

TAÇA DE
PORTUGAL
XCO

XCO INTERNACIONAL MARRAZES 2021



22 e 23 MAIO
MARRAZES - LEIRIA
Aldeia do Desporto

GUIA TÉCNICO
TECHNICAL GUIDE

ORGANIZAÇÃO



INDÍCE INDEX

APRESENTAÇÃO / PRESENTATION	3
VISITE MARRAZES, VISITE LEIRIA / VISIT MARRAZES, VISIT LEIRIA	4
INFORMAÇÃO DA PROVA / EVENT INFORMATION	8
EQUIPA TÉCNICA / EVENT TECHNICAL STAFF	8
PROGRAMA / PROGRAMME	9
CARACTERÍSTICAS DA PROVA / RACE DETAILS	10
PRÉMIOS / PRIZE LIST	12
PONTOS UVP-FPC RANKING TAÇA PORTUGAL 2021/ POINTS UVP-FPC RANKING PORTUGAL CUP XCO 2021.....	12
PONTOS UCI RANKING MTB XC 2020 POINTS UCI RANKING MTB XC 2020.....	12
REGRAS DE PARTICIPAÇÃO/ PARTICIPATION RULES	16
REGRAS DAS ACTIVIDADES / ACTIVITIES RULES	17
MEDIDAS DE MITIGAÇÃO ASSOCIADAS À PRESENÇA DE PÚBLICO MITIGATION MESURES ASSO- CIATED WITH THE PRESENCE OF PUBLIC.....	19
MEDIDAS SANCIONATÓRIAS SOBRE O INCUMPRIMENTO ÀS MEDIDAS DE EXCEÇÃO SANCTIO- NING MEASURES ON NON-COMPLIANCE WITH THE EXCEPTIONAL MEASURES.....	22
COMO CHEGAR / HOW TO GET HERE	23
CONTACTOS / CONTACTS	24

APRESENTAÇÃO | PRESENTATION

Esta é a 7ª edição do Internacional XCO Marrazes, desta feita, competição internacional C2, integrando a Taça de Portugal XCO 2021, um troféu oficial da UVP/ Federação Portuguesa de Ciclismo. As provas da Taça de Portugal XCO disputam-se em conformidade com os Regulamentos UCI (provas internacionais) e UVP/FPC, sendo o colégio de comissários a única entidade responsável pela aplicação dos mesmos.

A Taça de Portugal XCO destina-se exclusivamente aos atletas com licença desportiva de competição, para todas as categorias de ambos os sexos (Cadetes, Juniores, Sub-23, Elites e Masters).



by Eduardo Campos

This is the International XCO Marrazes 7th edition, a C2 international competition, included at XCO Portugal Cup XCO 2021, an official trophy from UVP/ Portuguese Cycling Federation. The races of the Portugal Cup XCO are in accordance with the UCI Regulations (international events) and UVP/FPC regulations.

The Portugal Cup XCO is exclusively for athletes with an official racing license to compete, to all categories of both genders (Cadets, Juniors, U-23 / Elites and Masters).

Visite Marrazes, visite Leiria !

Marrazes é uma povoação do concelho de Leiria, com 19,13 km² de área e mais de 22 500 habitantes, que dista somente 4 kms do centro da cidade. É a maior freguesia do concelho de Leiria.

Marrazes dispõe alguns dos melhores restaurantes do concelho e do distrito de Leiria, alguns dos quais reconhecidos nacionalmente pela excelência no serviço e qualidade gastronómica das suas ementas. Quanto aos pratos típicos, a freguesia de Marrazes oferece aos seus visitantes deliciosos acepipes, como a Fritada (Entrecosto de Porco e Morcela de Arroz, grelos e batata cozida), e pratos de carne como a Feijoada e o Cabrito Assado.

O Concelho de Leiria ocupa uma posição privilegiada no quadro do nosso país e particularmente no plano regional. Confina a Norte com o Concelho de Pombal, a Este também com o de Pombal e com o de Ourém, a Sul com o da Batalha e o de Porto de Mós, a Oeste é limitado pelo Concelho da Marinha Grande e pelo Oceano Atlântico. Fica inserido na Região Centro e apresenta-se como área de grande influência socioeconómica e fortemente representativa do total da região.

A cidade de Leiria, sede de concelho e capital de distrito, fica a uma distância de 146 quilómetros de Lisboa e de 72 quilómetros de Coimbra, sendo a sua localização um dos elementos principais que concorre para o seu crescimento e desenvolvimento. Leiria é servida por um importante conjunto de infra-estruturas rodoviárias, nomeadamente a A1, a A8, a A17, a A19, o IC2 e as EN 109, 242 e 113.

Leiria é o centro de uma região que junta à agricultura e à pecuária tradicionais as indústrias de moldes, alimentos compostos para animais, moagem, serração de madeiras, resinagem, cimentos, metais, cerâmica, plásticos, serração de mármore, construção civil, comércio e turismo citadino e ambiental. Ainda hoje o Castelo de Leiria permanece indelével símbolo monumental da história da Cidade. Guarda no interior das imponentes muralhas os vestígios das diversas fases de ocupação: desde fortaleza militar a palácio real. No entanto, a história da ocupação humana junto às margens do rio Lis e seus afluentes é muito anterior à Idade Média. Há centenas de milhares de anos, durante os primórdios da ocupação humana na Península Ibérica, quando os instrumentos principais eram feitos de pedra, o homem deixou-se encantar por estas paisagens envolventes, entre o mar e a serra...

Do variado e interessante espólio arqueológico da nossa região destaca-se a descoberta de artefactos feitos em pedra lascada, datados do Paleolítico Inferior e Médio (400 mil a 35 mil anos). Mas o achado mais interessante, encontrado num vale encantado que representa a riqueza natural da região, foi uma sepultura com 25 mil anos – O Menino do Lapedo, assim designado por se tratar de uma criança com cerca de quatro anos. Desde então, esta região nunca mais deixaria de ser habitada. Assim o comprovam os contíguos indícios arqueológicos, desde as primeiras épocas de sedentarização do homem, em que aparece a cerâmica, passando pela vulgarização do uso dos metais até à intensa romanização, culminando com a ocupação persistente e definitiva do morro do Castelo durante a Idade Média.

