VILA VELHA DE RÓDÃO®

CRI

VILA VELHA DE RÓDÃO 18 JUNHO

CAMPEONATOS NACIONAIS 2021

ELITE SUB23 FEMININAS PARACICLISMO

FUNDO

19, 20 JUNHO CASTELO BRANCO

Câmara Municipal CASTELO BRANCO

GUIA TÉCNICO

Organização

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE CICLISMO

ASSOCIAÇÃO DE CICLISMO DA BEIRA INTERIOR

Patrocinadores

JOGOS SANTA CASA

INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO E JUVENTUDE, I. P.

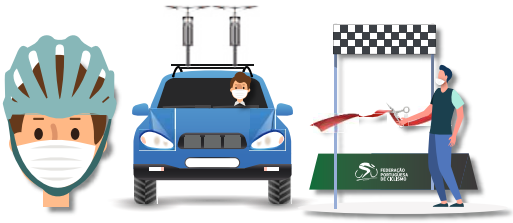
Polisport

SHIMANO

UCI UNION CYCLISTE INTERNATIONALE

Vitalis ÁGUA MINERAL NATURAL

BDR BANDEIRAS E MASTROS



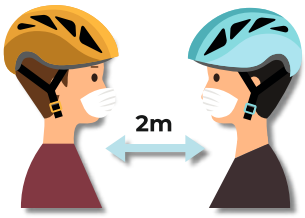
MÁSCARA OBRIGATÓRIA
PARA CICLISTAS, STAFF DAS EQUIPAS E
ORGANIZAÇÃO

RETIRAR A MÁSCARA APENAS
PARA AQUECER, COMPETIR
E FOTO DE PÓDIO

NÃO PARTILHAR BIDONS
COM OS COLEGAS
NEM ATIRÁ-LOS AO PÚBLICO

NORMAS SANITÁRIAS EM CONTEXTO DE CORRIDA

CONTACTOS COM JORNALISTAS
SÓ NA ÁREA DA EQUIPA, NA
CONFERÊNCIA DE IMPRENSA
E NA ZONA MISTA



DISTÂNCIA DE 2 METROS
ANTES E DEPOIS
DAS ETAPAS

EVITAR CUMPRIMENTOS
EFUSIVOS, APERTOS DE MÃO
E ABRAÇOS COM COLEGAS,
STAFF E ORGANIZAÇÃO

AUSÊNCIA CONTACTOS PESSOAIS
COM FAMILIARES, AMIGOS E ADEPTOS

FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
DE CICLISMO

PROGRAMA DO EVENTO

CRI

18 DE JUNHO (SEXTA-FEIRA)

VILA VELHA DE RÓDÃO - CAMPO DE FEIRAS (39°39'06.9"N 7°39'59.7"W)

09H00 / ABERTURA ZONA ZERO / CHECKIN
10H30 / PARTIDA CRI PARACICLISMO
11H00 / PARTIDA CRI SUB-23 E ELITE FEMININAS
12H00 / PARTIDA CRI SUB-23 MASCULINOS
13H00 / PARTIDA CRI ELITE MASCULINOS

FUNDO

19 DE JUNHO (SÁBADO)

CASTELO BRANCO - AVENIDA DO EMPRESÁRIO (39°49'03.8"N 7°30'34.8"W)

08H30 / ABERTURA ZONA ZERO / CHECKIN
10H00 / PARTIDA ELITE FEMININAS
14H30 / PARTIDA SUB-23 MASCULINOS

20 DE JUNHO (DOMINGO)

CASTELO BRANCO - AVENIDA DO EMPRESÁRIO (39°49'03.8"N 7°30'34.8"W)

08H00 / ABERTURA ZONA ZERO / CHECKIN
09H00 / PARTIDA PARACICLISMO
11H30 / PARTIDA ELITE MASCULINOS

DISTÂNCIAS A PERCORRER

CRI

VILA VELHA DE RÓDÃO - CAMPO DE FEIRAS (39°39'06.9"N 7°39'59.7"W)

_18 DE JUNHO (SEXTA-FEIRA)

HORÁRIO	CATEGORIA	PERCURSO	DISTÂNCIA	DESNÍVEL +
10H30	PARACICLISMO	CRI CURTO	19,200 km	210 m
11H00	SUB-23 / ELITE FEMININAS	CRI CURTO	19,200 km	210 m
12H00	SUB-23 MASCULINOS	CRI LONGO	30,500 km	343 m
13H00	ELITE MASCULINOS	CRI LONGO	30,500 km	343 m

FUNDO

CASTELO BRANCO - AVENIDA DO EMPRESÁRIO (39°49'03.8"N 7°30'34.8"W)

_19 DE JUNHO (SÁBADO)

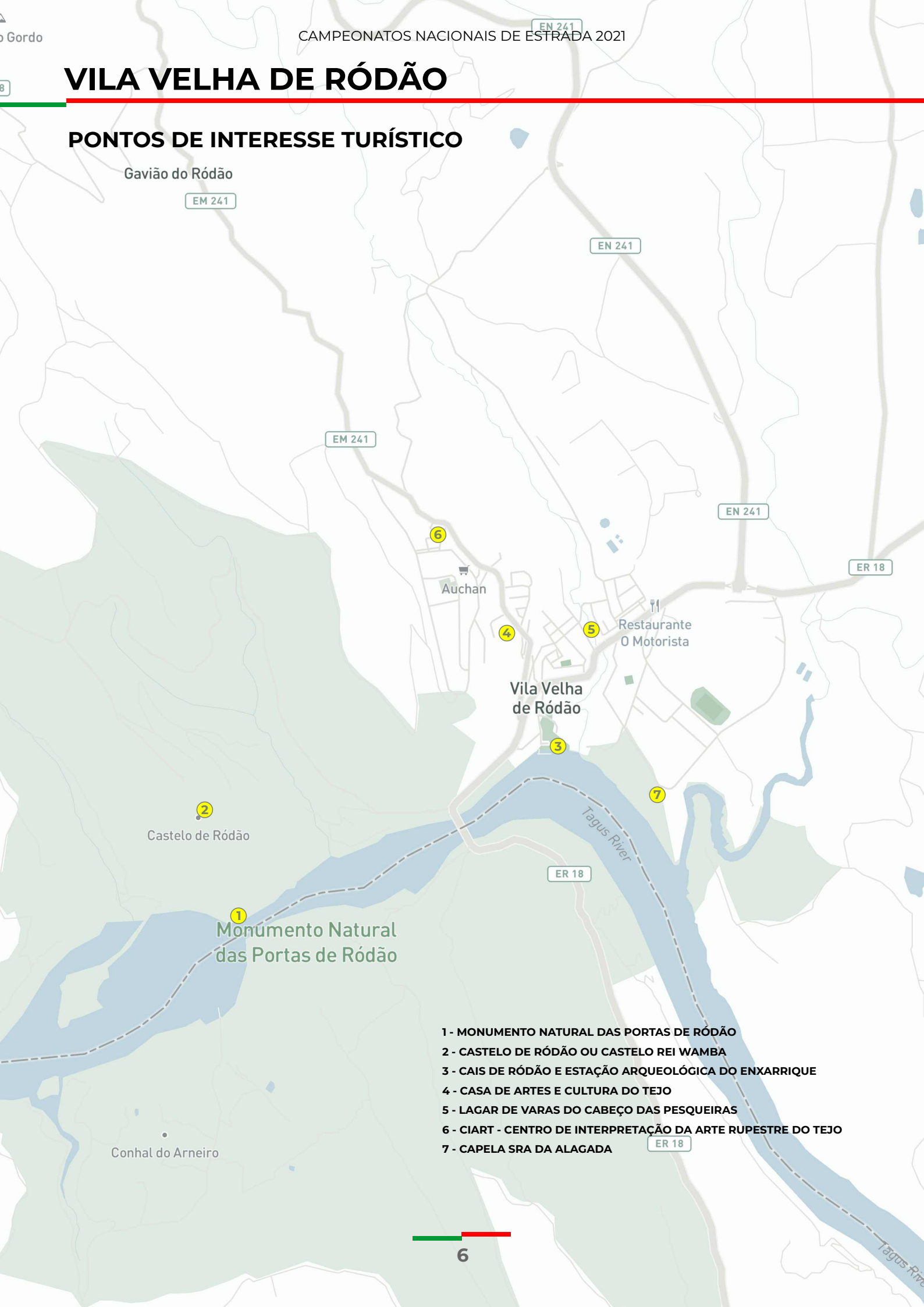
HORÁRIO	CATEGORIA	PERCURSO	DISTÂNCIA	DESNÍVEL +
10H00	CADETES FEMININAS	3 X CIRCUITO	64,950 km	855 m
10H00	MASTER FEMININAS	3 X CIRCUITO	64,950 km	855 m
10H00	JUNIOR FEMININAS	4 X CIRCUITO	86,600 km	1140 m
10H00	SUB-23 / ELITE FEMININAS	5 X CIRCUITO	108,250 km	1425 m
14H30	SUB-23 MASCULINOS	V. INICIAL + 4 X CIRCUITO	170,550 km	2420 m

