

RIBEIRA DE PENNA

RIBEIRA DE PENNA SINALIZAÇÃO TURÍSTICA

- Aldeia Preservada
- Área protegida/parque
- Artesanato
- Arte Rupestre
- Autoestrada
- Bombeiros
- Cadeia/férrica
- Centro
- Centro de Saúde
- Comércio
- Esplanadas
- Farmácia
- G.N.R.
- Hotel/Residencial
- Miradouro
- Montanhismo
- Oficina
- Parque de Campes e recreio
- Parque de Merendas
- Pelourinho
- Pensaventura Park
- Trilho Turismo Pedestre
- Pesca
- Piscina
- Ponte
- Posto de Combustível
- Praia Fluvial
- Serra
- Solares
- Turismo Rural

- Estrada Municipal
- Estrada Nacional
- Autoestrada
- Percursos Pedestres
- CARRA
- BICICLO
- PÉDESTRE
- TÁXIS



História

O concelho de Ribeira de Pena, tal como é agora constituído, só existe a partir de meados do século XIX. Antes de 1855, o concelho de Ribeira de Pena limitava-se às freguesias do Salvador, Santa Marinha e Santo Aleixo d' Além Tâmega, estando a sede do concelho no lugar da Venda Nova. Só a partir dessa data passou a englobar o antigo concelho de Cerva, composto pelas freguesias de Cerva, Limões e Alvadia.

Já no dealbar do século XIX, em 1895, foi-lhe anexada a freguesia de Canedo, anteriormente pertença de Boticas. A Terra de Pena, como inicialmente foi designada, constitui, desde a reconquista cristã aos árabes, um núcleo municipal cuja sede teve origem, segundo se crê, na povoação do Concelho.

D. Afonso IV, rei de Castela fez doação da Terra de Pena, entre outras a D. Guêdo-o-Velho, progenitor das famílias dos Barrosos, Bastos e Aguiares. O primeiro foral concedido aos habitantes da Terra de Pena foi outorgado, por D. Afonso IV, em Tentúgal, a 29 de Setembro de 1331.

No séc. XV, o domínio da Terra de Pena aparece na casa dos Azevedos, senhores de S. João de Rei.

Em 1517, D. Manuel I, atribuiu-lhe novo foral, segundo reforma conhecida pelos "Forais Novos".

Em 1841, transferiu-se para Ribeira de Pena, Camilo Castelo Branco, onde obteve um lugar de escrevente de notário e onde passou alguns anos da sua adolescência. Aqui estudou latim, com o Padre Manuel da Lixa, no lugar da Granja Velha. A 18 de Agosto de 1841 casou, com Joaquina Pereira de França, uma jovem de apenas 15 anos, na igreja do Salvador. Deste casamento nasce em 1843, uma filha, Rosa Pereira de França Botelho Castelo Branco, que morreria em 10 de Março de 1848.

Geografia

Ribeira de Pena é um concelho tipicamente do interior e está na transição do Minho para os Trás-os-Montes. Dominado pela bacia hidrográfica do Tâmega, no seu curso médio, o município possui uma grande riqueza e variedade paisagística. Os vales profundos definidos pelo Tâmega e pelos seus afluentes, com o seu verde intenso, têm uma expressão agrícola, cultural e de povoamento tipicamente minhota. Acima da cota dos 400 metros, predominam as encostas e os maciços rochosos tipicamente transmontanos, com o Barroso, a norte e a Sul o Alvão.

Gastronomia

A gastronomia de Ribeira de Pena é influenciada pela sua interioridade e atividade maioritariamente agrícola. Especialidades tipicamente ribeirapenenses são os Milhos, que podem ser "esfuçados" (quando acompanhados com carnes de porco), "escornados" (quando acompanhados com carne de vitela), "esgravatados" (quando acompanhados com carne de galinha) ou "ricos" (quando acompanhados por carnes de vitela, porco e galinha). Também se pode desfrutar das saborosas postas de carne maronesa, das famosas couves com feijões ou do cabrito assado. Na sobremesa destacam-se a "Chila no Forno" e a "Maçãs Pipo de Basto".