Entre o Castelo e o Rio Lis nasceu e cresceu a cidade de Leiria. A sua fundação medieval surge no movimento da reconquista cristã aos muçulmanos, protagonizado pelo primeiro rei português – D. Afonso Henriques. Foi precisamente na dinâmica das conquistas territoriais para a fundação do reinado de Portugal, que o rei Conquistador mandou edificar o Castelo, ainda na primeira metade do

século XII. Este foi, definitivamente, o ponto de partida para o intenso povoamento da região de Leiria. Após a fundação do Castelo, com o aumento da população, a vila expande-se para fora das muralhas. Em 1545 é elevada a Cidade e a Diocese.

A paisagem envolvente é fortemente marcada por extensos pinhais que se estendem até à costa atlântica. O reinado de D. Dinis (1285-1324) ficou célebre por diversas obras em Leiria, que fundamentam o cognome “Lavrador” - a sementeira do “Pinhal de Leiria” e a secagem de pântanos nas margens do Lis para fins agrícolas, dando origem ao fertilíssimo vale que se estende desde Leiria à sua foz.

Localizada no centro litoral do país, a região de Leiria reúne um conjunto de recursos naturais que consolidam a dinâmica económica ainda hoje evidente. Desde a época dos Descobrimentos Portugueses (Séculos XV / XVI) em que as madeiras do Pinhal de Leiria foram determinantes para a construção naval, passando pelas indústrias vidreiras (Séculos XVIII / XX) até à diversidade industrial contemporânea.



Visit Marrazes, visit Leiria

Marrazes is a village in the municipality of Leiria, with 19.13 km² and over 22 500 inhabitants, which is distant only 4 kms from the city center. It is the largest parish of the county Leiria.

Marrazes has some of the county's best restaurants and the district of Leiria, some of which are nationally recognized for excellence in service and culinary quality of its menus. Fry (Ribs Pork and black pudding rice, greens and baked potato) and meat dishes such as feijoada and roasted kid, are some of the most popular delights.

The Municipality of Leiria occupies a privileged position in the context of our country and particularly at the regional level. It borders to the north with the Municipality of Pombal, the east also with the Pombal and the Ourem, south to the battle and the Porto de Mos, the West is limited by the Council of Marinha Grande and the Atlantic Ocean. It is inserted in the Central and presents itself as an area of great socio-economic influence and strongly representative of the total area.

The city of Leiria, the county seat and district capital, lies at a distance of 146 kilometers from Lisbon and 72 kilometers from Coimbra, and its location a key element that contributes to their growth and development. Leiria is served by an important set of road infrastructure, including the A1, A8, A17, A19 to, IC2 and the EN 109, 242 and 113.

Leiria is the center of a region that combines agriculture and traditional livestock the mold industries, compound feed, milling, wood sawing, resin, cement, metals, ceramics, plastics, sawing marble, construction, trade and city and environmental tourism.

Today the Leiria Castle remains indelible monumental symbol of the history of the city. Guard inside the imposing walls traces the various stages of occupation: from military fortress to the royal palace.

However, the history of human settlement along the banks of the river Lis and its tributaries is much earlier than the Middle Ages. There are hundreds of thousands of years ago during the early days of human occupation in the Iberian Peninsula, where the main tools were made of stone, the man left enchanted by these scenic surroundings between the sea and the mountains ...

The varied and interesting archaeological remains of our region there is the discovery of artifacts made of flint, dating back to the Lower Paleolithic and East (400,000 to 35,000 years). But the most interesting finding, found in a valley delighted that represents the natural wealth of the region, was a grave with 25,000 years - The lapedo child, so called because it is a child of about four years. Since then, this region never cease to be inhabited. So evidenced by the adjacent archaeological evidence from the earliest periods of sedentary man, it appears the ceramics, through the popularization of the use of metals to the intense romanization, culminating with persistent and permanent occupation of the castle hill during the Middle Ages .

Between the Castle and the River Lis was born and raised in the city of Leiria. Its medieval foundation appears on the movement of the Christian reconquest to Muslims, played by the first Portuguese king - D. Afonso Henriques. It was precisely in the dynamics of territorial conquests to the

foundation of the kingdom of Portugal, which the king Conquistador had built the Castle, in the first half of the twelfth century.

This was definitely the starting point for the intense settlement in the region of Leiria. After the founding of the Castle, with the increase in population, the village expands outside the walls. In 1545 it is high the City and Diocese.

The surrounding landscape is strongly marked by extensive pine forests that extend to the Atlantic coast. The reign of King Dinis (1285-1324) became famous for various works in Leiria, underlying the nickname "Farmer" - sowing the "Pinhal de Leiria" and the draining of marshes on the banks of Lis for agriculture, giving rise the fertile valley that extends from Leiria to its mouth.

Located in the central coast of the country, the region of Leiria brings together a series of natural resources that consolidate the economic dynamics still evident. Since the time of the Portuguese Discoveries (Centuries XV / XVI) in the Pinhal de Leiria woods were instrumental in shipbuilding, through the glass windows industries (XVIII / XX) to contemporary industrial diversity.