_20 DE JUNHO (DOMINGO)

HORÁRIO	CATEGORIA	PERCURSO	DISTÂNCIA	DESNÍVEL +
09H00	PARACICLISMO	2 X CIRCUITO	43,300 km	570 m
11H30	ELITE MASCULINOS	V. INICIAL + 5 X CIRCUITO	192,200 km	2705 m

VILA VELHA DE RÓDÃO

PONTOS DE INTERESSE TURÍSTICO



1 - MONUMENTO NATURAL DAS PORTAS DE RÓDÃO
2 - CASTELO DE RÓDÃO OU CASTELO REI WAMBA
3 - CAIS DE RÓDÃO E ESTAÇÃO ARQUEOLÓGICA DO ENXARRIQUE
4 - CASA DE ARTES E CULTURA DO TEJO
5 - LAGAR DE VARAS DO CABEÇO DAS PESQUEIRAS
6 - CIART - CENTRO DE INTERPRETAÇÃO DA ARTE RUPESTRE DO TEJO
7 - CAPELA SRA DA ALAGADA

VILA VELHA DE RÓDÃO

LOCALIZAÇÃO ZONA 0
CAMPO DE FEIRAS (39°39'06.9"N 7°39'59.7"W)

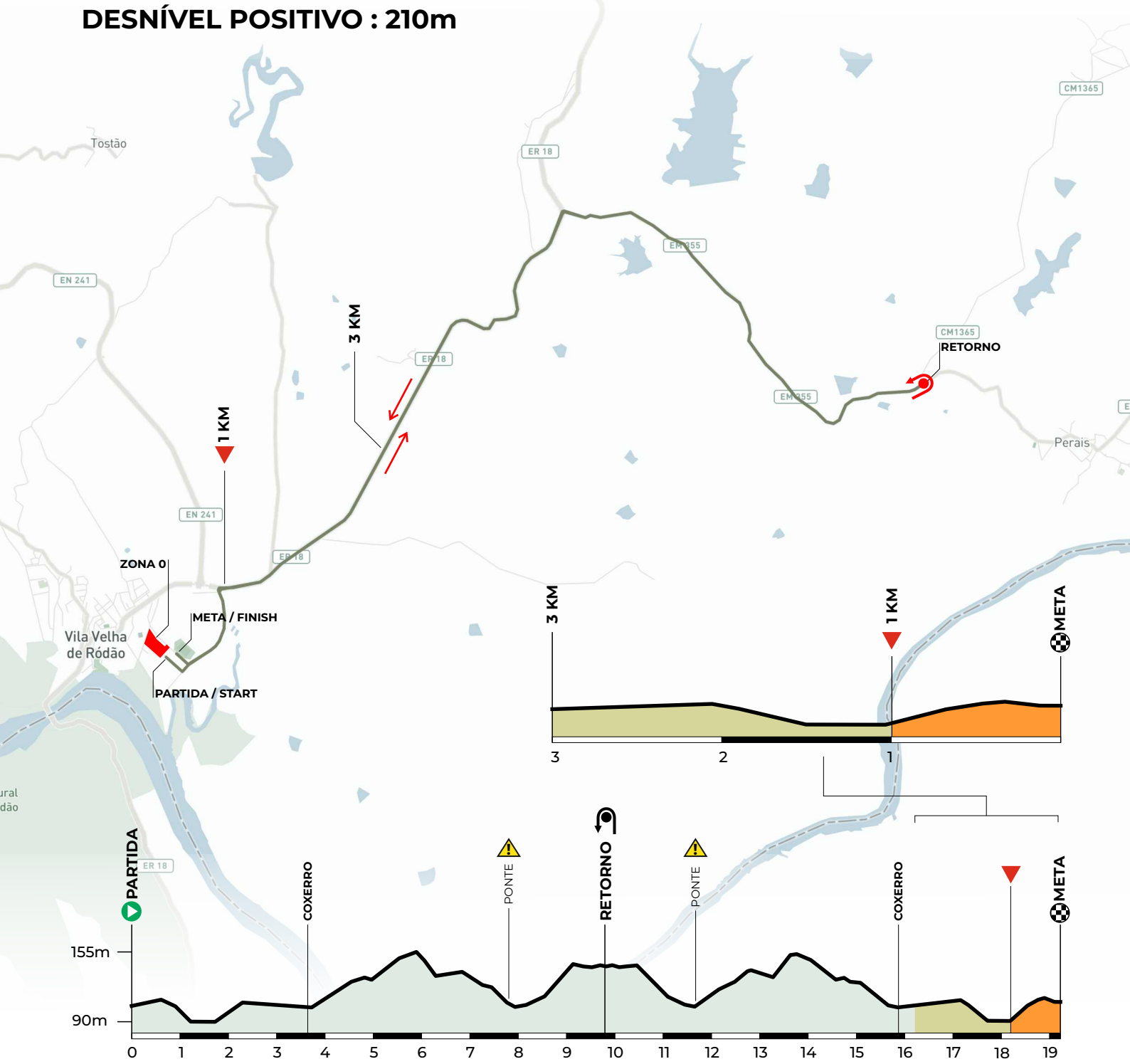
MAPA CRI CURTO

CRI

PERCURSO ELITE FEMININA / PARACICLISMO

(PERCURSO NOS DOIS SENTIDOS)

DISTÂNCIA : 19,20km
DESNÍVEL POSITIVO : 210m



RUTÓMETRO - CRI CURTO

CRI

DISTÂNCIA : 19,20km
DESNÍVEL POSITIVO : 210m

PERCURSO ELITE FEMININA / PARACICLISMO

					TEMPOS DE PASSAGEM		
FEITO	FALTA	ELEV.	NOTAS	DESCRIÇÃO	30 km/h	35 km/h	40 km/h
0,000	19,200	106		**Partida - Rua Sra da Alagada**	00:00:00	00:00:00	00:00:00
0,150	19,050	106		Entroncamento - Esquerda	00:00:18	00:00:15	00:00:14
0,240	18,960	96		**INICIO PERCURSO NOS DOIS SENTIDOS**	00:00:29	00:00:25	00:00:22
1,000	18,200	96		Entroncamento - Direita p/ EN18	00:02:00	00:01:43	00:01:30
1,400	17,800	90		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:02:48	00:02:24	00:02:06
1,900	17,300	100		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:03:48	00:03:15	00:02:51
3,500	15,700	105		**Coxerro - Entroncamento - Frente p/ EN18**	00:07:00	00:06:00	00:05:15
5,200	14,000	144		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:10:24	00:08:55	00:07:48
5,650	13,550	155		Entroncamento - Direita p/ EN355	00:11:18	00:09:41	00:08:29
7,800	11,400	105		**PONTE - Passagem estreita**	00:15:36	00:13:22	00:11:42
9,600	9,600	96		**PONTO DE RETORNO**	00:19:12	00:16:27	00:14:24
11,400	7,800	105		**PONTE - Passagem estreita**	00:22:48	00:19:33	00:17:06
13,600	5,600	156		Entroncamento - Esquerda p/ EN18	00:27:12	00:23:19	00:20:24
14,050	5,150	144		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:28:06	00:24:05	00:21:04
15,500	3,700	105		**Coxerro - Entroncamento - Frente p/ EN18**	00:31:00	00:26:34	00:23:15
17,300	1,900	100		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:34:36	00:29:39	00:25:57
17,800	1,400	90		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:35:36	00:30:31	00:26:42
18,200	1,000	95		**Vila Velha de Ródão**	00:36:24	00:31:12	00:27:18
18,200	1,000	95		Entroncamento - Esquerda	00:36:24	00:31:12	00:27:18
19,000	0,200	108		**FIM PERCURSO NOS DOIS SENTIDOS**	00:38:00	00:32:34	00:28:30
19,000	0,200	108		Entroncamento - Direita p/ Rua Cabeço do Salvador	00:38:00	00:32:34	00:28:30
19,200	0,000	108		**META**	00:38:24	00:32:55	00:28:48

18 DE JUNHO (SEXTA-FEIRA)

VILA VELHA DE RÓDÃO - CAMPO DE FEIRAS (39°39'06.9"N 7°39'59.7"W)