Monumentos e sítios de interesse

- *Igreja Matriz do Salvador;*
- *Igreja Matriz de Santa Marinha*
- *Igreja Matriz de Santo Aleixo*
- *Igreja Matriz de Cerva*
- *Capela da Sra da Guia*
- *Capela de Senra de Cima e Casa da Temporã*
- *Capela da Granja Velha*
- *Capela da Portela de Santa Eulália*
- *Bateria de Espigueiros de Penalonga*
- *Solares de Santo Aleixo (Casa da Fecha, Casa da Eira, Casa do Outeiro, Casa do Fragão, Casa da Corga)*
- *Pelourinho de Cerva;*
- *Pelourinho da Venda Nova*
- *Ponte de Arame (Santo Aleixo)*
- *Solar de Santa Marinha*
- *Casa de Camilo Castelo Branco (Friúme)*
- *Santuário Rupestre de Lamelas*
- *Castro de Lesenho (Canedo)*
- *Menir de Pedra d'Anta (Alvadia)*
- *Ponte Romana sobre o rio Louredo (Cerva)*



- Ponte Romana sobre o Rio Poio (Cerva)
- Necrópole da Póvoa
- Moinhos Comunitários da Aldeia de Santo Aleixo
- Praia Fluvial das Meadas (Cerva)
- Conjunto Arqueológico da Aldeia de Agunchos
- Azenha das Casas Novas (Cerva)
- Museu da Escola (Ribeira de Pena)
- Museu do Linho (Limões)
- Museu do Volfrâmio (Cerva)
- Antigo Paço do Concelho (Venda Nova)
- Casa da Torre (Cerva)
- Parque Ambiental (Ribeira de Pena)
- Parque de Lazer e Campismo de Bragadas
- PenaAventuraPark (Portela de Santa Eulália)



GUIA TECNICO DO 4º BTT RIPENABIKE 2022

3ª PROVA DA TAÇA REGIONAL DE XCM DA ARCVR

29 DE MAIO DE 2022

APRESENTAÇÃO

O 4º BTT Ripenabike é a 3ª prova (das 7 do calendário regional) pontuável para a Taça Regional de XCM da Associação Regional de Ciclismo de Vila Real.

O 4º Ripenabike disputa-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.

O 4º Ripenabike destina-se exclusivamente aos atletas com licença desportiva de competição filiados na UVP – FPC e filiados UCI .

INFORMAÇÃO DA PROVA

4º Ripenabike

- Denominação da prova: 3ª Prova da Taça Regional de XCM da ARCVR
- Partida e Chegada Rua dr. António Camilo Pacheco Pereira Leite
- Tipo de prova: BTT
- Data da prova: 29 de maio de 2022
- Localização: Rua dr. António Camilo Pacheco Pereira Leite
- Organização: ARCVR - Ripenabike
- Controlo AntiDoping Pavilhão Gimnodesportivo
-

EQUIPA TÉCNICA

- Presidente da Organização José Albino Capelas Ferreira
- Diretor da prova: Nuno Barroso
- Logística: António Mendes
- Médico da prova: a designar
- Comissário Presidente: a designar
- Colégio de Comissários da ARCVR
- Coordenador Técnico: Ivo Gomes
- Comunicação e imagem: ARCVR
- Equipa de Cronometragem: ARCVR
- Fotógrafo: a designar

O 4º BTT Ripenabike disputa-se num único dia;

As inscrições serão realizadas em www.fpciclismo.pt – prazo limite 23h59 do dia 24 de Maio de 2022

São admitidos em competição corredores das categorias de Elites, Masc. e Femininos, Masters, 30,35,40,45,50,55,60,65 Paraciclismo,C e D, E-MTB, Masc. e Fem., Master 30,40,50, Paraciclismo C, D e EMTB Mas.e Fem.

