

3^a



Volta a Portugal Feminina Cofidis

13 A 17 SETEMBRO 2023

13 PRÓLOGO LISBOA

14 1ª ETAPA LOURES VILA FRANCA DE XIRA

15 2ª ETAPA TORRES VEDRAS CALDAS DA RAINHA

16 3ª ETAPA AVEIRO ÁGUEDA

17 4ª ETAPA MURTOSA GONDOMAR



Organização



Patrocinadores Camisolas



Parceiros Institucionais



Patrocinadores



Parceiros Media

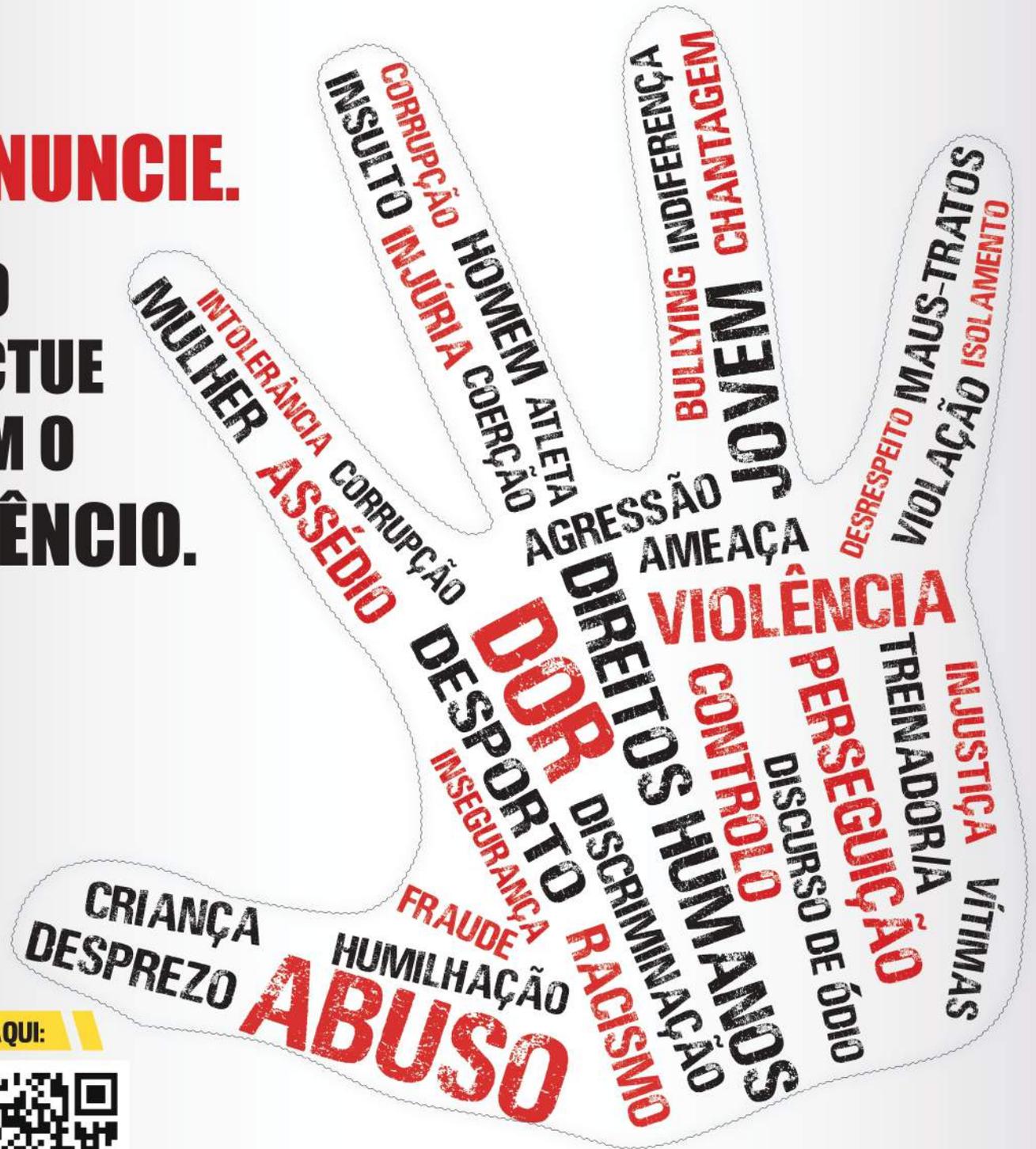


PORTAL DE DENÚNCIAS

LINHAS DE APOIO E ENCAMINHAMENTO DE SITUAÇÕES DE VIOLÊNCIA

DENUNCIE.

**NÃO
PACTUE
COM O
SILÊNCIO.**



ACEDA AQUI:





JOÃO PAULO CORREIA

**> Secretário de Estado da
Juventude e do Desporto**

Muito me apraz ver o regresso da Volta a Portugal Feminina, na sua 3.ª Edição, não só porque abre as portas do nosso país ao mundo, mas sobretudo por poder olhar o Desporto, em particular o Ciclismo, como um pilar para uma sociedade inclusiva, que promove a participação de todas as pessoas, hasteia a bandeira da igualdade de género e inspira as futuras gerações de jovens desportistas a seguirem os seus sonhos.