INFORMAÇÃO DA PROVA | RACE INFORMATION

- Denominação da prova/ **Race name:** Internacional XCO Marrazes 2021
Internacional XCO Marrazes 2021
- Tipo de prova / **Race type:** XCO - Cross-Country Olympic
- Data da prova / **Date of the event:** 22/23 de maio 2021
may 22st and 23rd 2021
- Localização / **Location:** Marrazes, Leiria (Portugal)
- Organização / **Organization:** SCL Marrazes / UVP-FPC



EQUIPA TÉCNICA | STAFF

- Diretor da Organização / **Organization director:** António Baptista
- Diretor da Prova / **Race director:** António Baptista
- Diretor de Percurso / **Course director:** Rolando Gaspar
- Diretor de Segurança / **Security director:** Rolando Gaspar
- Diretor Nacional BTT/ **National MTB Director:** Jorge Rocha
- Presidente do Painel de Comissários/ **President of the Commissaires Panel:** Juan Manuel Garrido Calvo
- Comunicação/Imagem / **Communication and Image:** UVP-FPC
- Médico da prova / **Medical assistance coordinator:** Inês Vieira
- Comissários Nacionais / **National Commissaires:** ACS
- Cronometragem / **Timing Company:** UVP-FPC

PROGRAMA | PROGRAMME**22 maio may 22nd – SÁBADO SATURDAY**

09h00	Abertura da Zona 0 Opening of zone 0
10h00	Abertura do circuito para treinos Opening of the circuit for training
13h00	Encerramento do circuito para treinos Closing of the circuit for training
14h30	Abertura do circuito para treinos Opening of the circuit for practice
18h00	Encerramento do circuito para treinos Closing of the circuit for training

23 maio may 23rd – DOMINGO SUNDAY

07h00	Entrada no Paddock Paddock entrance
07h30	Abertura do circuito para treinos Opening of the circuit for training
08h30	Encerramento do circuito para treinos Closing of the circuit for practice
08h45	Chamada para corrida C1 Call up race 1
09h00	Masters Masculinos M30, M40, M50, M60 e Paraciclismo, seguida de entrega de prémios Masters men M30, M40, M50, M60 e Paracycling, followed by award ceremony
10h30	Chamada para corrida C2 Call up race 2
10h45	Juniores masculinos e todas as categorias femininas excetuando cadetes, seguida de entrega de prémios Junior men and all women category except cadets, followed by award ceremony
12h45	Chamada para corrida C3 Call up race 3
13h00	Cadetes masculinos e femininos, seguida de entrega de prémios Cadets men and women, followed by award ceremony
14h30	Chamada para corrida C4 Call up race 4
14h45	Elites/Sub23 masculinos, seguida de entrega de prémios Men Elite/U23, followed by award ceremony

CARACTERÍSTICAS DA PROVA | RACE DETAILS

Esta prova de BTT XCO – Cross Country Olímpico é aberta a atletas federados com licença desportiva de competição. É uma prova cronometrada realizada num circuito fechado com 5.500m de extensão, com uma zona de partida ampla e duas zonas de assistência técnica. Disputa-se em conformidade com os regulamentos da UVP-FPC.

Para elevar o nível, a organização realizou melhoramentos à pista de forma a torná-la ainda mais competitiva, segura e divertida. As intervenções levadas a cabo tornaram a pista mais fluida. Por outro lado, privilegiou-se muito o espetáculo, criando-se zonas de público e acessos adequados.

Um grupo de pessoas farão parte da organização (controladores de corrida), que serão distribuídos pelo circuito para garantir a segurança em todo o circuito e cumprimento das regras.

Será efetuada uma classificação separada para cada categoria e será utilizado um sistema informatizado de cronometragem em todas as corridas. O número de voltas ao circuito será decidido pela Organização e Colégio de Comissários e será comunicado às equipas na reunião de Diretores desportivos.

This race MTB XCO - Cross Country Olympic is open to all Mountain Bike riders licensed athletes. It is a timed event and occurs in a closed circuit with 4.500m distance, with a mass start per category and two technical/feed zones. This race has their official rules and regulations and is based in the UVP-FPC regulations.

To grow up the race level, its quality, we made a lot of track upgrades to be more competitive, safe and fun. With this, race would be more fluid. On the other hand, our mind was in public accesses to give a good show.

A group of people will be part of the organization (race controllers), which will be distributed by the circuit to ensure the safety of the entire circuit and the accomplishment of the rules.

The classifications for the different categories will be made in separately. The race timing will be controlled by transponders system. The number of laps and the overtaking will be decided by the organization and the commissaries panel and will be presented to the teams in the meeting with the team's managers.



Categorias e Tempos de Corrida | Categories and Race Time

Categoria Category	Idade Age (anos/years)	Tempo de corrida Race time	
		Mínimo Minimum	Máximo Maximum
MASCULINOS MEN			
Cadetes / Cadet	15/16	0h45	1h00
Juniões / Juniors	17/18	1h00	1h15
Elite/ U-23	≥ 19	1h20	1h40
Masters 30	30/39	1h00	1h15
Masters 40	40/49	1h00	1h15
Masters 50	50/59	1h00	1h15
Masters 60	60/64	1h00	1h15
FEMININAS WOMEN			
Cadetes / Cadet	15/16	0h45	1h00
Juniões / Juniors	17/18	1h00	1h15
Elites / U-23	≥ 19	1h20	1h40
Masters 30	30/39	1h00	1h15
Masters 40	40/49	1h00	1h15
Master 50	50/64	1h00	1h15
PARACICLISTAS			
D	≥ 19	1h00	1h15



PRÉMIOS | PRIZE MONEY

Troféus para os 1º, 2º e 3º classificado de cada categoria.

Troféu da Juventude ao 1º, 2º e 3º classificado Sub/23 masculino e femininos.

Prémios monetários aos atletas de acordo com a tabela UCI classe 2 do grupo 2.

Riders will receive a trophy award to the 1st, 2nd, 3rd places of each category.

There will be youth trophy award to U-23 male and female 1st, 2nd, 3rd places.

Riders will receive prize money according to UCI classe 2 group 2 financial regulations.

The prize money will be paid at the end of each race.

