Junto à Escola Básica 2º Ciclo

**Nota:** Chamamos a atenção a todas as pessoas que se deslocarem para aprova que venham com tempo de forma a estacionar dentro dos espaços previstos. Agradecemos que não estacionem nas zonas de início de prova, nem em cima de passeios dado que as Forças Policiais poderão passar multas.

## 9. CONTROLO «0» /PARTIDA / META (VERMELHO)

Partida conjunta para RAID 35 e RAID35, com distribuição de Boxes de Acordo com o Regulamento:

A entrada para a manga de partida (box) do RAID 35 e 55 inicia-se às 08H00 e encerra às 09H15, e far-se-á da seguinte forma:

- BOX 1 – primeiros 10 classificados geral masculinos e primeiros 3 classificados geral femininos do prólogo (excluindo E-Bikes);
- BOX 2 – do 11º ao 50º classificados do prólogo e restantes senhoras do prólogo (excluindo E-Bikes)
- BOX 3 – restantes classificados do prólogo (excluindo E-Bikes);
- BOX 4 – Entrada livre conforme chegada para os participantes que optaram por não fazer o prólogo e E Bikes do Prólogo;
- BOX 5 – E-Bikes;

**PARTIDA:** às 09h30



---

## 10. META / ENTREGA DE PRÉMIOS

Jardim de Mira

Horário Entrega Prémios: a partir das 12.00h

## 11. LAVAGEM DE BICICLETAS

Rua das Pedregueiras Junto à Escola Secundária

Nota: Posto de Lavagem disponível até às 14.30

## 12. BANHOS – Balneários

- **Pavilhão gimnodesportivo Municipal de Mira**  
Rua Óscar Moreira da Silva
- **Piscinas Municipais de Mira**  
Rua Óscar Moreira da Silva

## 13. ALMOÇO

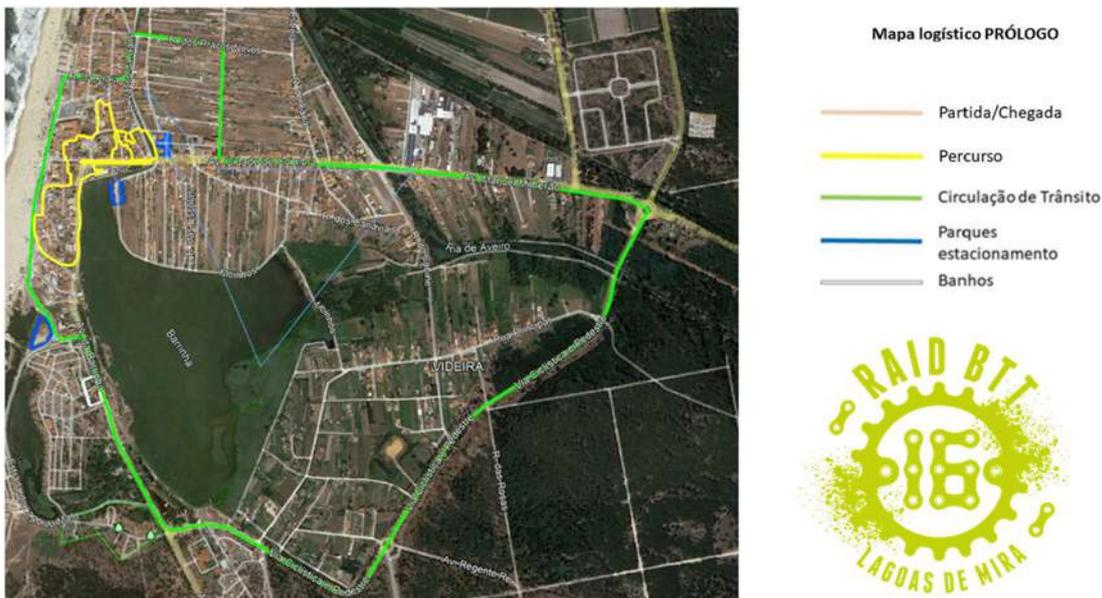
Escola EB 2 de Mira, Rua Óscar Moreira da Silva

O almoço será servido a partir das 13.00 na EB 2,3 de Mira.