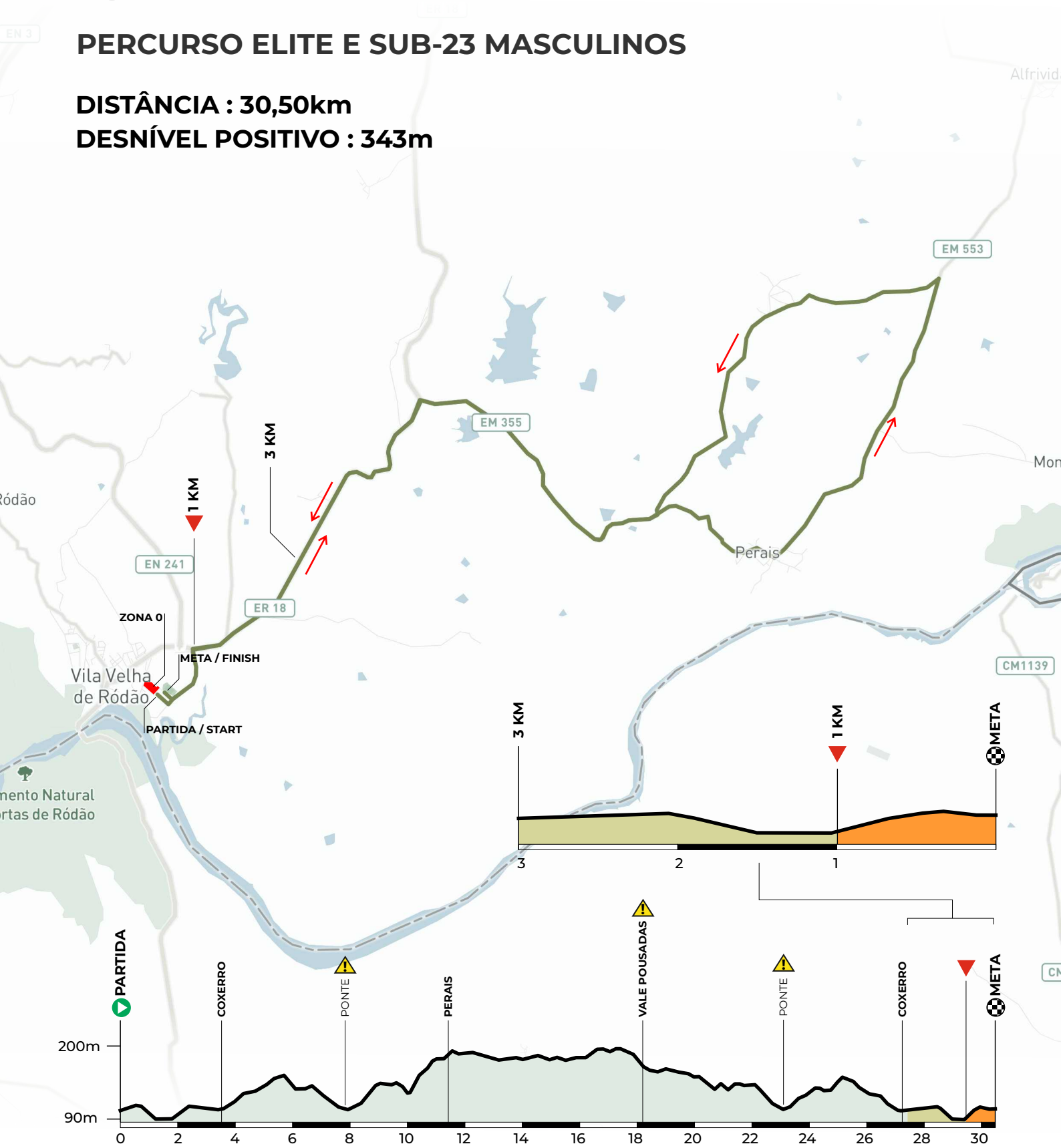
10H30 / PARTIDA CRI ELITE FEMININAS
11H00 / PARTIDA CRI PARACICLISMO

MAPA CRI LONGO

CRI

PERCURSO ELITE E SUB-23 MASCULINOS

DISTÂNCIA : 30,50km
DESNÍVEL POSITIVO : 343m



RUTÓMETRO - CRI LONGO

CRI

DISTÂNCIA : 30,50km
DESNÍVEL POSITIVO : 343m

PERCURSO SUB-23 / ELITE MASCULINOS

FEITO	FALTA	ELEV.	NOTAS	DESCRIÇÃO	TEMPOS DE PASSAGEM 40 km/h	45 km/h	50 km/h
0,000	30,500	106		**Partida - Rua Sra da Alagada**	00:00:00	00:00:00	00:00:00
0,150	30,350	106		Entroncamento - Esquerda	00:00:14	00:00:12	00:00:11
0,240	30,260	96		**INICIO PERCURSO NOS DOIS SENTIDOS**	00:00:22	00:00:19	00:00:17
1,000	29,500	96		Entroncamento - Direita p/ EN18	00:01:30	00:01:20	00:01:12
1,400	29,100	90		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:02:06	00:01:52	00:01:41
1,900	28,600	100		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:02:51	00:02:32	00:02:17
3,500	27,000	105		**Coxerro - Entroncamento - Frente p/ EN18**	00:05:15	00:04:40	00:04:12
5,200	25,300	144		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:07:48	00:06:56	00:06:14
5,650	24,850	155		Entroncamento - Direita p/ EN355	00:08:29	00:07:32	00:06:47
7,800	22,700	105		**PONTE - Passagem estreita**	00:11:42	00:10:24	00:09:22
9,600	20,900	96		**FIM PERCURSO NOS DOIS SENTIDOS**	00:14:24	00:12:48	00:11:31
9,600	20,900	145		Entroncamento - Frente p/ EN355	00:14:24	00:12:48	00:11:31
11,350	19,150	194		**Perais - INÍCIO EMPEDRADO**	00:17:02	00:15:08	00:13:37
11,400	19,100	193		Entroncamento - Esquerda p/ EM553	00:17:06	00:15:12	00:13:41
11,550	18,950	193		**FIM EMPEDRADO**	00:17:19	00:15:24	00:13:52
11,600	18,900	188		Entroncamento - Frente p/ EM553	00:17:24	00:15:28	00:13:55
13,600	16,900	182		Entroncamento - Frente p/ EM553	00:20:24	00:18:08	00:16:19
15,600	14,900	183		Entroncamento - Esquerda p/ Rua da Eira	00:23:24	00:20:48	00:18:43
17,500	13,000	175		**Vale de Pousadas**	00:26:15	00:23:20	00:21:00
17,550	12,950	175		**Entroncamento - Frente p/ Rua da Eira**	00:26:20	00:23:24	00:21:04
17,900	12,600	164		Entroncamento - Frente p/ Rua da Eira	00:26:51	00:23:52	00:21:29
20,950	9,550	144		**INICIO PERCURSO NOS DOIS SENTIDOS**	00:31:25	00:27:56	00:25:08
20,950	9,550	144		Entroncamento - Direita p/ EN355	00:31:25	00:27:56	00:25:08
22,700	7,800	105		**PONTE - Passagem estreita**	00:34:03	00:30:16	00:27:14
24,900	5,600	156		Entroncamento - Esquerda p/ EN18	00:37:21	00:33:12	00:29:53
25,350	5,150	144		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:38:02	00:33:48	00:30:25
26,800	3,700	105		**Coxerro - Entroncamento - Frente p/ EN18**	00:40:12	00:35:44	00:32:10
28,600	1,900	100		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:42:54	00:38:08	00:34:19
29,100	1,400	90		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:43:39	00:38:48	00:34:55
29,500	1,000	95		**Vila Velha de Ródão**	00:44:15	00:39:20	00:35:24
29,500	1,000	95		Entroncamento - Esquerda	00:44:15	00:39:20	00:35:24
30,300	0,200	108		**FIM PERCURSO NOS DOIS SENTIDOS**	00:45:27	00:40:24	00:36:22
30,300	0,200	108		Entroncamento - Direita p/ Rua Cabeço do Salvador	00:45:27	00:40:24	00:36:22
30,500	0,000	108		**META**	00:45:45	00:40:40	00:36:36

VILA VELHA DE RÓDÃO - CAMPO DE FEIRAS (39°39'06.9"N 7°39'59.7"W)