Class.	Elite Men	Elite Woman	Junior Man	Junior Woman
1º	175€	175€	56€	56€
2º	140€	140€	46€	46€
3º	105€	105€	35€	35€
4º	88€	88€	21€	21€
5º	70€	70€	18€	18€
6º	63€	63€		
7º	56€	56€		
8º	49€	49€		
9º	42€	42€		
10º	35€	35€		
Total	823€	823€	176€	176€

PONTOS UCI RANKING MTB XC 2020 | POINTS UCI RANKING MTB XC 2020**Class 2/ Elite Masc/Fem Male/Female**

Classificação Classification	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º
Pontos Points	30	25	15	12	10	8	6	4	2	1

Class 2/ Junior Masc/Fem Male/Female

Classificação Classification	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º
Pontos Points	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2

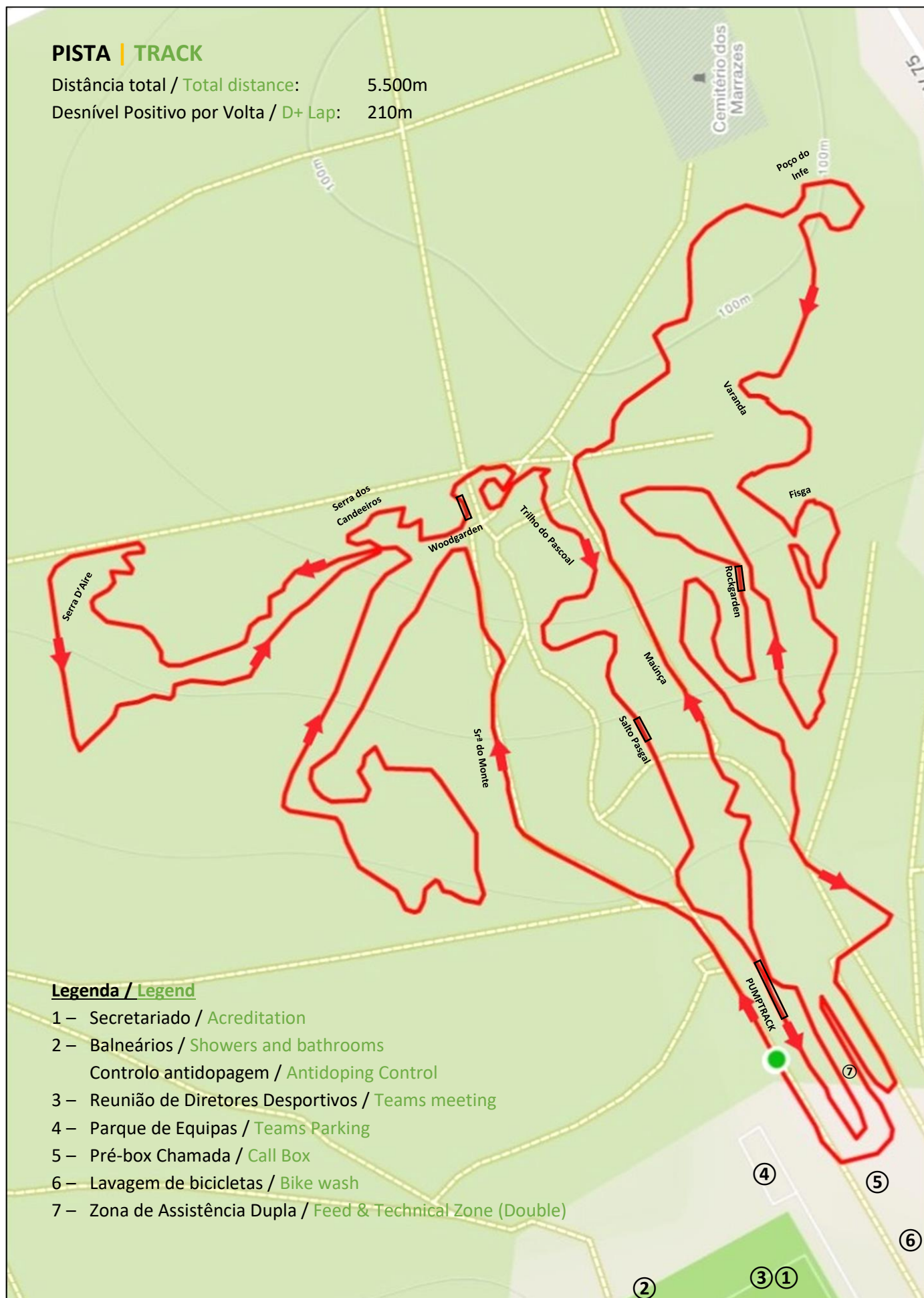
PONTOS UVP/FPC RANKING TAÇA PORTUGAL XCO 2021**POINTS PORTUGAL CUP RANKING MTB XCO 2021****Todas as Categorias All Categories**

Classificação Classification	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º	13º	14º	15º	16º	17º	18º	19º	20º
Pontos Points	35	30	27	25	23	21	19	17	15	13	11	9	8	7	6	5	4	3	2	1

PISTA | TRACK

Distância total / Total distance: 5.500m

Desnível Positivo por Volta / D+ Lap: 210m



Legenda / Legend

- 1 – Secretariado / Accreditation
- 2 – Balneários / Showers and bathrooms
- Controlo antidopagem / Antidoping Control
- 3 – Reunião de Diretores Desportivos / Teams meeting
- 4 – Parque de Equipas / Teams Parking
- 5 – Pré-box Chamada / Call Box
- 6 – Lavagem de bicicletas / Bike wash
- 7 – Zona de Assistência Dupla / Feed & Technical Zone (Double)

Altímetria / Altimetry graphic

Desnível Positivo por Volta / D+ Lap: 210 m



Meios de Emergência Médica / Medic Emergency

Hospital:

Hospital Santo André - Leiria

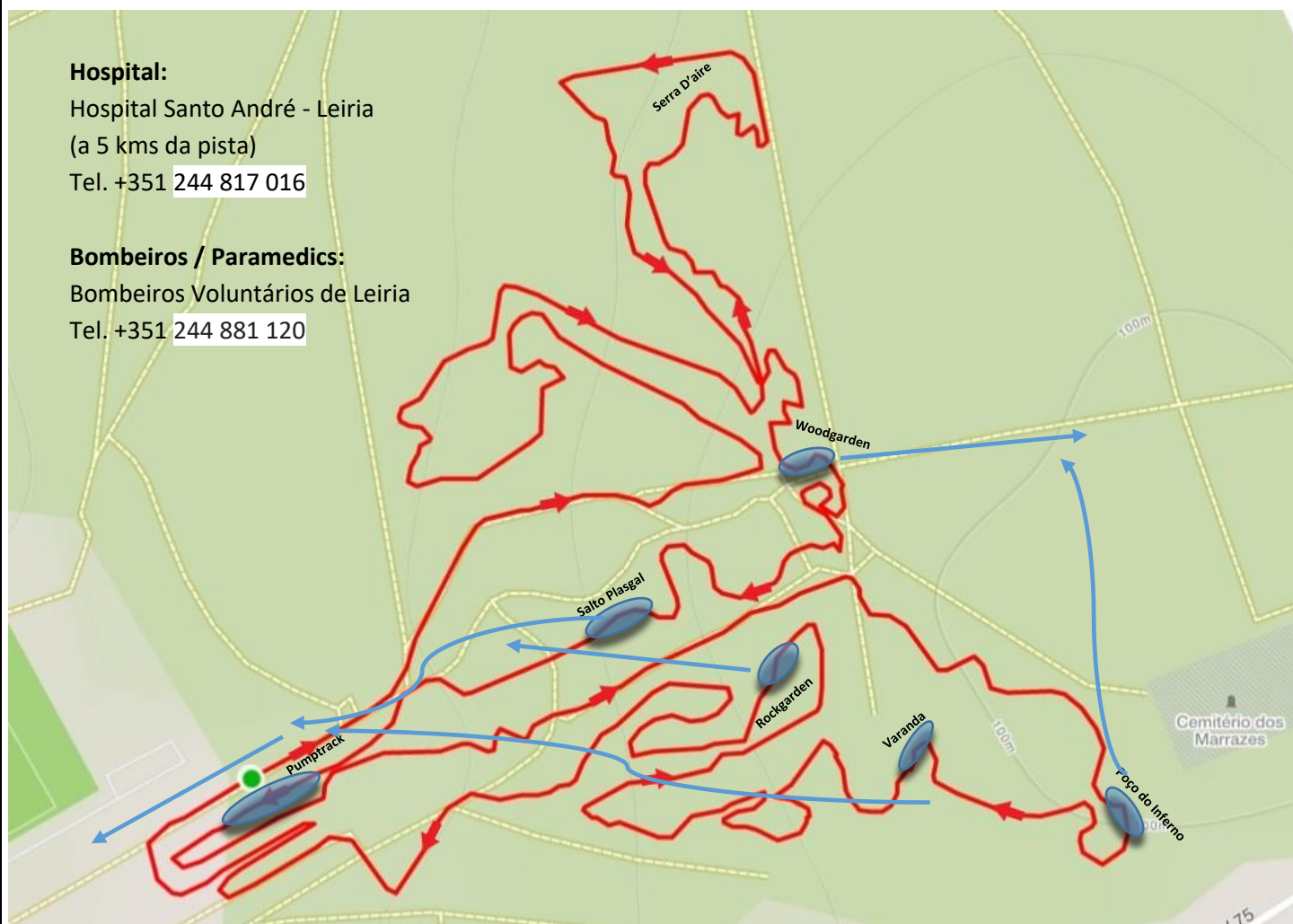
(a 5 kms da pista)

Tel. +351 244 817 016

Bombeiros / Paramedics:

Bombeiros Voluntários de Leiria

Tel. +351 244 881 120



Estão identificados 6 locais de maior risco de acidente, coincidentes com zonas mais técnicas da pista. Foram idealizadas vias de acesso e evacuação de feridos adequadas para que em caso de ocorrência, os meios de emergência atuem com rapidez e segurança.

Definimos 3, os graus de risco relativamente às probabilidades de acidentes e risco de lesões físicas, do 1 ao 3, sendo “P1” - maior risco de acidente, exigindo dos atletas, grande exigência técnica e cujo acidente possa criar danos físicos mais graves, “P2” risco intermédio e “P3” o menor grau de risco de acidente e nenhuma ou pequenas escoriações físicas.

Locais de risco:

S1 – Woodgarden	P1 - conjunto técnico composto por troncos de árvores
S2 – Salto Plasgal	P3 - salto com cerca de 80 cms de altura tipo lombas, sem drop
S3 – Pumptrack	P2 - conjunto técnico de fluidez composto por lombas de diversas dimensões
S4 – Poço do Inferno	P3 – nova descida, menos técnica do que nos anos anteriores
S5 – Varanda	P2 - descida técnica com um desnível superior a 25%
S6 – Rockgarden	P1 - conjunto técnico composto por pedras de grandes dimensões

Existirá um hospital de campanha dos Bombeiros Voluntários de Leiria junto à zona de meta, para uma primeira avaliação de todos os acidentados, primeiros socorros e tratamento de escoriações, exceto nos casos cuja avaliação no local do acidente se decida uma evacuação direta e rápida para o Hospital de Santo André em Leiria.