Horário: Domingo, 12-01-2025 a partir das 13h00

No Kit do Participante estará uma **pulseira que deverá ser colocada no pulso de forma visível**, para todos os atletas que adquiriram a sua inscrição com almoço.

## 14. MAPA DA LOGÍSTICA DO EVENTO – PRÓLOGO NOTURNO (PRAIA DE MIRA)



**Nota:** Encontram-se disponíveis banhos no Pavilhão Municipal no Centro da Vila de Mira

### 14.1. SECRETARIADO

PAVILHÃO BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE MIRA - N40°25.713 W8°44.490

Hórorio: SÁBADO 11-01-2025, das 15:00 às 18:00

### 14.2. ESTACIONAMENTOS

P1 – AVENIDA ARRAIS BATISTA CERA (MARGINAL)

P2 – JUNTO À BARRINHA NA ZONA POSTERIOR ÀS BOMBAS DA GALP

P3 – JUNTO À GNR DA PRAIA DE MIRA

### 14.3. ZONA DE ANIMAÇÃO (PARTIDA&CHEGADA)

Jardim da barrinha no centro da Praia de Mira *Partida, Chegada*

#### 14.4. BANHOS

Pavilhão Municipal no Centro da Vila de Mira

#### 15. PERCURSO

##### 15.1. ENVOLVÊNCIA E CONSCIENCIALIZAÇÃO

Não obstante a limpeza de percurso ser uma responsabilidade da Organização, apelamos a todos os participantes e acompanhantes para **NÃO ATIRAREM LIXO PARA O CHÃO**, em todo e qualquer ponto do percurso e especialmente em zonas em que o lixo possa ficar fora do alcance da vista e dificulte ou impossibilite a sua remoção. Pedimos que colaborem com a organização neste aspecto.

Os percursos colocam-nos em contacto com alguns ecossistemas característicos da região, natureza que deriva da proximidade dos inúmeros cursos de água que alimentam os principais lagos de Mira, e atravessam diversas povoações tipicamente Gandarezas, cujas gentes apreciarão a passagem dos ciclistas.

A Organização espera que os participantes mantenham uma atitude amigável e consciente, a bem do património ambiental e das pessoas que lá habitam.

O percurso é «nosso» por um dia, e dessas pessoas o resto do ano.