Uma prova em crescimento, já com reconhecida importância no calendário do desporto nacional e que enriquecerá as localidades por onde passará ao longo das cinco etapas, sendo uma oportunidade para projetar a beleza peculiar de cada território. Trará, inquestionavelmente, um enorme prestígio para o país.

Deixo expresso o meu agradecimento à Federação Portuguesa de Ciclismo, aos Municípios envolvidos, aos patrocinadores e a todas as pessoas empenhadas na organização e no sucesso desta 3.ª Edição da Volta a Portugal Feminina.

Desejo que seja uma edição memorável para o público, para as equipas participantes e sobretudo para as ciclistas que prestigiarão e dignificarão a modalidade.



Patrocinador Principal
e Patrocinador da Camisola Amarela





A terceira edição da Volta a Portugal Feminina Cofidis marca o crescimento deste projeto que visa desenvolver e promover o desporto feminino. Pela primeira vez, a corrida terá cinco dias e não quatro, beneficiará de uma cobertura mediática acrescida e, estou em crer, irá criar uma maior onda de entusiasmo entre os adeptos da modalidade.

A Volta a Portugal Feminina é um projeto jovem, símbolo do novo ciclismo, mas tem uma forte ligação à história e à identidade da modalidade. Desde logo, na abrangência territorial, unindo as duas principais áreas metropolitanas do país. Será uma viagem pelo território que é também um mergulho na história da modalidade, com passagem pelo Museu Joaquim Agostinho e pelo Museu do Ciclismo, mas também com partidas e chegadas na principal região produtora de bicicletas na Europa.

Desportivamente, a Volta a Portugal Feminina tem contribuído para uma melhor estruturação das equipas portuguesas, algo que, em 2023, ficará evidente, até porque se espera que a concorrência vinda de fora seja a mais forte de sempre, favorecendo o espectáculo desportivo.

É justo realçar o entusiasmo e o compromisso de todas as autarquias envolvidas no projeto, mas também dos principais patrocinadores. As quatro camisolas serão patrocinadas por marcas e instituições de referência na sociedade portuguesa e no apoio ao desporto. É um orgulho para a Federação Portuguesa de Ciclismo contar com o patrocínio da Cofidis, dos Jogos Santa Casa, da Médis e do IPDJ.

Os ingredientes estão reunidos para um grande evento, resta-me fazer votos para que as equipas e as corredoras consigam atingir os objetivos a que se propõem, mas que, sobretudo, lutem por essas metas cumprindo os princípios do desportivismo.

DELMINO PEREIRA

**> Presidente da
Federação Portuguesa de
Ciclismo**

No pelotão da frente pela igualdade. Segurem-se.



médias

Faz bem à saúde.

Médias, orgulhosa
patrocinadora da
camisola da Juventude
e da Volta a Portugal
Feminina.

PUB. Médias - Companhia Portuguesa de Seguros de Saúde, S.A., sede: Praça Príncipe Perfeito, 2, 1990-278 Lisboa. Matrícula / Pessoa Coletiva 503 496 944. CRC Lisboa. Capital Social: 12.000.000 Euros. Registo ASF 1131, www.asf.com.pt