REGRAS DE PARTICIPAÇÃO | PARTICIPATION RULES

- Todos os elementos credenciados para uma prova deverão ser licenciados por uma federação nacional, com exceção dos convidados, membros da comunicação social, membros das forças de segurança e tripulação das ambulâncias, reduzindo ao estritamente necessário o número de elementos em prova;

All elements accredited for a race must be licensed by a national federation, with the exception of the guests, members of the media, members of the security forces and ambulance crew, reducing the number of elements on the race to a strict minimum;

- O ato de inscrição e/ou pedido de credenciação para a prova implica por parte de quem o faz, o conhecimento, aceitação expressa e cumprimento dos Regulamentos da UVP-FPC, bem como dos Regulamentos Particulares aplicáveis a essa prova;

The act of registration and/or request for accreditation for the race implies, on the part of those who do, the knowledge, express acceptance and compliance with the Regulations of the UVP-FPC, as well as the Particular Regulations applicable to that race;

- Todos os elementos integrantes da prova deverão comprometer-se com o cumprimento das normas de adaptação estabelecidas pelo presente documento elaborado pelo Task Force UVP-FPC Covid-19, bem como o compromisso de responsabilidade e aceitação sobre as medidas a tomar pelo organizador, tendo por base o Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados (RGPD);

All elements that are part of the race must commit to the compliance with the adaptation rules established by this document prepared by the Task Force UVP-FPC Covid-19, as well as the commitment of responsibility and acceptance of the measures to be taken by the organizer, based on the General Data Protection Regulation (GDPR);

- No decorrer da competição, todos os elementos credenciados para a prova deverão respeitar as normas de higiene respiratória e distanciamento social consignadas pela DGS;

During the competition, all elements accredited for the race must respect the rules of respiratory hygiene and social distance established by the DGS;

- Em todos os atos protocolares ou regulamentares que decorrem antes ou depois da prova, deverão igualmente ser respeitados todos os procedimentos de higiene e segurança sanitária consignados no presente documento;

In all protocol or regulatory acts that take place before or after the race, all hygiene and health safety procedures set out in this document must also be respected;

- Preconiza-se o uso obrigatório de máscara de proteção nos locais com acesso reservado a credenciados; ADAPTAÇÕES REGULAMENTARES ESPECIFICAS NO CONTEXTO COVID-19 Provas de BTT;

The mandatory use of a protective mask is recommended in places with access reserved to accredited persons; SPECIFIC REGULATORY ADAPTATIONS IN THE COVID-19 CONTEXT MTB Races;

- Além da limitação de atletas participantes na prova, deverá existir uma limitação no número de membros do staff de cada equipa com acesso á Zona Reservada ao número estritamente necessário;
In addition to the limitation of athletes participating in the race, there should be a limitation on the number of staff members of each team with access to the Reserved Zone to the number strictly necessary;
- Os credenciados serão todos e quaisquer indivíduos pertencentes às equipas de competição, forças de segurança, elementos com funções técnicas na prova e ao órgão de comunicação oficial do evento;
The accredited will be any and all individuals belonging to the competition teams, security forces, elements with technical functions in the event and the official communication body of the event;
- O direito de acesso dos veículos credenciados à Zona Reservada à caravana da prova está reservado ao mínimo estritamente necessário para o desempenho das funções técnicas da prova.
The right of access of the accredited vehicles to the Reserved Zone to the race caravan is reserved to the minimum strictly necessary for the performance of the technical functions of the race.

REGRAS DAS ATIVIDADES | ACTIVITIES RULES

- As inscrições serão realizadas em <https://www.fpciclismo.pt/inscricoes-prova-nacional> – prazo limite 23h59 do dia 19 de maio de 2021;
Entries will be made at <https://www.fpciclismo.pt/inscricoes-prova-nacional>- deadline 11:59 pm on may 19th 2021;
- São admitidos em competição corredores com licença de competição válida das seguintes categorias: cadetes, juniores, Sub-23, elites e masters, masculinos e femininos;
Athlets with a valid competition license from the following categories are admitted to the competition: cadets, juniors, U-23s, elites and masters, male and female;
- Na categoria Master 60 só poderão participar atletas com idade igual ou Inferior a 64 anos;
In the Master 60 category, only athletes aged 64 or under can participate;
- A reunião de prova da Taça de Portugal será realizada na 5ª feira (20 de maio 2021) anterior ao evento, pelas 21h00, via plataforma «Teams»;
The Portuguese Cup meeting will be held on the Thursday (may 20th 2021) prior to the event, at 9 pm, via the «Teams» platform;

- A permanência no paddock, e em qualquer ponto da pista, implica o uso obrigatório de máscara excetuando os atletas exclusivamente no momento de exercício;
Staying in the paddock, and at any point on the track, implies the mandatory use of a mask, except athletes only at the moment of exercise;
- Nos dias 22 e 23 as equipas ou atletas após entrarem e passarem pelo controlo sanitário já não poderão sair da Zona Zero, caso o façam já não poderão entrar de novo;
On the 22nd and 23rd the teams or athletes after entering and going through sanitary control will no longer be able to leave Zone Zero, if they do, they will no longer be able to enter again;
- Não haverá distribuição de líquidos ou outros abastecimentos pela organização;
There will be no distribution of liquids or other supplies by the organization;
- Não serão admitidas bicicletas no pódio;
Bicycles will not be allowed on the podium;
- No pódio por equipas, apenas será admitida a presença de um responsável da equipa: diretor, treinador ou atleta;
On the team podium, only one person in charge of the team will be admitted: director, coach or athlete;
- As cerimónias protocolares serão realizadas imediatamente a seguir à chegada; os 3 primeiros classificados devem deslocar-se para o pódio imediatamente após cruzarem a linha da meta. Os corredores de cada categoria devem apresentar-se na cerimónia protocolar pela seguinte ordem: 3º classificado(a), 2º classificado/(a), 1º classificado(a).
Além da utilização de máscara e do distanciamento social entre atletas, os corredores devem apresentar-se em equipamento de corrida, sem óculos, bonés, capacete, luvas, capas de sapatos ou qualquer outra publicidade que não seja a da camisola, calção ou sapato do seu equipamento de equipa;
The protocol ceremonies will be held immediately after arrival; the first 3 classified must move to the podium immediately after crossing the finish line. The runners in each category must present themselves at the protocol ceremony in the following order: 3rd place, 2nd place, 1st place.
In addition to the use of a mask and social distance between athletes, runners must present themselves in running equipment, without glasses, caps, helmets, gloves, shoe covers or any other advertising other than the shirt, shorts or shoes of the athletes team equipment;
- Qualquer penalização que deva ser aplicada a atleta, diretor desportivo ou treinador será aplicada de acordo com a Tabela de Penalidades do regulamento da UVP-FPC e da UCI;
Any penalty that should be applied to an athlete, sporting director or coach will be applied according to the Penalties Table of the UVP-FPC and the UCI;
- As equipas que pretendam um espaço para estrutura (tenda, viatura decorada com os patrocinadores da Equipa e stand) no parque de Equipas, terá de efetuar uma pré-reserva junto da Organização (ciclismo@sclmarrazes.pt), mencionando o espaço pretendido e a matrícula da

