

# TAÇA DE PORTUGAL



CÂMARA MUNICIPAL  
DE  
COIMBRA



# BMX RACE

RONDAS 3 E 4

PISTA MUNICIPAL DE BMX  
COIMBRA | CAMPOS DO BOLÃO

SÁBADO - 16H30 | DOMINGO - 10H30

1 ABRIL | RONDA 1  
2 ABRIL | RONDA 2



ENTRADA  
LIVRE

## GUIA DE COMPETIÇÃO

INFORMAÇÕES  
[BMXEVENTS@FPCICLISMO.PT](mailto:BMXEVENTS@FPCICLISMO.PT)

INSCRIÇÕES ONLINE  
[WWW.FPCICLISMO.PT](http://WWW.FPCICLISMO.PT) (LIMITE 29/3)



Casa do Povo  
Abrunheira



CÂMARA MUNICIPAL  
COIMBRA



Vitalis

SHIMANO

Barré Constrói  
Sociedade de Construção, Lda

HOSPITAL DA LUZ  
COIMBRA

floema'

PMP Gravity Sports



# TAÇA DE PORTUGAL

# BMX RACE

## 2023

**1 ABRIL | RONDA 1**  
**2 ABRIL | RONDA 2**

PISTA MUNICIPAL DE BMX  
COIMBRA | CAMPOS DO BOLÃO

### Índice

APRESENTAÇÃO	2
ORGANIZAÇÃO	3
INSCRIÇÕES	4
CATEGORIAS E TAXA DE INSCRIÇÕES	4
REUNIÃO DE DIRETORES DESPORTIVOS	5
AREA DE EQUIPAS	5
PLACAS DE NÚMERO	5
PROGRAMA	6
PROTEÇÕES OBRIGATÓRIAS	6
LOCALIZAÇÃO DA PISTA	7
PRÉMIOS E TROFÉUS	8
UNIDADE HOSPITALAR DE REFERÊNCIA	8
HOTÉIS	8



# TAÇA DE PORTUGAL

## BMX RACE 2023

1 ABRIL | RONDA 1  
2 ABRIL | RONDA 2

PISTA MUNICIPAL DE BMX  
COIMBRA | CAMPOS DO BOLÃO

### APRESENTAÇÃO

A Casa do Povo da Abrunheira, em colaboração com o Município de Coimbra, e Federação Portuguesa de Ciclismo, têm o prazer de acolher a 3ª e 4ª rondas da Taça de Portugal de BMX Race, nos próximos dias 1 e 2 de abril, na pista municipal de BMX de Coimbra.

Neste momento de festa, é justo agradecer à Câmara Municipal de Coimbra pela aposta na pista de BMX, e por voltar a acolher pelo terceiro ano consecutivo uma competição importante do calendário nacional, depois dos Campeonatos Nacionais em 2021, e final da Taça de Portugal em 2022.

Agradecer também à Federação Portuguesa de Ciclismo, aos nossos patrocinadores, e todos os voluntários pelo apoio incondicional na organização deste evento.

É também a melhor ocasião para convidar a população de Coimbra para vir assistir ao espetáculo inesquecível de uma competição de BMX, condição importante para motivar os mais novos a experimentarem esta disciplina divertida do ciclismo.

Em nome da organização dou as boas-vindas a todos os participantes, fazendo votos para que desfrutem da nossa região e alcancem o maior sucesso desportivo.