Os participantes com licença FPC-Competição Uvp terão que efetuar a sua inscrição no site da fpc ([Federação Portuguesa de Ciclismo \(fpciclismo.pt\)](http://Federação Portuguesa de Ciclismo (fpciclismo.pt))) Nesta Classe os atletas terão que solicitar ainda a ARCVR um dorsal anual, neste link [Inscrição para atribuição de Dorsal da Arcvr época 2022 | ARCVR](#) ate terça feira da semana da prova.

Classe	Idade	Dorsal
Elites Masculinos	➤ de 19 anos	1-39
Elites Femininos	➤ de 19 anos	700-710
Master 30 Masc.	Dos 30 aos 34 anos	300-349
Master 30 Fem.	Dos 30 aos 39 anos	750-759
Master 35 Masc.	Dos 35 aos 39 anos	350-390
Master 40 Masc.	Dos 40 aos 44 anos	400-449
Master 40 Fem.	Dos 40 aos 49 anos	760-769
Master 45 Masc.	Dos 45 aos 49 anos	450-498
Master 50 Masc.	Dos 50 aos 54 anos	500-531
Master 50 Fem.	Dos 50 aos 69 anos	770-775
Master 55 Masc.	Dos 55 aos 59 anos	550-589
Master 60 Masc.	Dos 60 aos 64 anos	600-621
Master 65 Masc.	= * 65 anos	600-621
E-MTB M e F	➤ de 19 Anos	680-690
Paracilismo C, D	➤ de 19 Anos	800-810

Os participantes com licença FPC-Uvp participarão **num Open** destinado aos atletas de CPT, com regulamento particular destinado a esta prova. Nesta Classe os atletas terão que solicitar a ARCVR um dorsal anual, neste link [Inscrição para atribuição de Dorsal da Arcvr época 2022 | ARCVR](#) ate terça feira da semana da prova.

Classe	Idade	Dorsal
Femininos	Dos 18 aos 69	650-660
Juniores	Dos 17 aos 18 anos	270-280
Elites Masculinos	Dos 19 aos 29	40-63
Master 30	Dos 30 aos 34 anos	820-849
Master 35	Dos 35 aos 39 anos	850-880
Master 40	Dos 40 aos 44 anos	900-930
Master 45	Dos 45 aos 49 anos	931-950
Master 50	Dos 50 aos 54 anos	951-970
Master 55	Dos 55 aos 59 anos	971-989
Master 60	Dos 60 aos 70 anos	990-999
E-MTB	Dos 18 aos 70 anos	680-690
Promoção Maratona	Dos 18 aos 70 anos	1001-1250
Promoção Meia-Maratona	Dos 18 aos 70 anos	1251-1500

CPT (promoção) dorsais para Maratona a partir do nº 1001- Meia Maratona a partir do nº 1251

A reunião com os diretores desportivos (competição) da prova será realizada na 5 feira (26/05/2022) anterior ao evento, pelas 21h00, via plataforma Zoom; Ou Caso seja possível, no dia da prova.

Não haverá confirmação de inscrições nem novas inscrições no secretariado da prova. A confirmação das inscrições deverá ser realizada na área do clube na plataforma da UVP-FPC até às 23h59 do dia 24 de maio. Os atletas individuais devem fazê-lo através do e-mail geral@arcvr.com;

Não haverá treinos oficiais no dia anterior;

Apenas são permitidos 3 elementos de staff das equipas com licença válida na UVPFPC, sendo que na pista e no local de partida, apenas será autorizada a permanência de um elemento devidamente filiado;

A permanência no paddock e em qualquer ponto da pista, implica o uso obrigatório de máscara, excetuando os atletas exclusivamente no momento de exercício;

As cerimónias protocolares serão realizadas 15 minutos após a chegada do 3º classificado de cada escalão etário no escalão de competição;

Não serão admitidas bicicletas no pódio;

No pódio por equipas, apenas será admitida a presença de um responsável da equipa: diretor, treinador ou atleta;

Os dorsais serão os fornecidos pela ARCVR na prova da Taça Regional de XCM;