viatura. Os pedidos de pré-reserva serão atendidos até ao limite da capacidade do espaço disponível, por ordem de chegada e atendendo a critérios de equidade e razoabilidade;

Teams that want a space for structure (tent, vehicle decorated with the Team's sponsors and stand) in the Team park, must make a pre-reservation with the Organization (ciclismo@sclmarrazes.pt), mentioning the desired space and the vehicle registration number. Pre-booking requests will be fulfilled up to the limit of the available space capacity, on a first-come, first-served basis and according to the criteria of fairness and reasonableness;

- Ao formalizarem a pré-inscrição ou inscrição e ao se apresentarem para participar na Taça de Portugal os participantes declaram conhecer e aceitar os regulamentos da UCI, UVP-FPC e Associação de Ciclismo de Santarém, assim como aceitar as adendas e esclarecimentos que venham a ser publicados pela organização;

When formalizing the pre-registration or registration and when they present themselves to participate in the Portuguese Cup, the participants declare to know and accept the regulations of the UCI, UVP-FPC and Santarém Cycling Association, as well as accepting the addenda and clarifications that may be published by the organization;

- Os participantes, independentemente da função que exerçam, conferem à Associação de Ciclismo de Santarém, respetivos patrocinadores, entidades associadas e comunicação social o direito de recolha e utilização de imagens, independentemente da forma e processo de recolha, para posterior utilização em ações e atividades promocionais, jornalísticas, publicitárias ou outras que não afetem negativamente a imagem dos mesmos. Havendo oposição à recolha e utilização referida anteriormente, os participantes deverão informar a organização desse restrição antes do início da Taça de Portugal, pressupondo-se a sua anuência, sem direito a compensação ou remuneração se tal não ocorrer;

The participants, regardless of their role, grant the Santarém Cycling Association, their sponsors, associated entities and the media the right to collect and use images, regardless of the form and process of collection, for later use in actions and activities promotional, journalistic, advertising or others that do not negatively affect their image. If there is opposition to the collection and use referred to above, participants must inform the organization of this restriction before the start of the Portuguese Cup, assuming their consent, without the right to compensation or remuneration if this does not occur;

- Todos os intervenientes na Taça de Portugal, independentemente da sua função, autorizam à Associação de Ciclismo de Santarém, à UVP-FPC e ao Colégio de Comissários, a recolha e tratamento de dados pessoais para efeitos e fins relacionados com a gestão da prova desportiva e para envio de informações.

All participants in the Portuguese Cup, regardless of their role, authorize the Santarém Cycling Association, UVP-FPC and the College of Commissioners, the collection and processing of personal data for purposes and purposes related to the management of the sporting event and for sending information.

MEDIDAS DE MITIGAÇÃO ASSOCIADAS À PRESENÇA DE PÚBLICO | MITIGATION MEASURES ASSOCIATED WITH THE PRESENCE OF PUBLIC

- O evento decorrerá sem a presença de público;

The event will take place without the presence of an audience;

- O contacto entre o público e a toda a comitiva (atletas, staff, árbitros) estará vedado com fita balizadora (ver imagem abaixo), havendo membros da organização a fazer controlo contante do perímetro para evitar passagem de público para dentro da bolha sanitária.

The contact between the public and the entire entourage (athletes, staff, referees) will be prohibited with a tape (see image below), with members of the organization making constant control of the perimeter to avoid passing the public inside the health bubble.



- Existirão em vários pontos do paddock gel desinfetante para as mãos;

Hand sanitizer gel will be present at various points in the paddock;

- As casas de banho serão desinfetadas por um elemento designado para o efeito, após cada utilização;

Bathrooms will be disinfected by an element designated for this purpose, after each use;

- Existirá uma área de isolamento para eventuais casos suspeitos, com cadeiras, mesa, água, máscaras, desinfetante e material médico protetor.

There will be an isolation area for any suspected cases, with chairs, table, water, masks, disinfectant and medical protective material.

01 de novembro de 2020
#3 Taça de Portugal XCO – Marrazes
PADDOCK



Legenda:

1 – Ponto de Avaliação Sanitária COVID-19; 2- Área de isolamento COVID-19; 3- Análise Anti-Dopping; 4- WC's; 5- Sala de apoio à Organização; 6- Box da Organização

★ Dispensadores de Gel desinfetante

MEDIDAS SANCIONATÓRIAS SOBRE O INCUMPRIMENTO ÀS MEDIDAS DE EXCEÇÃO | SANCTIONING MEASURES ON NON-COMPLIANCE WITH THE EXCEPTIONAL MEASURES