Pedro Pinto

Diretor Desportivo – Casa do Povo de Abrunheira

TAÇA DE  
PORTUGAL

BMX  
RACE  
RONDAS 3 E 4



1 ABRIL | RONDA 1  
2 ABRIL | RONDA 2

SÁBADO - 16H30 | DOMINGO - 10H30



PISTA MUNICIPAL DE BMX  
COIMBRA | CAMPOS DO BOLÃO

ENTRADA LIVRE



Casa do Povo  
Abrunheira



Vitalis

SHIMANO

Zarró Constrói  
Sociedade de Construção, Lda

HOSPITAL DA LUZ  
COIMBRA

floema'





# TAÇA DE PORTUGAL

## BMX RACE 2023

1 ABRIL | RONDA 1  
2 ABRIL | RONDA 2

PISTA MUNICIPAL DE BMX  
COIMBRA | CAMPOS DO BOLÃO

### ORGANIZAÇÃO



Telm.: (+351) 213 802 140  
Email: [bmxevents@fpciclismo.pt](mailto:bmxevents@fpciclismo.pt)  
Site: [www.fpciclismo.pt](http://www.fpciclismo.pt)



Pedro Pinto (Diretor desportivo)  
Tel.: (+351) 913183587  
Email: [cpabrunheiradh@hotmail.com](mailto:cpabrunheiradh@hotmail.com)



### PARCEIROS INSTITUCIONAIS



INSTITUTO PORTUGUÊS DO  
DESPORTO E JUVENTUDE, I.P.



### APOIOS





## INSCRIÇÕES

A Taça de Portugal de BMX é um troféu oficial da Federação Portuguesa de Ciclismo. Os corredores com licenças de federações de ciclismo estrangeiras (exceto da RFEC) devem apresentar uma autorização da sua federação para poder participar nestas provas, em como estão cobertos por um seguro desportivo de acidentes pessoais, de acordo com os regulamentos UCI.

As inscrições dos corredores devem ser efetuadas diretamente através do sistema de inscrições online disponibilizado no site da UVP/FPC [www.fpciclismo.pt](http://www.fpciclismo.pt)

**Data limite: quarta-feira, 29 março (23:59)**

As inscrições efetuadas fora de prazo regulamentar têm uma taxa extra de 10€ e só podem ser realizadas no site da UVP/FPC, até às 17:59 de sexta-feira anterior à realização da prova.

**Não serão aceites inscrições no secretariado da prova.**

## CONFIRMAÇÃO DAS INSCRIÇÕES:

A confirmação de inscrições, verificação de licenças, autorizações por parte do Colégio de Comissários, e levantamento de placas de guiador, decorre no dia de prova, até 2h00 antes do início da competição. A confirmação deverá ser realizada pelo treinador da equipa, que fará a confirmação de todos os elementos da equipa em simultâneo.

## CATEGORIAS E TAXA DE INSCRIÇÕES

Categorias	Idades	Tipo de Bicicleta
<b>Masculinos</b>		
Pupilo	5/6 anos	Standard 20"
Benjamim	7/8 anos	Standard 20"
Iniciado	9/10 anos	Standard 20"
Infantil	11/12 anos	Standard 20"
Juvenil	13/14 anos	Standard 20"
Cadete	15/16 anos	Standard 20"
Homens +17	+ 17 anos	Standard 20"
Superclass	+ 17 anos	Standard 20"
Cruiser 30-39	30/39 anos	Cruiser 24"
Cruiser +40	+40 anos	Cruiser 24"
<b>Femininas</b>		
Femininas Sub9	5/8 anos	Standard 20"
Femininas Sub13	9/12 anos	Standard 20"
Femininas Sub15	13/14 anos	Standard 20"
Femininas Sub19/23	15/22 anos	Standard 20"
Femininas +23	+23 anos	Standard 20" & Cruiser 24"



As taxas de inscrição são as seguintes:

Categoria	Licença UVP/FPC	Licença Estrangeira
Categorias de Escolas até 14 anos de idade	5€ (por prova)	10€ (por prova)
Femininas (todas)	5€ (por prova)	10€ (por prova)
Cadetes	10€ (por prova)	10€ (por prova)
Superclass	10€ (por prova)	10€ (por prova)
Homens +17	10€ (por prova)	10€ (por prova)
Cruiser (todas)	10€ (por prova)	10€ (por prova)

As inscrições deverão ser pagas até 24h após o encerramento das inscrições no site da UVP/FPC, obrigatoriamente.