3^a

VOLTA
A PORTUGAL
FEMININA



ORGANIZAÇÃO E CARGOS OFICIAIS

Presidente UVP-FPC

Delmino Pereira

Diretora UVP-FPC

Cristina Azevedo

Diretor da Organização

Sérgio Sousa

Tlm + 351 914476701

e-mail: sergio.sousa@fpciclismo.pt

Protocolo

Cristina Azevedo

Mariana Ribeiro

Duarte Lucas

Recursos Humanos

José Diogo Calado

Tlm + 351 968793338

Secretariado

Ana Paula Almeida, Isabel Fernandes, Maria Silva

Gabinete de Comunicação e Imprensa

José Carlos Gomes

Tlm: +351 961935987

e-mail: jose.gomes@fpciclismo.pt

Equipas e Alojamentos

Isabel Fernandes

Fotógrafo Oficial

João Fonseca

Tlm +351 962918494

Reportagem Video - PGM

Carlos Raleiras

Cronometragem FPC

Toni Carmo, Jorge Figueiredo,

Bernardo Carmo

Speaker

Luís Santos

Médica

Joana Ramalho

Enfermeiro

Jorge Moreira

Hospitais

Hospital de São José - Centro

Hospitalar de Lisboa Central,

Lisboa

Telf: + 351 218 841 000

Hospital Beatriz Ângelo, Loures

Telf: +351 219847240

Hospital de Vila Franca de Xira

Estrada Carlos Lima Costa, 2

Telf: +351 263006500

Centro Hospitalar de Torres Vedras

Rua Dr. Ricardo Belo

Telf: +351 261008000

Centro Hospitalar Oeste, Caldas da Rainha

Rua Diário de Notícias

Telf: 262 830 300

Centro Hospitalar do Baixo Vouga, Aveiro

Avª. Artur Navarra, 35

Telf:234378300

Hospital de São João, Porto

Alameda Prof. Hernâni Monteiro

Telf: 225 025 766

Ambulâncias

B.V. Beato

Telf: 218681095

B.V. de Loures

Telf: 219839999

B. V. V.F. Xira

Telf: 263280650

B. V. Torres Vedras

Telf: 261911561

B.V. Caldas da Rainha

Telf:262840550

B.V. Águeda

Telf: 234610100

B.V. Murtosa

Telf: 234865666

B.V. Anadia

Telf: 231512122

Colégio de Comissários

Presidente Colégio de Comissários - Rita Teixeira

Comissário 2 - Mafalda Romão

Comissário 3 - Joana Ferreira

Comissário Mota 1 - Sofia Bartolomeu

Comissário Mota 2 - Mariana

Campos

Juiz de Chegada - Ana Pereira

Juiz de Chegada - João Pereira

Cronometrista - Domingos Carreira

Juiz Adjunto - António Rodrigues

Apoio Neutro - Shimano

Fernando Pinto, Domingos Parente

António Castro, Joaquim Carvalho

Comunicações - ComRace

e-mail: jpcomrace@sapo.pt

Moto Informação

Tiago Guedes

Carro Vassoura

Ricardo Carvalho

Ardósia

Andreia Alves

Apoio à Organização

Rui Bernardo, Arnaldo Almeida

Vitor Paulo, Rogério Jerónimo

Rui Rocha, Vitor Moreira, Nelson

Cordeiro, Bruno Silva

Motards

Francisco Soares, Manuel

Guimarães, Arlindo Lourenço, João

Barbosa, Joel Tiago, Sérgio Silva

Paulo Afonso, Paulo Ribeiro

Ricardo Pereira

Marcação do Percurso

Pedro Silva, Ricardo Silva

João Lores

Ficha Técnica



Edição: José Carlos Gomes e Vasco Moreira

Grafismo e Paginação:

Sara Galveias

Infografia: Sérgio Braga

Impressão: Noc Noc



Planthiza.

by VVL

A tornar o mundo mais verde,
uma casa de cada vez.

ABERTOS:

Segunda a Domingo

09:00h às 19:00h



Estr. da Granja do Marquês 310-D,
2725-118 Mem Martins



www.planthiza.com



apoio@planthiza.com



(+351) 219 228 250 (Chamada para
a rede fixa nacional)



Lisboa volta mais uma vez à linha da frente, desta vez no desporto. Voltamos a acolher a partida da Volta a Portugal Feminina em Bicicleta. Acolhemos com orgulho e alegria, como grande capital do desporto que somos.

Estou certo de que este orgulho e alegria são partilhados por todos os lisboetas. Ter na nossa Lisboa a passagem da "serpente colorida" é uma honra e uma oportunidade de saudar, bem de perto, esta caravana das heroínas que são as nossas atletas.

Lisboa associa-se, assim, a este acontecimento marcante do nosso imaginário desportivo que percorre as estradas do país desde 1927 no masculino, e que desde 2021 abriu os corredores à passagem de corajosas mulheres que desafiam a gravidade e serpenteiam as curvas do asfalto a grande velocidade ao longo dos mais de 380Km da prova.

É com estes exemplos que Lisboa vai continuar na vanguarda dos grandes eventos e na promoção dos valores do desporto, sempre em articulação com as forças vivas da sociedade: com as federações e associações desportivas que desempenham um imprescindível papel social, cultural e desportivo.

O Prólogo (contrarrelógio individual) que rolará no Parque Florestal de Monsanto, a 13 de setembro, assinala o arranque da 3ª edição da prova que agora tem igualmente a possibilidade de ser rainha no feminino e consagrar o ciclismo como uma das mais populares modalidades desportivas do país.

Quero felicitar a Federação Portuguesa de Ciclismo pelo percurso escolhido e desejar a todas as 17 equipas e às 120 atletas participantes, nacionais e estrangeiras, o maior sucesso. Que a partida de Monsanto seja para todas o início de quatro etapas de sonho, de um sonho que começa em Lisboa.

Para nós, lisboetas, a vitória está já em ter nas nossas ruas o extraordinário ambiente da "Volta"!

CARLOS MOEDAS

**> Presidente da Câmara
Municipal de Lisboa**

PRÓLOGO

13 - 09 - 2023

LISBOA | 5,3KM

Lisboa, Av. Universidade Técnica (GPS: 38°42'50.0"N 9°11'52.5"W)

Abertura Reconhecimento Percurso: 11h30 | Partida 1ª Atleta: 14h00 | Partida última Atleta: 16h00 (provisório)

PERCORRIDOS KM	A PERCORRER KM	PERCURSO	HORÁRIOS DE PASSAGEM		
			38 KM/H	40 KM/H	42 KM/H
0,0	5,3	Partida - Av. Universidade Técnica	16:00	16:00	16:00
0,1	5,2	Rotunda à direita - Estrada do Penedo	16:00	16:00	16:00
0,7	4,6	Rotunda à direita - Alameda Keil de Amaral	16:01	16:01	16:01
1,9	3,4	Pela esquerda - Estrada do Alvito	16:03	16:02	16:02
2,5	2,8	Rotunda à esquerda - Estrada do Penedo	16:03	16:03	16:03
3,5	1,8	Rotunda em frente - Estrada do Penedo (pela direita)	16:05	16:05	16:05