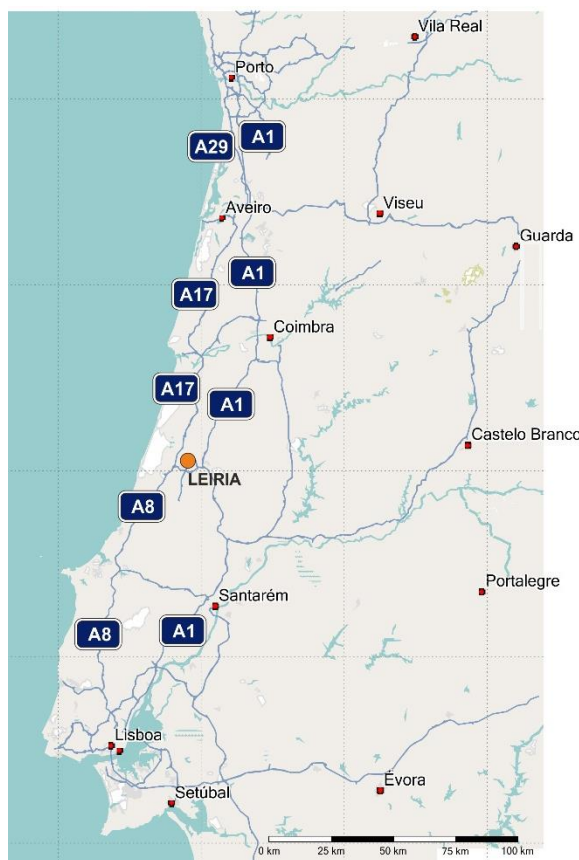
- Todos os elementos credenciados para a prova estão sujeitos ao cumprimento da legislação estabelecida a nível governamental para o respeito das práticas de saúde estabelecidas pela DGS e respetivas medidas sancionatórias;

All elements accredited for the test are subject to compliance with legislation established at government level for the respect of health practices established by DGS and the respective sanctioning measures;

- Não obstante as sanções previstas nos Regulamentos aplicáveis a este tipo de prova, a infração ou incumprimento das normas de exceção definidas pelo presente documento, serão alvo de sanções por parte da Organização da prova ou do Colégio de Comissários, consoante a natureza da mesma, e que poderão ir desde a advertência oficial até à expulsão da prova em questão e/ou das provas seguintes a realizar, tendo em conta a gravidade da infração, o facto de a mesma ser cometida de forma continuada e repetida, e ainda as circunstâncias atenuantes e agravantes da situação.

Notwithstanding the sanctions provided for in the Regulations applicable to this type of event, breaches or non-compliance with the exception rules defined in this document, will be subject to sanctions by the event organization or the College of Commissioners, depending on the nature of the test, which may range from the official warning to the expulsion of the test in question and / or the following tests to be carried out, taking into account the seriousness of the infraction, the fact that it is committed on an ongoing basis and repeated, and the mitigating and aggravating circumstances of the situation.

COMO CHEGAR | HOW TO GET HERE



Coordenadas GPS/ GPS Coordinates:

39°46'00.1"N 8°48'43.0"W

Distância Lisboa-Leiria: 140 kms; Porto-Leiria: 185 kms.

Distance Lisbon-Leiria: 140 kms; Oporto-Leiria: 185 kms

De automóvel

Para quem se desloca do Sul, a melhor forma é seguir pela auto-estrada A1 na direcção "Norte" ou pela auto-estrada A8 na direcção "Norte" e sair na primeira saída para "Leiria Sul".

Para quem se desloca do Norte, vindo pela A1, deve sair na única saída para "Leiria". Caso utilize as auto-estradas A29 e A17, siga na direcção "Sul" e utilize a segunda saída para "Leiria Sul".

Para quem vem das Beiras, pode seguir pela auto-estrada A23 em direcção a Torres Novas e depois seguir pela auto-estrada A1 na direcção "Norte" ou, alternativamente, seguir pela auto-estrada A25 em direcção a Aveiro e depois seguir pela auto-estrada A1 na direcção "Sul".

By car

For those coming from the South, the best way is to follow the motorway A1 towards "North" or the A8 motorway in the direction "Norte" and take the first exit to "Leiria Sul". For those traveling North, from the A1, due out in the only way out "Leiria". If you use the A29 and A17 motorways, follow the

direction "South" and use the second exit to "Leiria Sul". For those coming from the borders, can take the A23 motorway towards Torres Novas, then take the self -road A1 towards "North" or, alternatively, take the A25 motorway towards Aveiro and then take the A1 motorway towards "South".

De autocarro

Leiria é servida por boas ligações através da rede de expressos e a estação rodoviária localiza-se no centro da cidade, fazendo desta uma excelente alternativa para chegar a esta cidade. Para mais informações acerca dos expressos e respectivos horários consulte o site www.rede-expressos.pt.

By bus

Leiria is served by good connections through the network of express and the bus station is located in the city center, making it an excellent alternative to reach this city. For more information about the cast and their schedules please visit www.rede-expressos.pt.

De comboio

Se optar por este meio de transporte e vier do Sul, apanhe a linha do Oeste (cerca de quatro horas entre Lisboa e Leiria) e se vier do Norte, apanhe a linha do Oeste (passando pela Figueira da Foz para Leiria ou por Coimbra-B em direcção a Leiria).

Para mais informações acerca dos comboios e respectivos horários consulte o site www.cp.pt

By train

If you choose this means of transport and coming from the south, take Line West (about four hours between Lisbon and Leiria) and if coming from the north, take Line West (through the Figueira da Foz Leiria or Coimbra- B towards Leiria).

For more information about trains and their schedules please visit www.cp.pt

CONTACTOS | CONTACTS

SPORT CLUBE LEIRIA E MARRAZES

Rua Joaquim Soares Cêa Simões 33• Marrazes

2415-557 Leiria

Mobile: 919 413 674

E-mail: ciclismo@sclmarrazes.pt

www.marrazesciclismo.pt

UVP- Federação Portuguesa de Ciclismo

Rua de Campolide, 237

1070-030 Lisboa / Portugal

Tel.: +351 213 802 140

E-Mail: mtbevents@fpciclismo.pt

www.fpciclismo.pt