## REUNIÃO DE DIRETORES DESPORTIVOS

Reunião de prova com os Diretores Desportivos será realizada no local da prova, junto à zona de secretariado, sábado, 1 de abril, pelas 16:15

## AREA DE EQUIPAS

As equipas devem fazer um pedido de reservar do espaço pretendido na área de equipas indicando os m2 de área para colocar tendas 3mx3m. Data limite: 4ª feira, 29 março.

Enviar os pedidos de reserva para [bmxevents@fpciclismo.pt](mailto:bmxevents@fpciclismo.pt)

A organização irá designar os espaços para cada equipa.

## PLACAS DE NÚMERO

Na primeira prova da TP BMX foram atribuídas as placas de guiador e placas de quadro da UVP/FPC a todos corredores das categorias de escolas (até 14 anos de idade). Estas placas serão mantidas para todas as provas nacionais e regionais.

Os corredores das categorias acima dos 15 anos de idade (Cadete, Homens +17, Femininas Sub19/23, Femininas +23, Cruiser, e Superclass), serão responsáveis por apresentar na sua bicicleta uma placa de guiador e placa de quadro, respeitando a combinação de cores de fundo e numeração indicada no ponto 4.5. do regulamento nacional – provas de BMX.

Os corredores devem usar o número atribuído na Lista de Corredores e Números de placa da TP BMX 2023. Os corredores inscritos pela primeira vez, ou que mudem de categoria, serão atribuídos números por ordem de inscrição.

O uso da placa de guiador e placa de quadro é obrigatório durante os treinos e competição. Os corredores que apresentem os números e placas não conforme serão recusados na zona de partida. Caso se verifique já no decorrer da prova será relegado.



### PROGRAMA

- BLOCO 1** Pupilo, Benjamim, Iniciado, Infantil, Fem. 5/8, Fem. 9/12 (-12 anos)  
**BLOCO 2** Juvenil, Cadete, Fem (Sub15, Sub19/23,+23), Cruiser, H +17, Superclass

#### Sábado 11 março

- 13:30 – 14:30** Funcionamento do Secretariado: Confirmação de inscrições  
**14:30 – 15:20** Treinos » **Bloco 1** (50 minutos - últimos 20' com grelha)  
**15:25 – 16:15** Treinos » **Bloco 2** (50 minutos - últimos 20' com grelha)  
**16:30** **Início da Competição:** Mangas Qualificativas » Eliminatórias » Finais

#### Domingo 12 março

- 08:30 – 09:30** Funcionamento do Secretariado  
**09:30 – 09:50** Aquecimento com grelha » **Bloco 1** (20 minutos)  
**09:55 – 10:15** Aquecimento com grelha » **Bloco 2** (20 minutos)  
**10:30** **Início da Competição:** Mangas Qualificativas » Eliminatórias » Finais  
**Cerimónia de entrega de prémios**

Os horários estão sujeitos a alterações em qualquer altura.

Os corredores são responsáveis, e devem fazer o melhor uso do horário dos treinos, para assegurar que completaram no mínimo 4 voltas na pista durante os treinos.

Os corredores são responsáveis por ouvir a chamada para a próxima fase da corrida.

A pista estará encerrada para além dos horários estabelecidos para treinos e corridas.

É autorizado ao staff das equipas o apoio assistido na roda traseira na grelha de partida nas categorias de Pupilos e Femininas Sub9, exclusivamente.

É obrigatório haver um momento de silêncio para que se possa dar início à candência de partida em cada manga de corrida.