PERCORRIDOS KM	A PERCORRER KM	PERCURSO	HORÁRIOS DE PASSAGEM		
			38 KM/H	40 KM/H	42 KM/H
4,0	1,3	Rotunda à direita - Estrada dos Marcos	16:06	16:06	16:05
4,2	1,1	Rotunda à esquerda - Estrada dos Marcos	16:06	16:06	16:06
4,5	0,8	Pela esquerda - Estrada dos Marcos	16:07	16:06	16:06
4,6	0,7	Rotunda à direita - Av. Universidade Técnica	16:07	16:06	16:06
5,0	0,3	Rotunda - Inversão de sentido - Av. Universidade Técnica	16:07	16:07	16:07
5,3	0,0	Meta Final - Av. Universidade Técnica	16:08	16:07	16:07

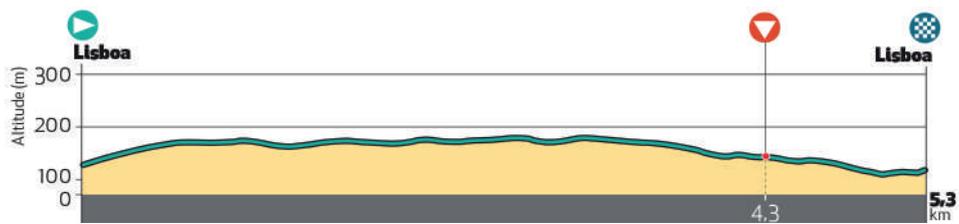
Vitalis
ÁGUA MINERAL NATURAL

PRÓLOGO

> MAPA DA ETAPA



> PERFIL DA ETAPA





RICARDO LEÃO

**> Presidente da Câmara
Municipal de Loures**

A Volta a Portugal Feminina está novamente de visita a Loures, este ano na partida da primeira etapa em linha. Para o nosso concelho, é uma honra e uma satisfação sermos parceiros desta enorme prova desportiva que há três anos deu as primeiras pedaladas. Hoje é já uma certeza no panorama desportivo nacional, em especial no desporto feminino.

A importância desta competição é evidente, patenteando o contributo do desporto à prossecução da igualdade de género na nossa sociedade e ao crescimento da prática desportiva feminina. A Volta a Portugal Feminina constitui uma motivação para as ciclistas acreditarem e trabalharem nos seus objetivos, numa das modalidades mais acarinhadas no país.

Receber um evento com a elevada importância social e de referência no calendário nacional do ciclismo, integra a estratégia municipal em criar um território atrativo, inclusivo e impulsionador do desporto, aliando outros fatores como a mobilidade suave, princípios essenciais à melhoria da qualidade de vida, saúde e bem-estar de todas e de todos os que aqui vivem, trabalham ou nos visitam.

O concelho de Loures, mais precisamente na sua freguesia de Lousa, tem ainda uma forte ligação ao ciclismo tendo créditos firmados nesta modalidade, nomeadamente através do Grupo Desportivo de Lousa que ao longo dos anos do seu prestigiado historial, tem sido formador de atletas que levaram longe o nome da instituição e tendo conquistado importantes títulos no ciclismo.

Nesta terceira edição da Volta a Portugal Feminina, a zona Oriental de Loures será o palco da partida da primeira etapa. Percorrendo 32 quilómetros no Concelho, atravessando o mesmo até à zona Norte, o percurso criará um excelente postal de visita do nosso território, mostrando o equilíbrio entre o urbano e o rural, e a enorme polivalência do mesmo.

Quero, por isso, deixar o meu agradecimento a toda a organização e que seja uma edição memorável e de enorme sucesso.

A todas as atletas e equipas participantes, os votos de maiores felicidades.



C Â M A R A
M U N I C I P A L



FERNANDO PAULO FERREIRA

**> Presidente da Câmara
Municipal de Vila Franca
de Xira**

Mais uma vez, o Concelho de Vila Franca de Xira recebe a Volta a Portugal Feminina em Bicicleta. Este ano acolhemos a chegada da 1.ª etapa em linha.

A importância desta competição é clara e inequívoca no contributo que faz à conquista da igualdade de género na nossa sociedade, afirmando a pretensão do ciclismo feminino há muito ambicionada. Para além disso, constitui uma motivação para as mais jovens atletas da modalidade a acreditarem nos seus sonhos e a lutarem pelos seus objetivos.

O nosso Concelho tem uma forte ligação ao Ciclismo, quer na vertente competitiva, quer na vertente de lazer. Continuamos a melhorar e multiplicar trilhos, caminhos ribeirinhos e ciclovias, dotando-os das melhores condições para o desenvolvimento da prática, treino e competição em duas rodas.

A promoção da mobilidade sustentável, saúde e bem-estar de Todas e Todos aqueles que aqui vivem, trabalham ou nos visitam, também passa por acolher de forma ativa a 3.ª Volta a Portugal Feminina Cofidis, mais uma vez exemplarmente organizada pela Federação Portuguesa de Ciclismo, a quem endereçamos um especial agradecimento.