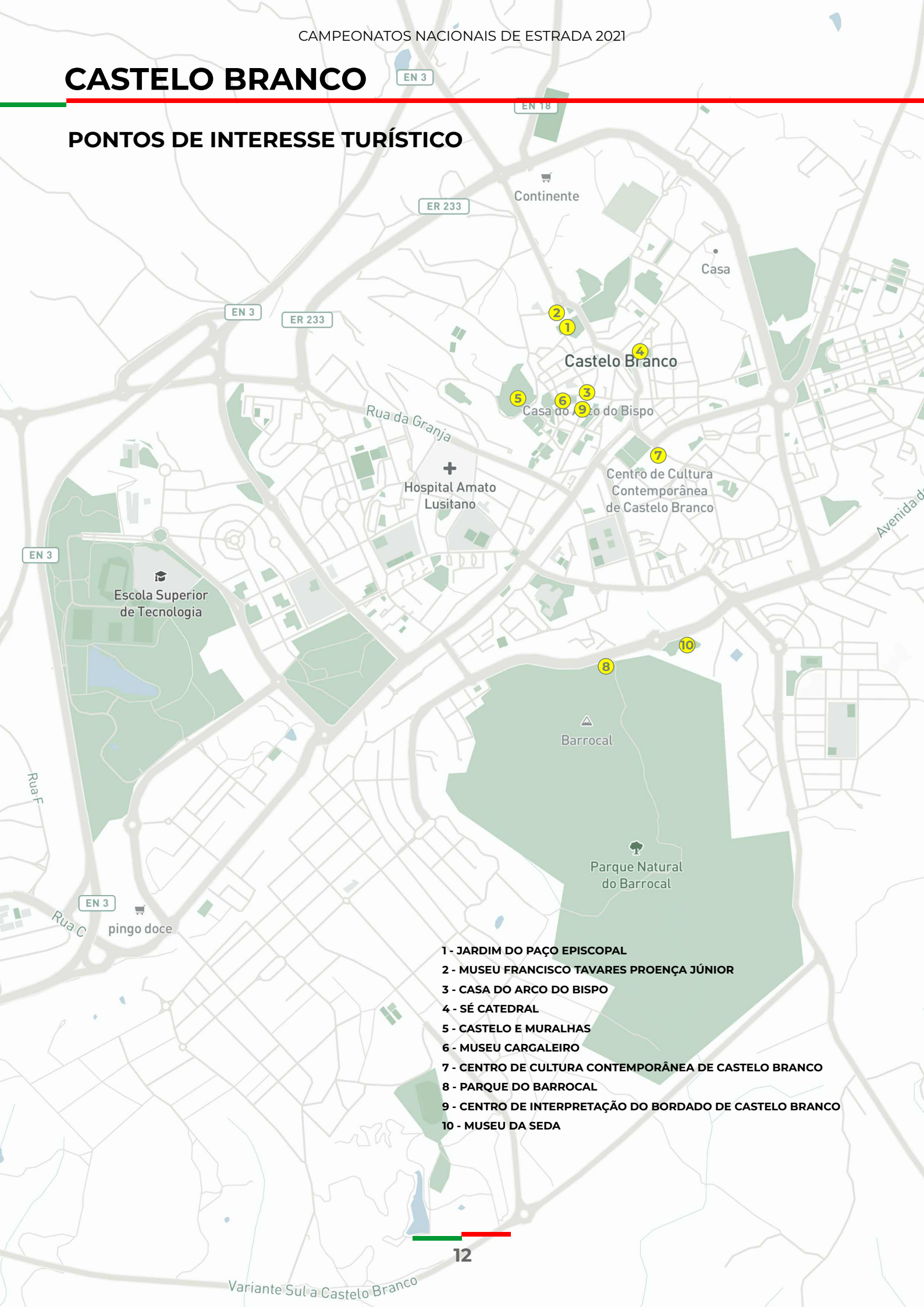
18 DE JUNHO (SEXTA-FEIRA)

12H00 / PARTIDA CRI SUB-23 MASCULINOS

13H00 / PARTIDA CRI ELITE MASCULINOS

CASTELO BRANCO

PONTOS DE INTERESSE TURÍSTICO

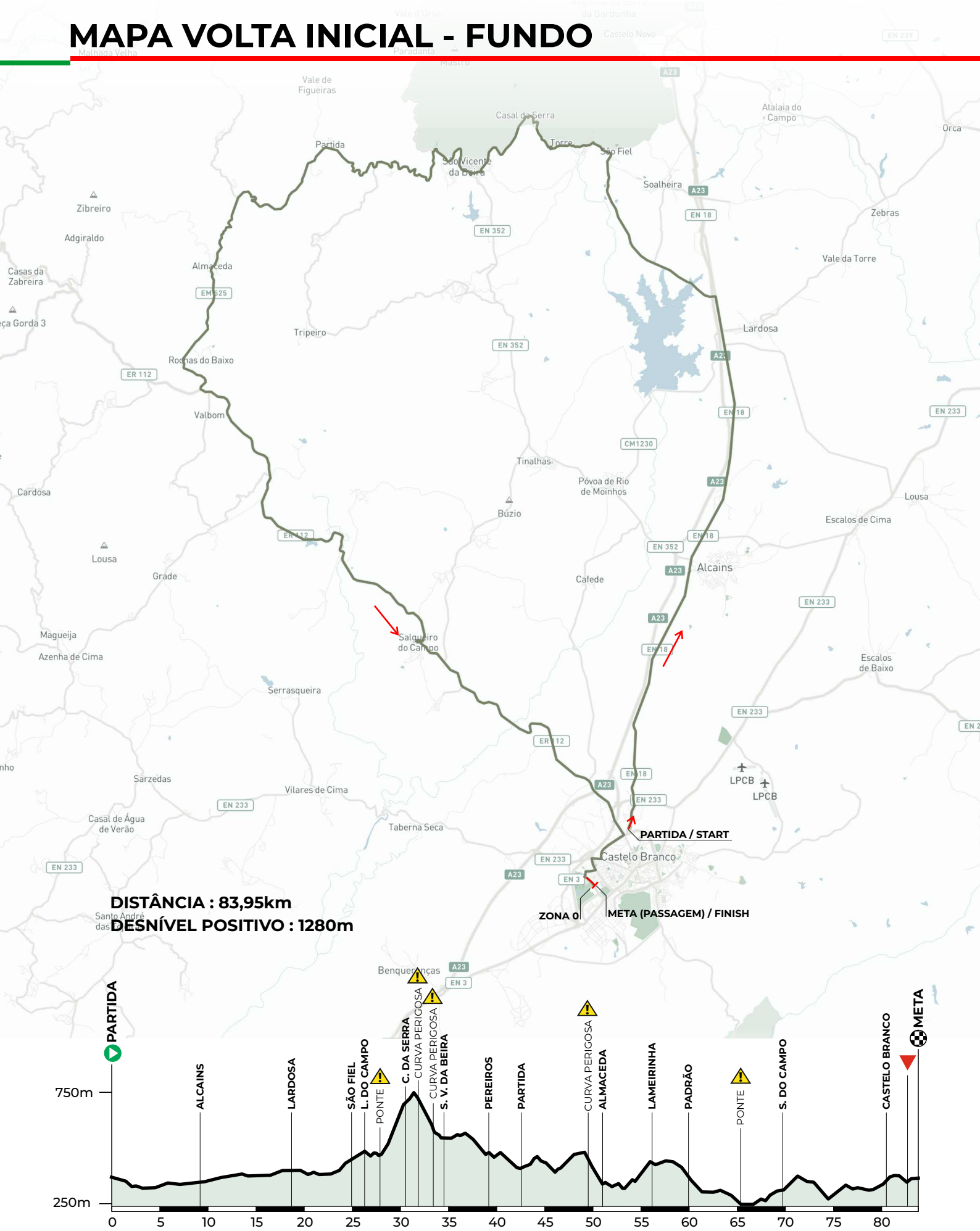


1 - JARDIM DO PAÇO EPISCOPAL
2 - MUSEU FRANCISCO TAVARES PROENÇA JÚNIOR
3 - CASA DO ARCO DO BISPO
4 - SÉ CATEDRAL
5 - CASTELO E MURALHAS
6 - MUSEU CARGALEIRO
7 - CENTRO DE CULTURA CONTEMPORÂNEA DE CASTELO BRANCO
8 - PARQUE DO BARROCAL
9 - CENTRO DE INTERPRETAÇÃO DO BORDADO DE CASTELO BRANCO
10 - MUSEU DA SEDA

CASTELO BRANCO

LOCALIZAÇÃO ZONA 0
AVENIDA DO EMPRESÁRIO (39°49'03.8"N 7°30'34.8"W)