### PROTEÇÕES OBRIGATÓRIAS

- Pedais automáticos (SPD) são autorizados nas categorias +13 anos (Juvenis);
- Capacete integral de BMX/DH equipado com pala;
- Camisola de mangas compridas, cobrindo os braços até ao punho do corredor. A camisola deve ter o cós ajustado à cintura ou estar presa dentro das calças;
- Calças compridas de material resistente a rasgões. Devem cobrir a totalidade das pernas até ao sapato ou tornozelo. O uso de calções de material resistente a rasgões é permitido desde que usado com joelheiras e caneleiras que cubram totalmente as tíbias, até ao tornozelo (proteções que apenas protejam os joelhos ou os joelhos e a parte superior das tíbias não serão permitidas);
- Luvras integrais que protejam os dedos;
- Meias a cobrir/proteger os tornozelos;
- O uso de Micro-câmaras de filmar montadas nos capacetes, bicicletas ou qualquer parte do corpo dos corredores não é permitido em competição.



# TAÇA DE PORTUGAL

# BMX RACE

## 2023

1 ABRIL | RONDA 1  
2 ABRIL | RONDA 2

PISTA MUNICIPAL DE BMX  
COIMBRA | CAMPOS DO BOLÃO

## LOCALIZAÇÃO DA PISTA



A pista de Coimbra foi desenvolvida em colaboração com a FPC, de modo a garantir as condições adequadas à realização de provas oficiais. Tem uma rampa de partida de 5 metros de altura, equipada com uma grelha de partida “Prostart” 100% elétrica. Apresenta um traçado moderno com 350 metros de comprimento, três curvas revestidas em asfalto, e saltos desafiantes para os diferentes níveis de praticantes.

**Localização:** O evento vai decorrer na pista municipal de BMX de Coimbra, situada nos Campos do Bolão, próximo da estação de comboios de Coimbra B.

### Vindo de Carro

- A1 (Porto-Lisboa), saída 13 para convergir com IP3, siga pela saída 8 para convergir com A31/IC2 em direção a Coimbra, siga pela saída em direção a Eiras/Pedrulha, siga em direção da estação de comboios de Coimbra B.
- A1 (Lisboa-Porto), saída 12 para N 314 (Coimbra Sul/Taveiro/Alfarelos), na rotunda, siga pela 2.ª saída para A31/IC2 em direção a IP3 (Coimbra Norte/Porto/Viseu), siga pela saída em direção a Monte Formoso, siga em direção da estação de comboios de Coimbra B.



# TAÇA DE PORTUGAL

## BMX RACE

2023

1 ABRIL | RONDA 1  
2 ABRIL | RONDA 2

PISTA MUNICIPAL DE BMX  
COIMBRA | CAMPOS DO BOLÃO

### PRÉMIOS E TROFÉUS

- **Prémios atribuídos por prova:**
  - a) Classificação Individual: Troféus ou medalhas do 1º ao 8º classificado para as categorias Pupilo, Benjamim, Iniciado, Infantil, Juvenil, Fem Sub9, Sub13, Sub15;
  - b) Classificação Individual: Troféus ou medalhas do 1º ao 3º para as restantes categorias;
  - c) Classificação Coletiva: Taças ou troféus para as três primeiras equipas classificadas.
- **Prémios monetários por prova:**

Classificação	Superclass	Fem. Sub 19/23
1º	120 €	75 €
2º	70 €	50 €
3º	40 €	30 €
4º	30 €	25 €
5º	20 €	20 €
Totais	280 €	200 €

Nota: os prémios monetários atribuídos aos atletas serão pagos por transferência bancária após o envio de um recibo para a UVP-FPC. Os prémios podem ser reclamados até 60 dias após a realização da prova. Os prémios monetários terão uma redução de 50% sempre que o número total de participantes seja inferior a 5 atletas.

### UNIDADE HOSPITALAR DE REFERÊNCIA

Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra  
Quinta dos Vales, São Martinho do Bispo 108, 3041-801 Coimbra

### HOTÉIS

Para qualquer reserva de hotéis na região de Coimbra: [www.booking.com](http://www.booking.com)