Acolher eventos desta importância no calendário nacional e internacional do Desporto – saudando desde já as equipas estrangeiras que se juntam às ciclistas nacionais – integra a nossa estratégia municipal, promovendo aquém e além-fronteiras o nosso património cultural, natural e turístico, apresentado ao País e ao Mundo a marca VILA FRANCA DE XIRA.

No dia 14 de setembro, fica então o convite para virem receber as atletas na meta da 1ª etapa em linha, na Praça Afonso de Albuquerque (Largo da Câmara), aplaudindo na reta final o esforço destas ciclistas e incentivando-as para os quilómetros nos dias de competição que se seguem.

Vila Franca de Xira saúda todas as atletas e equipas técnicas, desejando-vos os maiores sucessos desportivos.

Vamos a isso!

1.ª ETAPA

14 - 09 - 2023

PORTELA, LOURES
» VILA FRANCA DE XIRA | 85KM

Partida Simbólica: Piscinas Municipais da Portela, Loures (GPS: 38°47'01.2"N 9°06'36.8"W) - 09h30

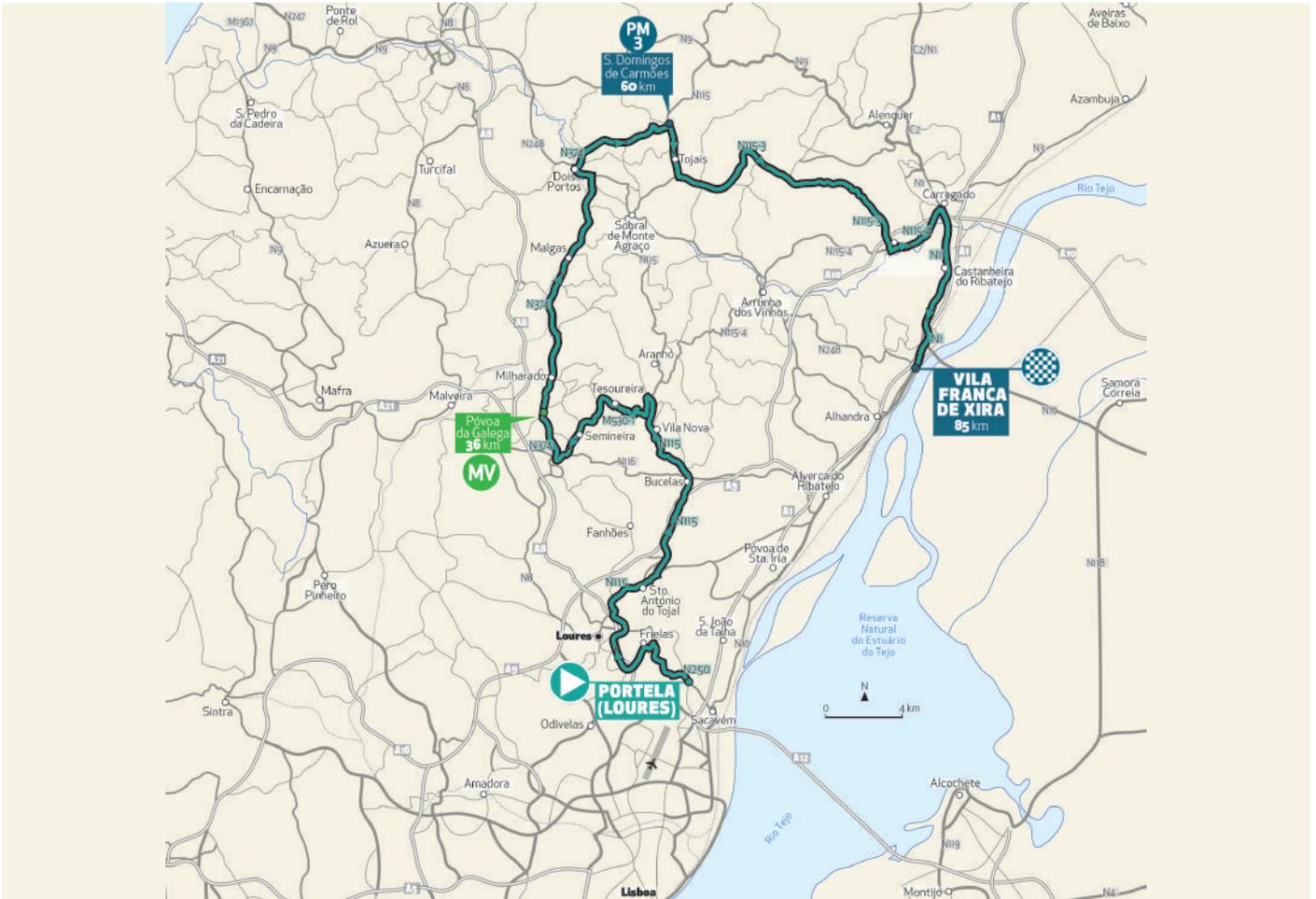
Chegada: Vila Franca de Xira - Rua Alves Redol (GPS: 38°57'13.5"N 8°59'21.7"W)