MAPA VOLTA INICIAL - FUNDO



RUTÓMETRO - VOLTA INICIAL

FUNDO

DISTÂNCIA : 83,95km
DESNÍVEL POSITIVO : 1280m

PERCURSO SUB-23 / ELITE MASCULINOS

					Velocidade média km/h		
FEITO	FALTA	ELEV.	NOTAS	DESCRIÇÃO	35 km/h	40 km/h	45 km/h
0,000	83,950	374		**Partida Real - Campo Futebol SBCB (após passadeira)**	00:00:00	00:00:00	00:00:00
0,000	83,950	374		KM0 - Frente para N18	00:00:00	00:00:00	00:00:00
4,650	79,300	375		Entroncamento - frente p/ N18	00:07:58	00:06:58	00:06:12
9,200	74,750	357		**Rotunda - frente p/ N18**	00:15:46	00:13:48	00:12:16
9,600	74,350	361		**Rotunda - frente p/ N18**	00:16:27	00:14:24	00:12:48
10,400	73,550	370		Entroncamento - frente p/ N18	00:17:50	00:15:36	00:13:52
17,250	66,700	406		Entroncamento - frente p/ N18	00:29:34	00:25:53	00:23:00
17,700	66,250	403		**Rotunda - frente p/ N18**	00:30:21	00:26:33	00:23:36
18,940	65,010	406		Entroncamento - esquerda p/ Caminho dos Moleiros	00:32:28	00:28:25	00:25:15
21,400	62,550	393		Entroncamento - frente p/ Caminho dos Moleiros	00:36:41	00:32:06	00:28:32
25,350	58,600	485		Entroncamento - frente p/ M524	00:43:27	00:38:02	00:33:48
25,740	58,210	489		**Rotunda - esquerda p/ Louriçal do Campo**	00:44:08	00:38:37	00:34:19
26,400	57,550	477		**Louriçal Campo - INÍCIO DE EMPEDRADO**	00:45:15	00:39:36	00:35:12
26,400	57,550	477		Entroncamento - frente p/ CM1224	01:45:15	01:39:36	01:35:12
26,480	57,470	481		**INICIO ESTRADA ESTREITA**	00:45:24	00:39:43	00:35:18
26,480	57,470	481		Entroncamento - esquerda p/ CM1224	00:45:24	00:39:43	00:35:18
26,630	57,320	481		Entroncamento - frente p/ CM1224	00:45:39	00:39:57	00:35:30
26,800	57,150	482		Entroncamento - frente p/ CM1224	00:45:57	00:40:12	00:35:44
26,900	57,050	475		**FIM DE EMPEDRADO**	00:46:07	00:40:21	00:35:52
27,250	56,700	477		Entroncamento - frente p/ CM1224	00:46:43	00:40:52	00:36:20
27,400	56,550	478		**Ponte - Passagem Estreita**	00:46:58	00:41:06	00:36:32
27,400	56,550	478		**INÍCIO SUBIDA - Casal Serra (3ª CAT)**	00:46:58	00:41:06	00:36:32
27,600	56,350	493		Entroncamento - frente p/ CM1224	00:47:19	00:41:24	00:36:48
27,900	56,050	511		**FIM ESTRADA ESTREITA**	00:47:50	00:41:51	00:37:12
29,950	54,000	710		**Casal da Serra**	00:51:21	00:44:56	00:39:56
29,950	54,000	710		Entroncamento - esquerda p/ CM1224	00:51:21	00:44:56	00:39:56
30,000	53,950	713		**INICIO ESTRADA ESTREITA**	00:51:26	00:45:00	00:40:00
30,500	53,450	731		**FIM ESTRADA ESTREITA**	00:52:17	00:45:45	00:40:40
30,800	53,150	756		**FIM DE SUBIDA**	00:52:48	00:46:12	00:41:04
31,550	52,400	698		**CURVA PERIGOSA à direita CM 1224**	00:54:05	00:47:20	00:42:04
32,820	51,130	573		**CURVA PERIGOSA à esquerda CM1224**	00:56:16	00:49:14	00:43:46
32,820	51,130	573		**INICIO ESTRADA ESTREITA**	00:56:16	00:49:14	00:43:46
32,920	51,030	572		Entroncamento - direita p/ CM1224	00:56:26	00:49:23	00:43:54
33,220	50,730	562		**São Vicente da Beira**	00:56:57	00:49:50	00:44:18
33,300	50,650	560		**Entroncamento - esquerda p/ CM1224**	00:57:05	00:49:57	00:44:24
33,400	50,550	553		**FIM ESTRADA ESTREITA**	00:57:15	00:50:06	00:44:32
33,400	50,550	553		Entroncamento - direita p/ EN352	00:57:15	00:50:06	00:44:32
33,780	50,170	548		Entroncamento - frente p/ EN352	00:57:55	00:50:40	00:45:02
34,150	49,800	551		Entroncamento - frente p/ EN352	00:58:33	00:51:14	00:45:32
35,200	48,750	568		Entroncamento - frente p/ EN352	01:00:21	00:52:48	00:46:56
35,950	48,000	573		Entroncamento - esquerda p/ EM525	01:01:38	00:53:56	00:47:56
39,150	44,800	477		**Pereiros - Frente para EM525**	01:07:07	00:58:44	00:52:12
39,950	44,000	478		Entroncamento - frente p/ EM525	01:08:29	00:59:56	00:53:16

CONTINUA →

RUTÓMETRO - VOLTA INICIAL

FUNDO

DISTÂNCIA : 83,95km
DESNÍVEL POSITIVO : 1280m

PERCURSO SUB-23 / ELITE MASCULINOS

42,550	41,400	416		**Partida - Frente para EM525**	01:12:57	01:03:49	00:56:44
43,500	40,450	465		Entroncamento - frente p/ EM525	01:14:34	01:05:15	00:58:00
47,600	36,350	483		Entroncamento - frente p/ EN352-1	01:21:36	01:11:24	01:03:28
48,700	35,250	422		**Curva Perigosa à direita**	01:23:29	01:13:03	01:04:56
50,350	33,600	342		**Almaceda - INICIO DE EMPEDRADO**	01:26:19	01:15:32	01:07:08
50,400	33,550	342		**Ponte**	01:26:24	01:15:36	01:07:12
50,580	33,370	347		Entroncamento - frente p/ EN352-1	01:26:43	01:15:52	01:07:26
51,850	32,100	348		**FIM DE EMPEDRADO**	01:28:53	01:17:47	01:09:08
52,700	31,250	348		Entroncamento - frente p/ EN352-1	01:30:21	01:19:03	01:10:16
53,600	30,350	348		Entroncamento - frente p/ EN352-1	01:31:53	01:20:24	01:11:28
55,600	28,350	446		**Entroncamento - esquerda p/ EN112**	01:35:19	01:23:24	01:14:08
55,900	28,050	431		Entroncamento - frente p/ EN112	01:35:50	01:23:51	01:14:32
59,750	24,200	350		Entroncamento - frente p/ EN112	01:42:26	01:29:37	01:19:40
59,900	24,050	348		**Padrão - Entroncamento - frente p/ EN112**	01:42:41	01:29:51	01:19:52
60,750	23,200	348		Entroncamento - frente p/ EN112	01:44:09	01:31:07	01:21:00
65,000	18,950	249		**Ponte - Entroncamento - frente p/ EN112**	01:51:26	01:37:30	01:26:40
65,600	18,350	251		Entroncamento - frente p/ EN112	01:52:27	01:38:24	01:27:28
68,850	15,100	311		Entroncamento - frente p/ EN112	01:58:02	01:43:16	01:31:48
69,300	14,650	325		**Salgueiro do Campo**	01:58:48	01:43:57	01:32:24
71,200	12,750	382		Entroncamento - frente p/ EN112	02:02:03	01:46:48	01:34:56
72,250	11,700	360		**Entroncamento - frente p/ EN112**	02:03:51	01:48:22	01:36:20
76,850	7,100	323		Entroncamento - frente p/ EN112	02:11:45	01:55:16	01:42:28
78,700	5,250	318		Entroncamento - frente p/ EN112	02:14:55	01:58:03	01:44:56
80,000	3,950	342		**Rotunda - frente p/ EN233**	02:17:09	02:00:00	01:46:40
80,500	3,450	358		**Castelo Branco**	02:18:00	02:00:45	01:47:20
80,950	3,000	379		Rotunda - direita p/ Avenida dia de Portugal	02:18:46	02:01:26	01:47:56
82,150	1,800	373		**Rotunda - direita p/ N233**	02:20:50	02:03:13	01:49:32
82,450	1,500	363		**Rotunda - esquerda p/ avenida cidade Zhuhai**	02:21:21	02:03:40	01:49:56
82,950	1,000	355		**Entroncamento - direita p/ Rua Profª Amélia Jesus Silva**	02:22:12	02:04:26	01:50:36
83,300	0,650	370		Entroncamento - esquerda	02:22:48	02:04:57	01:51:04
83,450	0,500	368		**Rotunda - esquerda p/ Avenida do Empresário**	02:23:03	02:05:11	01:51:16
83,950	0,000	374		**META / PASSAGEM NA META**	02:23:55	02:05:55	01:51:56

CASTELO BRANCO - AVENIDA DO EMPRESÁRIO (39°49'03.8"N 7°30'34.8"W)