PROGRAMA

Dia 28 de maio

21h00 Abertura do Secretariado Pavilhão Gimnodesportivo (Rua dr. António Camilo Pacheco Pereira Leite)

22h00 Encerramento do Secretariado

Dia 29 de maio

07h30 Abertura do Secretariado Pavilhão Gimnodesportivo (Rua dr. António Camilo Pacheco Pereira Leite)

8h30 Encerramento do Secretariado

08h30 Abertura das Boxes (Rua dr. António Camilo Pacheco Pereira Leite)

09h25 Encerramento das boxes

09h30 Partida (**As partidas serão dadas conforme regulamento (ponto 5.4 Partida) da prova Box,1,2,3,e 4)**)

13h00 – Cerimónia de entrega de troféus aos 3 primeiros classificados de cada categoria e para equipas.

Banhos no Gimnodesportivo de Ribeira de Pena (Junto à meta)

Lavagem de bicicletas (próximo da meta).

REGRAS DE PARTICIPAÇÃO DA 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 UVP-FPC, bem como dos Regulamentos Particulares aplicáveis a essa prova;

- 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);

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

- Nas Zonas de Abastecimento (ZAS) haverá uma zona verde para depósito de Lixo, devidamente sinalizada, pelo que solicitamos a todos os participantes a colocação nesses locais de todo o lixo;
- 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;
- Além da limitação de atletas participantes na prova, deverá existir uma limitação no número de membros do staff de cada equipa com acesso à Zona Reservada ao número estritamente necessário;
- 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;
- Os atletas após cortarem a meta devem dirigir-se de imediato para o paddock.
- 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;
- Troféus para os três primeiros classificados de cada escalão e três primeiras equipas

LOGISTICA

Zona de Meta / Paddock / Secretariado – Rua dr. António Camilo Pacheco Pereira Leite
Reunião de Equipas/Team Managers Meeting – online via zoom, ou no local do secretariado.
Local Controlo Antidopagem: Pavilhão Gimnodesportivo Rua dr. António Camilo Pacheco Pereira Leite