PERCORRIDOS KM	A PERCORRER KM	PERCURSO	HORÁRIOS DE PASSAGEM		
			34 KM/H	36 KM/H	38 KM/H
4,1		Av. Da República - Piscinas Municipais da Portela	12:30	12:30	12:30
		Rua Mouzinho de Albuquerque			
		Rua Maria Umbelina - EN 10			
		Rua Estádio da Índia			
		Rua Miguel Bombarda - EN 250			
0,0	85,0	Partida Real - EN250 - Rua José Henriques Alves	12:45	12:45	12:45
3,0	82,0	Descida	12:50	12:50	12:49
4,3	80,7	Frielas	12:52	12:52	12:51
5,3	79,7	Rotunda em frente - Rua 28 de Setembro	12:54	12:53	12:53
5,5	79,5	Rotunda em Frente - p/ Loures (separadores pela direita)	12:54	12:54	12:53
5,8	79,2	Rotunda em Frente - p/ Loures (separadores pela direita)	12:55	12:54	12:54
6,1	78,9	Pela Viaduto do Almirante	12:55	12:55	12:54
6,3	78,7	Rotunda á direita - p/ Loures	12:56	12:55	12:54
6,6	78,4	Rotunda á esquerda p/ Loures	12:56	12:56	12:55
7,0	78,0	Rotunda á direita	12:57	12:56	12:56
7,6	77,4	Rotunda em frente p/ Infantando - Av. Nicolau Breyner	12:58	12:57	12:56
7,8	77,2	Rotunda em frente p/ Infantando	12:58	12:57	12:57
8,0	77,0	Rotunda á direita	12:59	12:58	12:57
8,5	76,5	Rotunda em frente - Av. Das Descobertas	12:59	12:59	12:58
9,1	75,9	Rotunda em frente p/ Bucelas	13:01	13:00	12:59
9,7	75,3	Rotunda em Frente - Avenida das Descobertas	13:02	13:01	13:00
9,9	75,1	Rotunda em Frente - Avenida das Descobertas	13:02	13:01	13:00
10,1	74,9	Rotunda á direita p/ Bucelas - EN115	13:02	13:01	13:00
10,5	74,5	Rotunda á direita p/ Bucelas - EN115	13:03	13:02	13:01
10,7	74,3	São Roque	13:03	13:02	13:01
12,1	72,9	Rotunda á direita p/ S. António do Tojal	13:06	13:05	13:04
13,9	71,1	Rotunda em frente - EN115	13:09	13:08	13:06
17,0	68,0	Ponte (passagem estreita)	13:15	13:13	13:11
18,5	66,5	Bucelas	13:17	13:15	13:14
18,8	66,2	Na rotunda á esquerda p/ Sobral	13:18	13:16	13:14
19,1	65,9	Passagem estreita	13:18	13:16	13:15

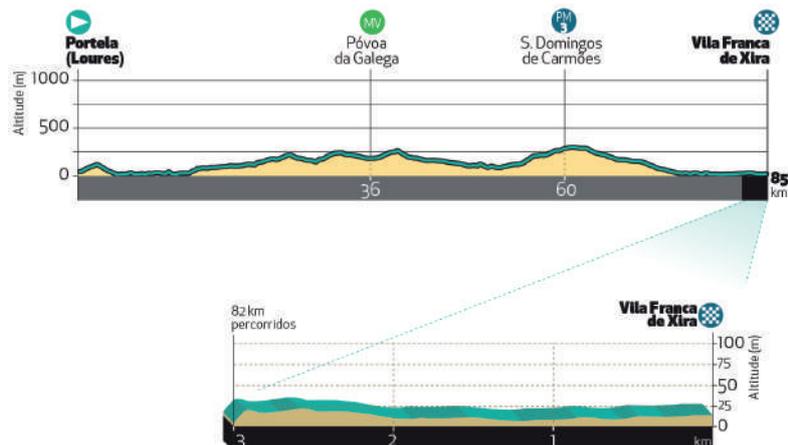
PERCORRIDOS KM	A PERCORRER KM	PERCURSO	HORÁRIOS DE PASSAGEM		
			34 KM/H	36 KM/H	38 KM/H
21,5	63,5	Vila Nova	13:22	13:20	13:18
24,1	60,9	Cruzamento esquerda para Estrada Municipal 530	13:27	13:25	13:23
27,0	58,0	Tesoureira	13:32	13:30	13:27
31,6	53,4	Semineira	13:40	13:37	13:34
32,4	52,6	Cruzamento à direita p/ Malveira	13:42	13:39	13:36
33,3	51,7	Cruzamento direita p/ Dois Portos - EN 374	13:43	13:40	13:37
36,0	49,0	MV - Póvoa da Galega	13:48	13:45	13:41
37,3	47,7	Milharado	13:50	13:47	13:43
38,0	47,0	Zona de Descarte	13:52	13:48	13:45
42,1	42,9	Rotunda em frente - EN 374	13:59	13:55	13:51
44,0	41,0	Malgas	14:02	13:58	13:54
49,2	35,8	Cruzamento à esquerda p/ Torres Vedras - EN 248	14:11	14:07	14:02
49,4	35,6	Dois Portos	14:12	14:07	14:03
50,1	34,9	Cruzamento à direita - EN374	14:13	14:08	14:04
60,0	25,0	PM 3ª Cat. - S. Domingos de Carmões	14:30	14:25	14:19
60,0	25,0	Cruzamento à direita p/ Sobral - EN115	14:30	14:25	14:19
57,4	27,6	Tojais	14:26	14:20	14:15
58,6	26,4	Cruzamento esquerda p/ Cadafais - EN 115-3	14:28	14:22	14:17
65,4	19,6	Cruzamento direita - EN 115-3	14:40	14:33	14:28
65,6	19,4	Cruzamento direita - EN 115-3	14:40	14:34	14:28
73,5	11,5	Cruzamento à esquerda p/ Carregado - EN 115-4	14:54	14:47	14:41
75,5	9,5	Zona de Descarte	14:58	14:50	14:44
76,9	8,1	Cruzamento à direita - EN 1	15:00	14:53	14:46
78,7	6,3	Rotunda em frente - EN 1	15:03	14:56	14:49
79,5	5,5	Castanheira do Ribatejo	15:05	14:57	14:50
80,8	4,2	Rotunda em frente - EN 1	15:07	14:59	14:52
82,3	2,7	Rotunda em frente - EN 1	15:10	15:02	14:54
82,5	2,5	Rotunda em frente - EN 1	15:10	15:02	14:55
83,2	1,8	Rotunda á direita - EN 1 - Separadores pela direita	15:11	15:03	14:56
83,7	1,3	Rotunda em Frente	15:12	15:04	14:57
84,0	1,0	Vila Franca de Xira	15:13	15:05	14:57
84,4	0,6	Rua Alves Redol - Lombas	15:13	15:05	14:58
85,0	0,0	Meta Final - Rua Alves Redol	15:14	15:06	14:59