19 DE JUNHO (SÁBADO)

14H30 / PARTIDA SUB-23 MASCULINOS

20 DE JUNHO (DOMINGO)

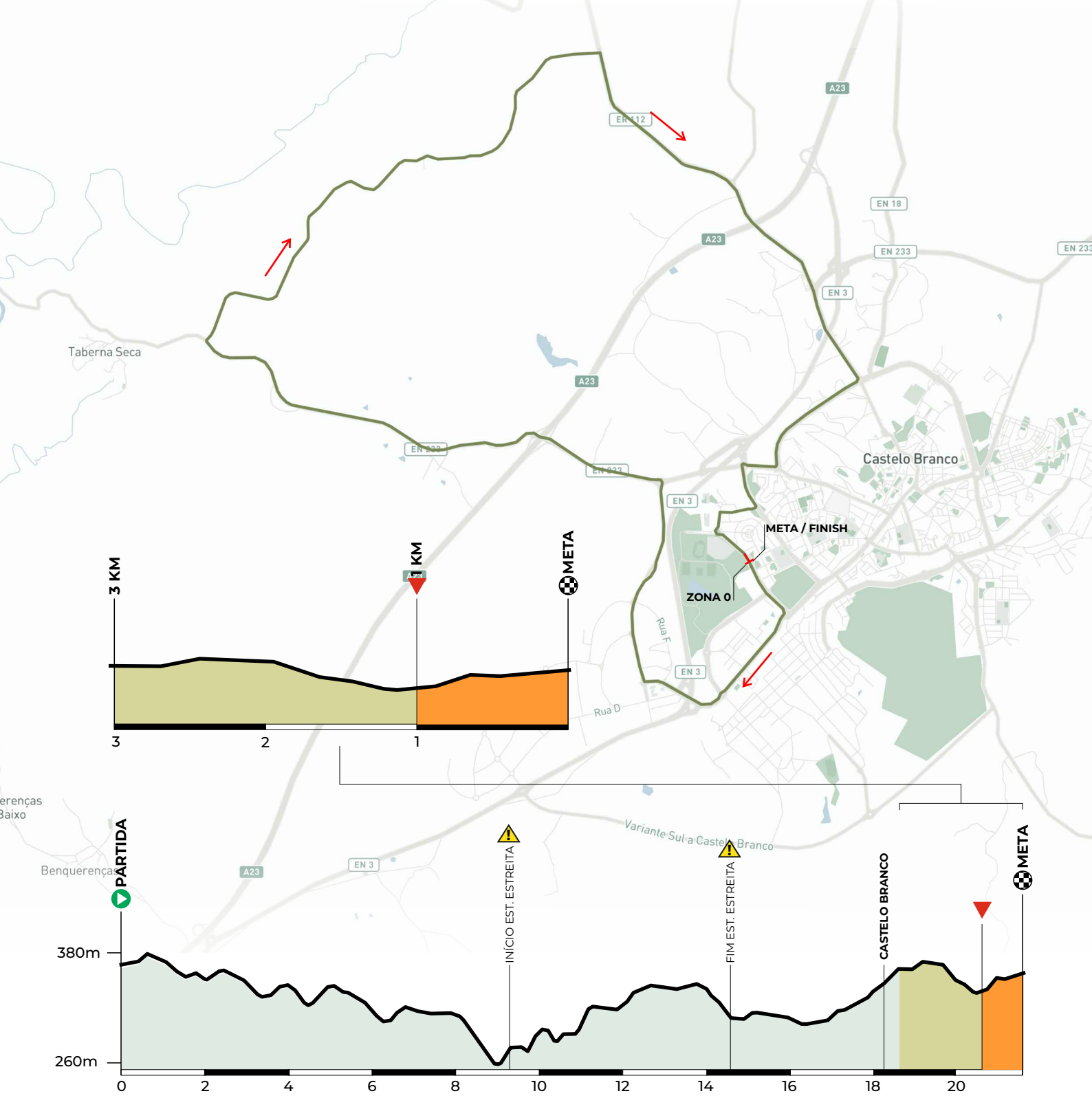
11H30 / PARTIDA ELITE MASCULINOS

MAPA CIRCUITO - FUNDO

FUNDO

DISTÂNCIA : 23,65km
DESNÍVEL POSITIVO : 285m

PERCURSO SUB-23 / ELITE / FEMININAS / PARACICLISMO



RUTÓMETRO - CIRCUITO FUNDO

FUNDO

DISTÂNCIA : 21,65km
DESNÍVEL POSITIVO : 285m

PERCURSO SUB-23 / ELITE / FEMININAS / PARACICLISMO

					Velocidade média km/h		
FEITO	FALTA	ELEV.	NOTAS	DESCRIÇÃO	35 km/h	40 km/h	45 km/h
0,000	21,650	376		**Partida – Avenida do Empresário**	00:00:00	00:00:00	00:00:00
0,300	21,350	378	⚠	**Rotunda - frente p/ av. do Empresário**	00:00:31	00:00:27	00:00:24
0,550	21,100	351		Rotunda - direita p/ Estrada de Montalvão	00:00:57	00:00:50	00:00:44
1,500	20,150	364	⚠	**Rotunda - frente p/ Rua C**	00:02:34	00:02:15	00:02:00
2,000	19,650	362		Entroncamento - frente p/ Rua C	00:03:26	00:03:00	00:02:40
2,000	19,650	362		**Zona Industrial**	00:03:26	00:03:00	00:02:40
2,150	19,500	367		Entroncamento - frente p/ Rua C	00:03:41	00:03:14	00:02:52
2,350	19,300	370	⚠	**Rotunda - direita p/ Rua A**	00:04:02	00:03:32	00:03:08
2,800	18,850	360	⚠	**Rotunda - frente p/ Rua A**	00:04:48	00:04:12	00:03:44
3,100	18,550	346	⚠	**Rotunda - frente p/ Rua A**	00:05:19	00:04:39	00:04:08
3,400	18,250	343		Rotunda - frente p/ Rua A	00:05:50	00:05:06	00:04:32
4,300	17,350	336	⚠	**Rotunda - esquerda p/ EN233**	00:07:22	00:06:27	00:05:44
5,500	16,150	342	⚠	**Rotunda - frente p/ EN 233**	00:09:26	00:08:15	00:07:20
5,650	16,000	339	⚠	**Rotunda - frente p/ EN 233**	00:09:41	00:08:29	00:07:32
9,200	12,450	288	⚠	**Entroncamento - direita**	00:15:46	00:13:48	00:12:16
9,200	12,450	288		**INICIO ESTRADA ESTREITA**	00:15:46	00:13:48	00:12:16
11,750	9,900	289	⚠	**CURVA PERIGOSA ESQUERDA**	01:20:09	01:17:38	01:15:40
14,550	7,100	323	⚠	**Entroncamento - direita p/ EN 112**	00:24:57	00:21:50	00:19:24
14,550	7,100	323		**FIM ESTRADA ESTREITA**	00:24:57	00:21:50	00:19:24
16,400	5,250	318		Entroncamento - frente p/ EN112	00:28:07	00:24:36	00:21:52
17,700	3,950	342	⚠	Rotunda - frente p/ EN233	00:30:21	00:26:33	00:23:36
18,200	3,450	357		**Castelo Branco**	00:31:12	00:27:18	00:24:16
18,700	2,950	379		Rotunda - direita p/ Avenida dia de Portugal	00:32:03	00:28:03	00:24:56
19,850	1,800	372	⚠	**Rotunda - direita p/ EN233**	00:34:02	00:29:47	00:26:28
20,150	1,500	363	⚠	**Rotunda - esquerda p/ avenida cidade Zhuhai**	00:34:33	00:30:13	00:26:52
20,650	1,000	355	⚠	**Entroncamento - direita p/ Rua Profª Amélia Jesus Silva**	00:35:24	00:30:59	00:27:32
21,000	0,650	370		Entroncamento - esquerda	00:36:00	00:31:30	00:28:00
21,150	0,500	368	⚠	**Rotunda - esquerda p/ Avenida do Empresário**	00:36:15	00:31:43	00:28:12
21,650	0,000	376		**META / PASSAGEM META**	00:37:07	00:32:29	00:28:52

CASTELO BRANCO - AVENIDA DO EMPRESÁRIO (39°49'03.8"N 7°30'34.8"W)

19 DE JUNHO (SÁBADO)

10H00 / PARTIDA ELITE FEMININAS

14H30 / PARTIDA SUB-23 MASCULINOS

20 DE JUNHO (DOMINGO)

09H00 / PARTIDA PARACICLISMO

11H30 / PARTIDA ELITE MASCULINOS

CASTELO BRANCO

REGULAMENTO PARTICULAR

ARTIGO 1. ORGANIZAÇÃO
Os Campeonatos Nacionais de Fundo e Contrarrelógio são organizados pela Associação de Ciclismo da Beira Interior de acordo com os regulamentos da UCI e da UVP-FPC, e disputam-se nos dias 18, 19 e 20 de junho de 2021, em Vila Velha de Rodão e Castelo Branco.

ARTIGO 2. TIPOS DE PROVAS
As provas estão inscritas no calendário internacional na classe CN e no calendário nacional de Paraciclismo.

ARTIGO 3. PARTICIPAÇÃO
A participação nos Campeonatos Nacionais é reservada a corredores de nacionalidade portuguesa, constante na respetiva licença emitida por uma Federação Nacional afiliada à UCI.

Número de corredores por equipa nas Provas de Contrarrelógio:
- Sub23 e Elite Masculina: é permitida a participação até 4 corredores por equipa. Não há limite mínimo.
- Sub23 e Elite Feminina: sem limite.
- Paraciclismo: sem limite.

Número de corredores por equipa nas Provas de Fundo:
Sem limite mínimo nem máximo.