##### 15.2. PRÓLOGO

-Aproximadamente 2,2 kms

-45D+

**OBRIGATÓRIO O USO DE LUZ NA BICILETA**



### 15.3. RAID 35

Distância: apx 38.5 kms



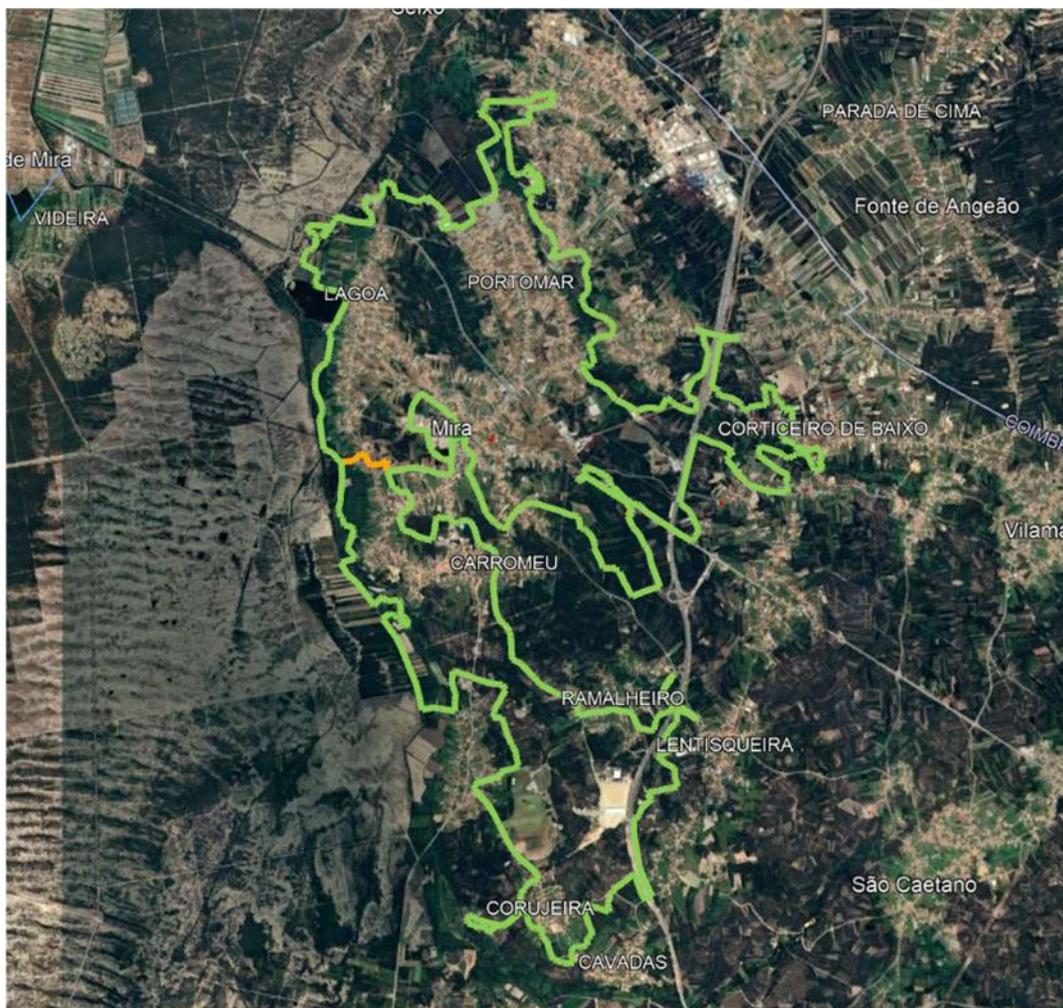
**DIFICULDADE FÍSICA/TÉCNICA**  
baixa/baixa (1 em 5 / 1 em 5)  
**ALTIMETRIA** - 188 m D+

#### **SOBRE O PERCURSO «RAID 35»:**

**Trajeto apropriado para todos** os participantes, desde lazer e BTT de iniciação até ao nível de competição. Não apresenta dificuldades a assinalar, sendo maioritariamente plano, percorrendo caminhos campestres, alguns trilhos existentes e outros trilhos abertos especialmente para esta prova.

## 15.4. RAID 55

Distancia: Apx 61 5 kms



### **DIFICULDADE FÍSICA/TÉCNICA**

baixa/baixa 2 em 5 / 2 em 5)

**ALTIMETRIA** - 340 mtsD+

### **SOBRE O PERCURSO «RAID 55»:**

**Trajeto apropriado para todos os praticantes de BTT**, desde iniciação até ao nível de competição. Percurso de dificuldade moderada, quer ao nível técnico quer ao nível físico sendo maioritariamente plano, percorrendo caminhos campestres, alguns trilhos existentes e outros trilhos abertos especialmente para esta prova.