1.ª ETAPA

> MAPA DA ETAPA

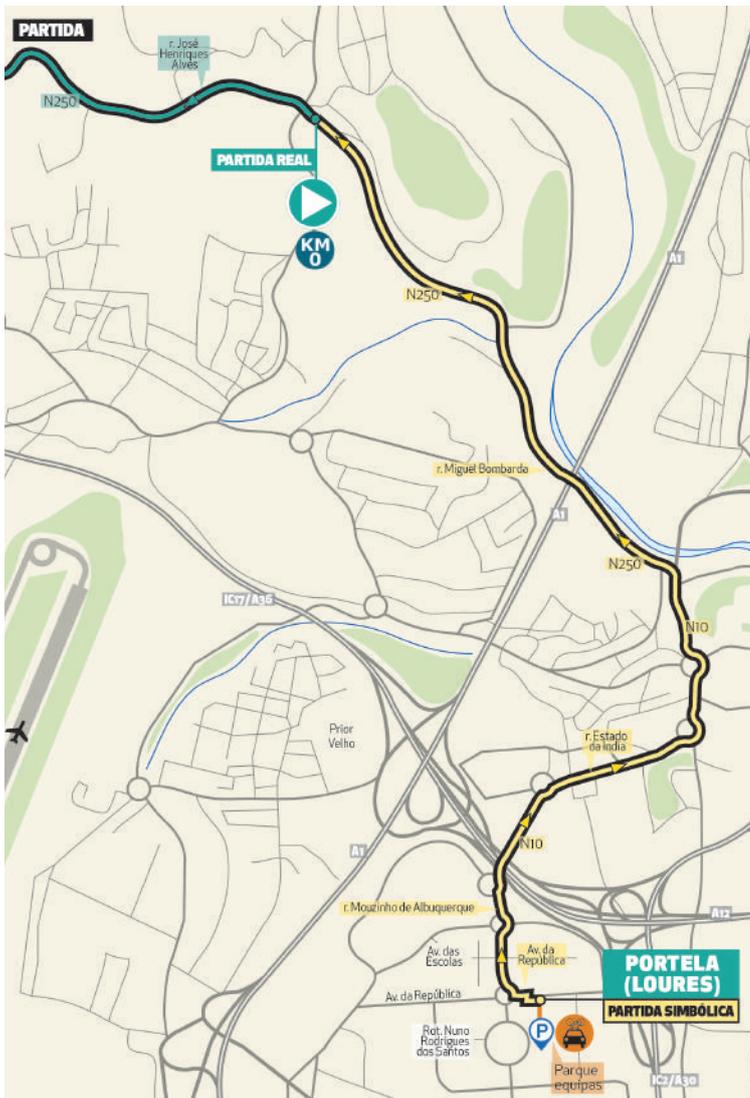


> PERFIL DA ETAPA

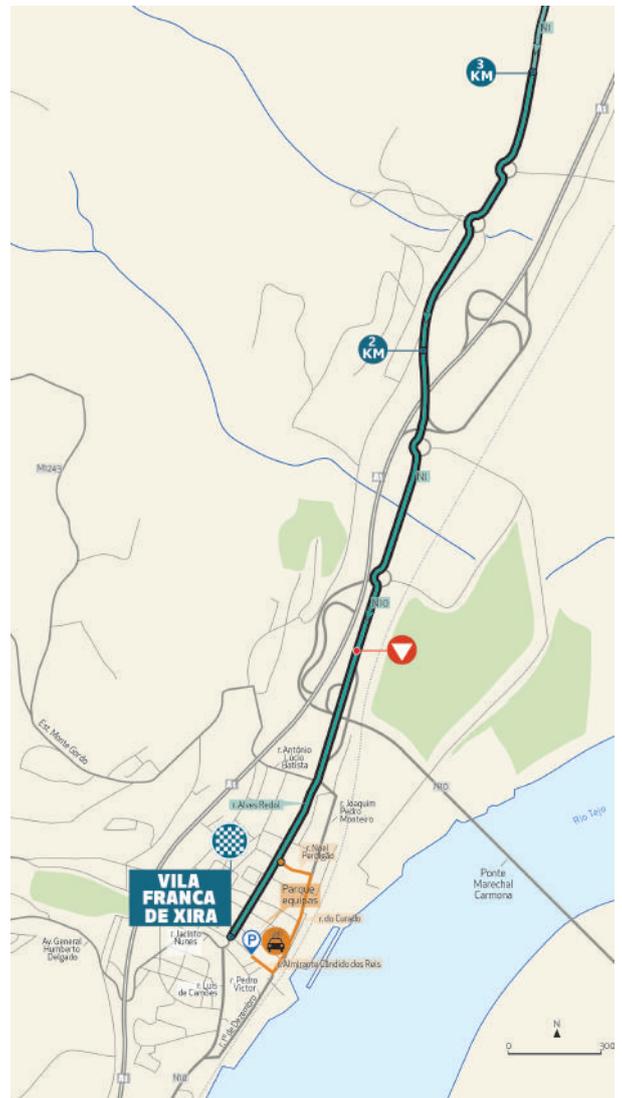


1.ª ETAPA

> PARTIDA DA ETAPA



> ÚLTIMOS QUILOMETROS



SHIMANO



Torres Vedras

Câmara Municipal



LAURA RODRIGUES

**> Presidente da Câmara
Municipal de Torres Vedras**

Torres Vedras é, orgulhosamente, a terra de Joaquim Agostinho. Neste concelho que viu nascer e crescer grandes vultos da modalidade, criámos o Museu do Ciclismo Joaquim Agostinho, um equipamento que honra a história da modalidade evocando também as conquistas do ciclismo feminino.

Vivemos tempos muito interessantes para o desporto feminino. As seleções nacionais de futebol são já seguidas com o entusiasmo que anteriormente se julgou estar reservado para os escalões masculinos, e as estafetas mistas de triatlo, por exemplo, têm colocado lado a lado homens e mulheres, evidenciando que "o lugar da mulher é onde ela quiser".

No ciclismo feminino tem havido também um crescimento de que esta terceira edição da Volta a Portugal Feminina é um bom exemplo.

Às atletas que passam por Torres Vedras faço votos para que alcancem todos os objetivos desportivos a que se propõem e para que levem daqui a vontade de regressar a um concelho feito de cidade, campo e mar.

**MUSEU DO CICLISMO
JOAQUIM AGOSTINHO
TORRES VEDRAS**





Para o Município de Caldas da Rainha é uma honra receber a "Volta a Portugal Feminina" e todas as jovens atletas que participam nesta competição.

A promoção da atividade física e do desporto para toda a população e o desenvolvimento do Desporto no concelho têm feito parte dos desígnios do Município. Consideramos a formação desportiva de elevada importância, não só para a formação dos nossos jovens enquanto atletas mas também enquanto pessoas, considerando os valores transmitidos pelo Desporto. Perseverança, determinação, educação e solidariedade em relação ao próximo são os valores que vemos refletidos nas atividades desportivas.