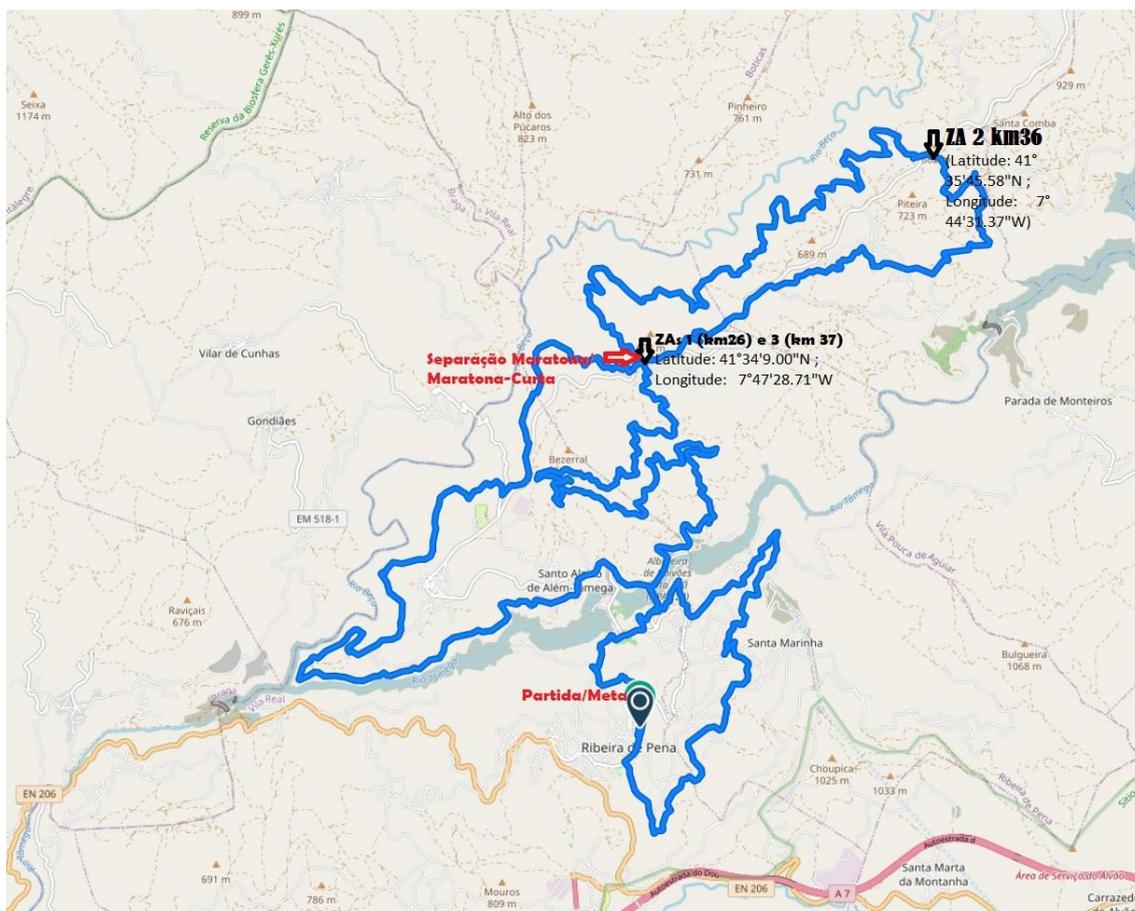
PERCURSOS E OUTRAS INFORMAÇÕES

Maratona 71 Km

Maratona Curta 50 Km

Partida e Chegada Rua dr. António Camilo Pacheco Pereira Leite (Junto ao Pavilhão Gimnodesportivo);

O Percurso passará **duas vezes na ponte sobre a barragem do rio Tâmega, mas em sentido contrário** (**Maratona**: 1º vez Km 11,5 e 2ª vez km 64) (**Maratona-Curta**: 1º vez Km 11,5 e 2ª vez km 43), pelo que todos os atletas deverão seguir as marcações do percurso.



Início do percurso

Os primeiros kms serão efetuados Ruas e estradas e terão acompanhamento de motas; Nas zonas de travessias, consideradas mais perigosas, estarão elementos da GNR e elementos do staff devidamente identificados, que irão monitorar os atletas; todavia não exclui que todos os atletas devem cumprir o código da estrada, uma vez que, todas as ruas e os caminhos estão abertos à circulação de outros veículos.

Extensão

Percursos 3ª Prova da Taça Reg de XCM da ARCVR, 4º Ripenabike:

- Maratona Elite: 71 Km (Acumulado positivo: 1700m)
- Maratona Curta: 50 km (Acumulado positivo: 1100m)

Separação e confluência dos percursos na Portela de Melhe (Latitude: 41°34'9.00"N ; Longitude: 7°47'28.71"W)

- Maratona Elite e Maratona Curta:
- Separação: km 26
- Confluência: km 52(maratona elite) / km 26 (maratona curta)
- Abastecimento líquido e sólido: km 26
- Zonas de Abastecimento das Equipas: ZAs 1 (km 26) e 3 (km 47) (Latitude: 41°34'9.00"N ; Longitude: 7°47'28.71"W); ZAs 2 (km 37) (Latitude: 41°35'45.58"N ; Longitude: 7°44'31.37"W);

Prémios

Troféus para os três primeiros classificados de cada escalão etário e as equipas Elites e Masters (as três primeiras equipas)

Logística

Zona de Meta / Paddock / Secretariado – Rua dr. António Camilo Pacheco Pereira Leite
Reunião de Equipas/Team Managers Meeting – online via zoom
Local Controlo Antidopagem: Gimnodesportivo de Ribeira de Pena

CONTACTOS

ARCVR – Associação Regional de Ciclismo de Vila Real
Av^a Cidade do Ourense L 62, 5000 – 690 Vila Real
T. 938181355

E-mail: geral@acm.pt

Ripenabike

Rua Adelino Amaro da Costa n^o9,
4870-156 Ribeira de Pena
Email - ripenabikeclub@gmail.com