---

**NOTA: Após decorridas as 2.30 de Prova, não será permitida a passagem dos atletas no local de separação da prova para o RAID 55**

## 16. ZONAS DE ABASTECIMENTO

- ZA1 (comum aos dois percursos) – Cabeço de Mira - Km 23 (40°26'44.61"N - 8°43'22.32"O)
- ZA2 (Raid 55) – Corujeira – Km 47 (40°22'50.53"N - 8°43'44.13"O)

## 17. ZONAS ESPETÁCULO

- Crossódromo Carvalho (ACCM) – Km 24 (40°27'13.89"N - 8°43'37.13"O)
- Camping Vila Caia – Km 32 (40°26'47.78"N - 8°45'21.31"O)

Ao chegar às imediações das Zonas Espetáculo, deve estacionar de forma civilizada e consciente;

O Percurso Raid35/Raid 55 utiliza parte desses acessos, pelo que a organização vai condicionar a presença de carros nessa zona. Os espectadores/condutores devem ser responsáveis, para sua própria segurança, dos participantes e dos seus próprios veículos.

## 18. SEPARAÇÃO E JUNÇÃO DE PERCURSOS

Separação de percursos: KM 36 (Ciclovía Casal de São Tomé – Moinhos da Fazendeira)

## 19. MARCAÇÕES NO PERCURSO

Todo o percurso se encontra marcado com recurso aos seguintes elementos;

- Fitas colocadas verticalmente a 1,40~1,70 mts do chão, e dispostas ao longo do percurso de forma visível entre cada ponto marcado;
- A existência de 2 fitas de um dos lados do percurso e próximas entre si indica aos participantes uma viragem para o caminho situado nesse mesmo lado; uma



---

terceira fita, logo após entrar no novo caminho, e colocada no lado oposto, confirma esse caminho como integrante do percurso.

- Em determinadas zonas, como nas Zonas espetáculo e zona de aproximação à meta, existirão corredores, em que os participantes deverão seguir por entre fitas dispostas horizontalmente e/ou barreiras de proteção colocadas em posição contígua relativamente ao percurso
- A tradicional cal não será utilizada nesta edição
- Existe sinalização com placas verticais a complementar a informação no terreno, e que indicam
  - separação de percursos,
  - junção de percursos,
  - aproximação à meta,
  - trilhos referenciados,
  - aproximação a estradas principais, ou zonas de perigo,
  - aproximação a zonas de abastecimento,
  - aproximação a controlos de passagem, cuja localização não é divulgada.

## **20. SEGURANÇA**

- Todos os participantes devem respeitar as regras do código da estrada ao longo de todo o percurso, não obstante existirem elementos do staff que colaboram com a organização no sentido de facilitar aos participantes o processo de travessia de estradas secundárias ou municipais em que o trânsito é aberto a qualquer cidadão.
- Ao longo de todo o percurso existirão elementos da GNR em estradas principais para assegurar a travessia de participantes em segurança.
- A todos os participantes é exigido o uso do capacete devidamente colocado e apertado, durante a sua permanência no percurso, enquanto participantes do evento mencionado, e comprovado pela presença do respetivo frontal afixado na bicicleta; A organização não aceita ser responsabilizada por quaisquer consequências motivadas pelo desrespeito a esta regra.
- A organização recomenda a todos os participantes que levem consigo um telemóvel pessoal e um conta-quilómetros, durante a sua permanência no percurso.
- Os participantes encontram, no seu próprio frontal, os seguintes números de telefone para os quais podem solicitar à organização apoio em caso de avaria ou acidente.