ARTIGO 4. PROVAS / QUILOMETRAGEM / HORÁRIOS

(VER PÁGINA 5)

CONTRARRELÓGIO 18/06/2021
Ordem das categorias a disputar o CRI
Paraciclismo
Sub23 Feminina
Elite Feminina
Sub23 Masculino
Elite Masculina
Partida: 1º Corredor 10h30

PROVAS DE FUNDO 19/06/2021
Femininas (todas as categorias) - Partida: 10h00
Sub23 Masculino - Partida: 14h30

PROVAS DE FUNDO 20/06/2021
Paraciclismo - Partida: 09h00
Elites Masculinos - Partida: 11h30

ARTIGO 5. SECRETARIADO
A inscrição dos corredores e staff das equipas deverá ser realizada na plataforma da FPC até às 23h59m do dia 13 de junho.
A confirmação dos participantes (atletas e staff das equipas) realiza-se online através da mesma plataforma da inscrição no dia 16 de junho das 13h00 às 19h00.
No caso dos atletas e staff com licenças que não tenham sido emitidas pela UVP-FPC, o diretor desportivo deverá enviar a cópia da licença, no momento da confirmação de participantes, para o email confirm@fpciclismo.pt .
Não existirá verificação de licenças nem confirmação de participantes no local da prova.
Em caso de alteração devido a doença depois da confirmação, o diretor desportivo deverá informar o organizador através do telefone 966774175 no mais curto espaço de tempo, sendo o prazo limite sempre antes da entrada na Zona 0 (no dia da respetiva prova). Os corredores indicados como suplentes deverão respeitar os mesmos requisitos dos efetivos.
Toda a informação detalhada sobre a prova deverá ser enviada antecipadamente por email para todos os

credenciados, evitando assim procedimentos presenciais que impliquem contacto físico.
A reunião entre a Direção da Organização e todos os membros do Colégio de Comissário realiza-se via Vídeo Conferencia no dia 17 de junho com início às 17h00. Será enviado para o email de cada participante o link de acesso.

A reunião dos Diretores Desportivos juntamente com o Colégio de Comissários para as provas de contrarrelógio será realizada via Vídeo Conferencia no dia 17 de junho com início às 19h00. Será enviado para o email de cada participante o link de acesso.
A reunião dos Diretores Desportivos juntamente com o Colégio de Comissários para as provas de fundo será realizada via Vídeo Conferencia no dia 18 de junho com início às 19h00. Será enviado para o email de cada participante o link de acesso.

A reunião terá a participação dos seguintes elementos: um Diretor Desportivo por equipa; o Presidente do Colégio de Comissários; o Diretor da Organização; o Médico Coordenador da prova; o Comandante das Forças de Segurança da prova e o(s) Representante(s) da Task Force UVP-FPC Covid-19.
O Briefing de Segurança e demais reuniões preparatórias serão convocadas pelo organizador informando diretamente os respetivos participantes.
O briefing de segurança terá a presença dos seguintes elementos: o Diretor da Organização, o Presidente do Colégio de Comissários, o Comandante das Forças de Segurança, o Responsável das Motos Bandeira Amarela, o Responsável dos motoristas e motards, o Responsável da TV e o(s) Representante(s) da Task Force UVP-FPC Covid-19.
Toda a informação detalhada deverá ser enviada antecipadamente por email para os intervenientes nas reuniões.

A Entrega de documentação realiza-se para cada prova no respetivo dia, à entrada da Zona 0, no horário de abertura do PPO.
A credenciação de todos os elementos será efetuada online pelo organizador da prova.
A entrega dos materiais técnicos será efetuada através de envelope encerrado e entregue de forma intransmissível por elemento do staff organização aos credenciados.
Cada equipa deverá destacar apenas um elemento, o diretor desportivo, para rececionar o respetivo envelope.
Os elementos pertencentes à organização deverão levantar os seus equipamentos de proteção individual.
Todos os equipamentos fornecidos pelo organizador deverão ser alvo de higienização com solução aquosa de base alcoólica a 70% (SABA) antes e após a sua utilização.
As classificações e o comunicado da prova serão enviados por email e/ou disponibilizados online.

ARTIGO 6. RÁDIO VOLTA
As informações da corrida são transmitidas na frequência (157.51875mhz).

ARTIGO 7. ASSISTÊNCIA TÉCNICA NEUTRA
O serviço de assistência técnica neutra é assegurado pela Organização
O serviço é assegurado por dois carros de

REGULAMENTO PARTICULAR

apoio neutro.

ARTIGO 8. CLASSIFICAÇÕES
Classificação Individual por Tempos e atribuição do título de Campeão Nacional e medalha de cor ouro, medalha de cor prata e medalha de cor bronze.

ARTIGO 9. PRÉMIOS
Camisola de Campeão Nacional e medalha de cor ouro, medalha de cor prata e medalha de cor bronze.

ARTIGO 10. ANTIDOPAGEM
O regulamento antidopagem Nacional aplica-se integralmente nesta prova. O controlo antidopagem realiza-se segundo as normas vigentes de adaptação para o novo coronavírus estabelecidas pela ADoP no seu Manual de procedimento de colheita de amostras COVID-19.
Os atletas admitidos para o processo de antidopagem deverão preencher um questionário de sinais e sintomas associados à COVID-19 aplicado pelo RCD.
O controlo antidopagem realiza-se junto à chegada em instalações anexas à Zona 0.

ARTIGO 11. CERIMÓNIA PROTOCOLAR
De acordo com o artigo 1.2.112 do regulamento, os seguintes corredores devem apresentar-se na cerimónia protocolar: os três primeiros de cada prova e categoria, no prazo máximo de dez minutos após a chegada.

ARTIGO 12. PENALIDADES
Aplicação exclusiva da Tabela de Penalidades do regulamento da UCI.

ARTIGO 13 – ECOLOGIA
A organização na salvaguarda dos bons princípios de proteção ambiental e de promoção do ciclismo ecológico, apela aos diversos intervenientes no evento no sentido a reforçar a adoção de medidas que permitam a manutenção da limpeza dos locais de partida, chegada e percurso da prova.
Serão criadas e estarão claramente identificadas as áreas para os ciclistas colocarem o lixo: de 30 em 30 kms ou de 40 em 40km da prova e uma última zona colocada nos últimos kms da prova antes da secção final.

ARTIGO 14. ADAPTAÇÕES REGULAMENTARES ESPECIFICAS NO CONTEXTO COVID-19

Regras de participação na prova
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.
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 UCI e da UVP-FPC, bem como dos Regulamentos Particulares aplicáveis a esta prova.
Todos os elementos integrantes da prova deverão comprometer-se com o cumprimento das normas de adaptação estabelecidas pelo documento "Adaptações para o retorno à competição" elaborado pelo Task Force UVP-FPC Covid-19 e aprovado pela DGS, 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).

REGULAMENTO PARTICULAR

No decorrer da competição, todos os elementos credenciados para a prova deverão respeitar as normas de higiene respiratória e distanciamento social consignadas pela 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.
Preconiza-se o uso obrigatório de máscara de proteção nos locais com acesso reservado a credenciados (Zona 0).
As máscaras de proteção autorizadas cingem-se apenas às máscaras cirúrgicas certificadas e validadas pelo Infarmed ou em alternativa será aceite o uso de máscaras comunitárias testadas e certificadas pelo Centro Tecnológico das Indústrias do Têxtil e do Vestuário (CITEVE);
Além da limitação de atletas participantes na prova, existirá também uma limitação no número de membros do staff de cada equipa num limite máximo de 5 pessoas credenciadas para a Zona 0. É recomendado que as equipas se façam acompanhar pelo seu médico responsável, sendo este elemento contabilizado além dos elementos de staff estabelecidos como máximo obrigatório para o acesso à Zona 0.
Os credenciados "Zona 0" serão todos e quaisquer indivíduos pertencentes às equipas de competição, forças de segurança, elementos com funções técnicas na prova e aos órgãos da comunicação social.
O direito de acesso dos veículos credenciados à Zona 0 e à caravana da prova está reservado ao mínimo estritamente necessário para o desempenho das funções técnicas da prova.
Estabelece-se que o acesso dos veículos de assistência das equipas à Zona 0 só é permitido a 4 viaturas por equipa para o Contrarrelógio e a 3 viaturas por equipa para as provas de fundo.

Partida da prova
Na partida da prova, o acesso a todos os espaços técnicos incluídos na Zona 0 deverá ser exclusivamente reservado às pessoas imprescindíveis para a realização do evento devidamente credenciadas.
Haverá um único ponto de acesso ao evento: o PPO que deverá estar instalado na entrada da Zona 0.
Haverá um posto de controlo sanitário à entrada do PPO que controlará todos os elementos autorizados e devidamente credenciados no evento. As indicações específicas e localização serão definidas no regulamento particular da prova.
Todos os procedimentos preparatórios para a competição por parte dos atletas deverão ser realizados dentro da Zona 0.
Existirá um corredor de acesso da Box das Equipas para a Box de Partida a fim de permitir um acesso rápido e sem paragens.