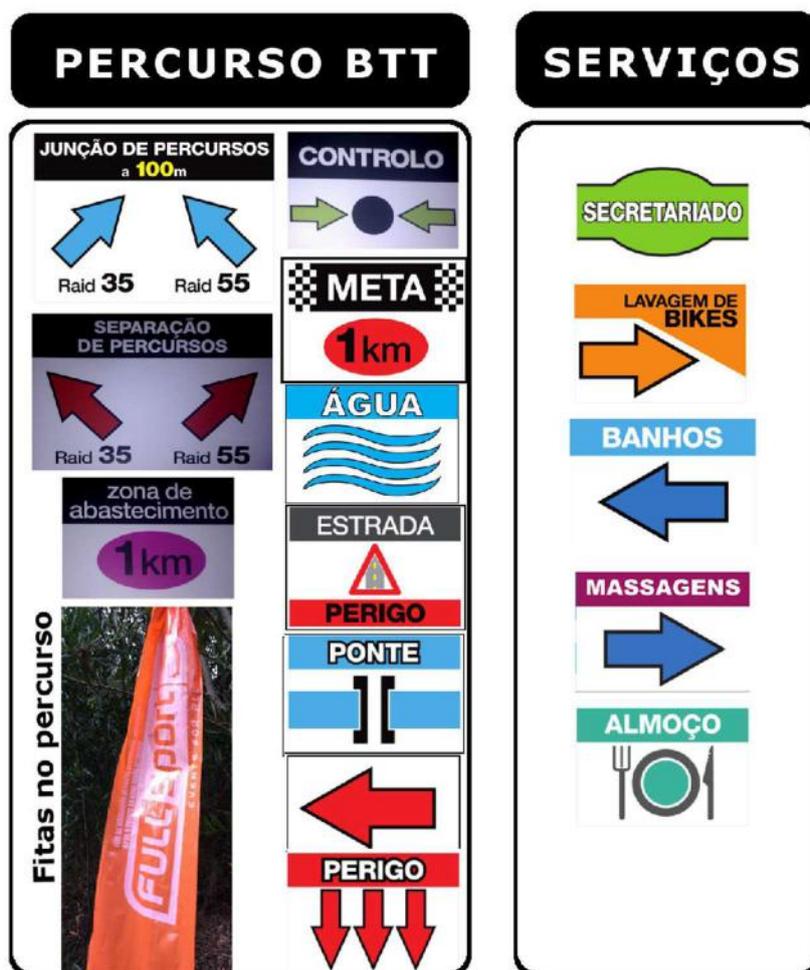
- TLM1: **962325462** Ricardo Mingatos
- TLM2: **969455532** Alirio Caiado

## 21. SINALÉTICA

# SINALÉTICA

## AUTOMOBILISTAS





## 22. IDENTIFICAÇÃO DE ELEMENTOS DA ORGANIZAÇÃO E STAFF

- Os elementos da Organização estarão identificados com credencial
- Os elementos do Staff dispersos ao longo do percurso estarão identificados com uma credencial fornecida pela Organização onde consta, entre outros, os números de telefone úteis do evento.

## 23. CLASSIFICAÇÕES

- As classificações não oficiais/provisórias serão disponibilizadas em sintonia com a chegada dos atletas, e ocorrerão até à chegada do último participante, tendo como limite as 14h, horário a partir do qual é encerrada a cronometragem.



- 
- Os atletas têm **30min após a chegada** para apresentar as reclamações verbalmente ou até às 16h por escrito, devendo sempre dirigir-se à organização através de email.
  - Reclamações submetidas posteriormente não serão aceites.
  - A cronometragem está a cargo da Empresa LAP2GO

## **24. CERIMÓNIA DE ENTREGA DE PRÉMIOS**

Esta cerimónia acontece durante ou após a chegada dos Atletas.

Perspetiva-se na Zona de Meta a passagem com a própria bicicleta em palco disposto para o efeito.

Todos os atletas e acompanhantes estão convidados a assistir à “cerimónia” de pódio.

## **25. ENCERRAMENTO DO EVENTO**

O evento considera-se encerrado depois concluída a cerimónia de entrega de prémios e após o término do Almoço.

## **26. CONCLUSÃO**

A ACCM agradece a confiança depositada na Organização, expressa de forma inequívoca pela adesão registada, e continua empenhada em proporcionar o melhor aos participantes neste evento BTT.

**A todos os participantes, acompanhantes e espectadores, desejamos uma viagem tranquila até Mira, e que disfrutem o melhor possível do 16º Raid BTT Lagoas de Mira.**