Provas de contrarrelógio
O reconhecimento do percurso deverá ser realizado por cada atleta de forma individual em horário previsto pela Organização;
A Box de Partida será composta pela área de controlo das bicicletas, área de espera dos atletas e rampa de partida;
Será recomendada a presença de um elemento do staff da equipa na Box de Partida, tendo em conta ser este o único elemento a poder prestar assistência aos

REGULAMENTO PARTICULAR

atletas da sua equipa; contudo esta presença estará limitada a apenas um elemento por equipa;
Será realizado apenas o controlo oficial das bicicletas (15 minutos antes da partida de cada atleta), este procedimento será efetuado por um único comissário, o qual terá que respeitar um intervalo entre atletas para higienizar as mãos e o gabarito; o próprio atleta ou o seu mecânico deverá igualmente higienizar a bicicleta antes de a entregar ao comissário;
Na área de espera para a partida, estarão presentes em cada momento cinco atletas no caso do CRI, segundo a ordem de partida; as cadeiras deverão ser higienizadas antes e após a sua utilização por cada atleta.
Os atletas deverão subir para a rampa de partida sem a ajuda de ninguém. Na rampa de partida apenas será autorizada a permanência do atleta e do comissário juiz de partida, respeitando as regras de distanciamento social, sem existir contacto físico entre eles em nenhuma situação;
Alteração regulamentar: os atletas não serão sustidos, nem se poderão segurar a nenhuma estrutura da rampa de partida; a partida será dada com o pé no chão.

Provas de fundo
A Box de Partida será composta pela área de controlo dos participantes e área de concentração para a partida;
Alteração regulamentar: a assinatura da folha de partida não será realizada, a confirmação de alinhar à partida será validada através de verificação visual por um comissário.
Deverá ser criado um ponto de acesso à Box de Partida de passagem obrigatória por parte dos atletas para que os comissários possam controlar a presença de todos no caso de não existir esse controlo durante a apresentação das equipas.
A Box de Partida deverá ter dimensão suficiente para que os atletas no momento que antecede a partida consigam respeitar as regras de distanciamento social (2m2 por atleta).
A partida das provas deverá ser sempre simbólica do local de concentração e a quilometragem até ao local da partida real deverá ser suficientemente longa para permitir um aquecimento mais efetivo dos atletas. Nos circuitos, dependendo do seu perímetro, poderá ser dada a partida real num determinado ponto quilométrico da primeira volta ou após uma ou mais voltas neutralizadas.

Desenrolar da Prova
Estará previsto pelo organizador uma redução do número de viaturas autorizadas em prova ao mínimo indispensável. Será obrigatória a ocupação máxima de 2 pessoas por viatura na caravana, com exceção do carro do PCC (quando exista operador de Rádio Volta), do carro do médico e das ambulâncias;
Todos os motards e respetivos passageiros deverão utilizar capacete integral. Os fotógrafos e cameramen na impossibilidade de utilizar o capacete integral deverão usar óculos de proteção além da máscara de proteção;
Os comissários que exercem as suas funções em carro com tecto de abrir e o comissário juiz de partida (no CRI) deverão usar óculos de proteção além da máscara de proteção, os comissários moto deverão usar capacete de proteção integral;
Os mecânicos de apoio neutro deverão

REGULAMENTO PARTICULAR

usar luvas e óculos de proteção além da máscara de proteção;
A viatura técnica "carro vassoura" será equiparada a uma viatura de transporte coletivo comunitário. Deste modo, a organização fará cumprir as medidas de proteção sanitária descritas na Orientação em vigor.

Provas de contrarrelógio
Não será autorizado descartar os bidons ou qualquer tipo de resíduo;

Provas de fundo
Alteração regulamentar: O abastecimento apeado apenas será autorizado após a passagem pela Meta em local assinalado pelo organizador. Cada equipa está autorizada a ter um único elemento do staff na zona de abastecimento apeado, estando este obrigado ao uso de máscara de proteção e ao respeito do distanciamento social (2m2).
Alteração regulamentar: passa a ser proibida a partilha de alimentos, bebidas ou qualquer acessório entre atletas de equipas diferentes, assim como por parte de um elemento do staff de uma equipa a um atleta de outra equipa. Um membro do staff de uma equipa apenas pode dar assistência de qualquer tipo a um atleta da sua própria equipa.
Não será autorizado descartar os bidons ou outros resíduos para a proximidade do público.
Alteração regulamentar: Em todas as provas das categorias Sub23/Elite será autorizada a utilização de meios de comunicação à distância entre os atletas e respetivos diretores desportivos, sendo esta a única forma de assistência tática autorizada.

Chegada da Prova
Na chegada da prova, o acesso a todos os espaços técnicos incluídos na Zona 0 deverá ser exclusivamente reservado às pessoas imprescindíveis para a realização do evento, devidamente credenciadas.
O PPO mantém-se como único ponto de acesso às zonas delimitadas da chegada integradas na Zona 0.
A Box de Chegada será composta pelo espaço que inclui a linha de chegada, a zona de desaceleração dos atletas, a zona marcada para fotógrafos/cameramen e a zona marcada para os elementos do staff das equipas.
Na Box de Chegada apenas será permitida a permanência de um elemento do staff por cada equipa para rececionar os seus atletas.
Deverá existir um corredor de acesso para encaminhar os atletas da Box de Chegada para a Box das Equipas o mais rapidamente possível e sem paragens, a descompressão deverá ser realizada já na Box das Equipas.
Nas cerimónias protocolares, as individualidades convidadas poderão estar no pódio junto dos atletas respeitando as normas de distanciamento social. Não poderão existir cumprimentos físicos.
A entrega dos trofeus deverá ser realizada de forma a evitar o contacto direto com o atleta, individualidades e assistente de protocolo, respeitando as normas de distanciamento social.
A foto dos vencedores deverá respeitar as regras de distanciamento social, não poderão existir cumprimentos físicos entre atletas ou com as individualidades nem será realizada a cerimónia do espumante. Não será autorizado aos atletas, que estes retirem a máscara de proteção para o momento da fotografia.

REGULAMENTO PARTICULAR

Os banhos após o exercício desportivo em prova competitiva deverão ser realizados o mais brevemente possível após o término da competição. Caso as equipas não tenham meios próprios para os banhos, a organização deverá providenciar instalações devidamente condicionadas para o efeito. Sendo que as mesmas deverão obedecer a critérios de distanciamento social em que haja obediência de 3m^2 por atleta.
Na área para elaboração das classificações permanecerão apenas o técnico das classificações e o comissário juiz de chegada.

Comunicação do Evento
O organizador irá utilizar os meios de comunicação oficiais do evento para divulgar as mensagens institucionais que se pretendam transmitir aos elementos da prova bem como ao público em geral.
O organizador irá promover a utilização de linguagem ou formas de comunicação por imagens que transmitam a mensagem da evicção de aglomerados populacionais, do contacto físico entre pessoas, e más práticas de proteção / higiene pessoal.

Comunicação Social no Evento
Os jornalistas devem remeter o pedido de acreditação até às 24h00 do dia 15 de junho.
Será acreditado um jornalista por cada órgão de comunicação social, salvo imprensa, TV ou agência de notícias, se indicarem um repórter de imagem e um redator/repórter.
Os elementos dos órgãos de comunicação social, no exercício das suas funções, deverão respeitar as normas de higienização e distanciamento físico. É obrigatória a utilização de máscara certificada na Zona 0 (ao ar livre), assim como na sala de imprensa e na sala de conferência de imprensa.
Os jornalistas têm acesso à Zona 0 de partida, devendo entrevistar os corredores e staff junto à área das respetivas equipas.
As entrevistas devem ser feitas, tanto quanto possível, de forma individual, admitindo-se o máximo de três órgãos de comunicação entrevistando em simultâneo cada interlocutor.
Os jornalistas devem usar extensores nos microfones e nos outros aparelhos de recolha de sons dos entrevistados, de forma a manterem a distância de segurança. Os microfones e demais artefactos de recolha de sons devem ser cobertos por película plástica, que deverá ser higienizada entre cada entrevista.
É terminantemente proibido entrevistar os corredores imediatamente após o final da etapa. Os repórteres que o fizerem serão expulsos da corrida, podendo ser-lhes recusada acreditação para futuros eventos.
Após as cerimónias de pódio haverá uma conferência de imprensa. No dia do contrarrelógio, serão chamados à conferência de imprensa os campeões de elite e de sub-23 e um dos campeões de paraciclismo. Nas provas de fundo, participarão na conferência de imprensa os três primeiros classificados.
Durante a corrida, apenas as motos da empresa produtora ao serviço da organização serão autorizadas a circular no percurso da prova para recolher as imagens vídeo da competição. Serão também admitidos repórteres fotográficos transportados em moto.

Medidas sancionatórias sobre o incumprimento às medidas de exceção

REGULAMENTO PARTICULAR

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.
Não obstante as sanções previstas nos Regulamentos aplicáveis a este tipo de prova, a infração ou incumprimento das normas de exceção definidas pelo documento "Adaptações para o retorno à competição", elaborado pelo Task Force UVP-FPC Covid-19 e aprovado pela DGS, 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.