O desporto ciclável e atividade física em modos de locomoção sustentável têm sido uma forte aposta do Município das Caldas da Rainha. Prova disso é o projeto desenvolvido em parceria com a Escola Superior de Desporto de Rio Maior, em fase de implementação, que inclui centenas de quilómetros com pequenas rotas de percursos pedestres, caminhos de BTT e de Trail. O projeto dá continuidade ao investimento realizado nas diversas ciclovias existentes no concelho, com intuito de desenvolver programas com uso da bicicleta e do skate, como por exemplo o 'Programa Caldas on Wheels', a promover nas escolas de 1.º ciclo.

A igualdade de género é um tema que o Município das Caldas da Rainha tem destacado, com importância na prática desportiva e na comunidade. Neste âmbito, foi criado um ciclo de conferências que pretende sensibilizar a população, nomeadamente o movimento associativo desportivo e as escolas para a temática.

Também no mesmo contexto, o novo Regulamento de Apoios ao Associativismo Desportivo referencia as primeiras medidas de apoio ao desenvolvimento desportivo feminino para tomada de consciência de todos sobre o acesso das mulheres ao desporto em igualdade de condições.

Damos as boas-vindas a todas as atletas e desejamos um ótimo evento, deixando as portas abertas para uma próxima visita a Caldas da Rainha!

VÍTOR CALISTO MARQUES

**> Presidente da Câmara
Municipal de Caldas da Rainha**



2.ª ETAPA

15 - 09 - 2023

TORRES VEDRAS
» CALDAS DA RAINHA

100,4KM

Concentração: Museu Joaquim Agostinho Bairro Arenas, Torres Vedras (GPS:39°05'51.9"N 9°15'07.2"W)

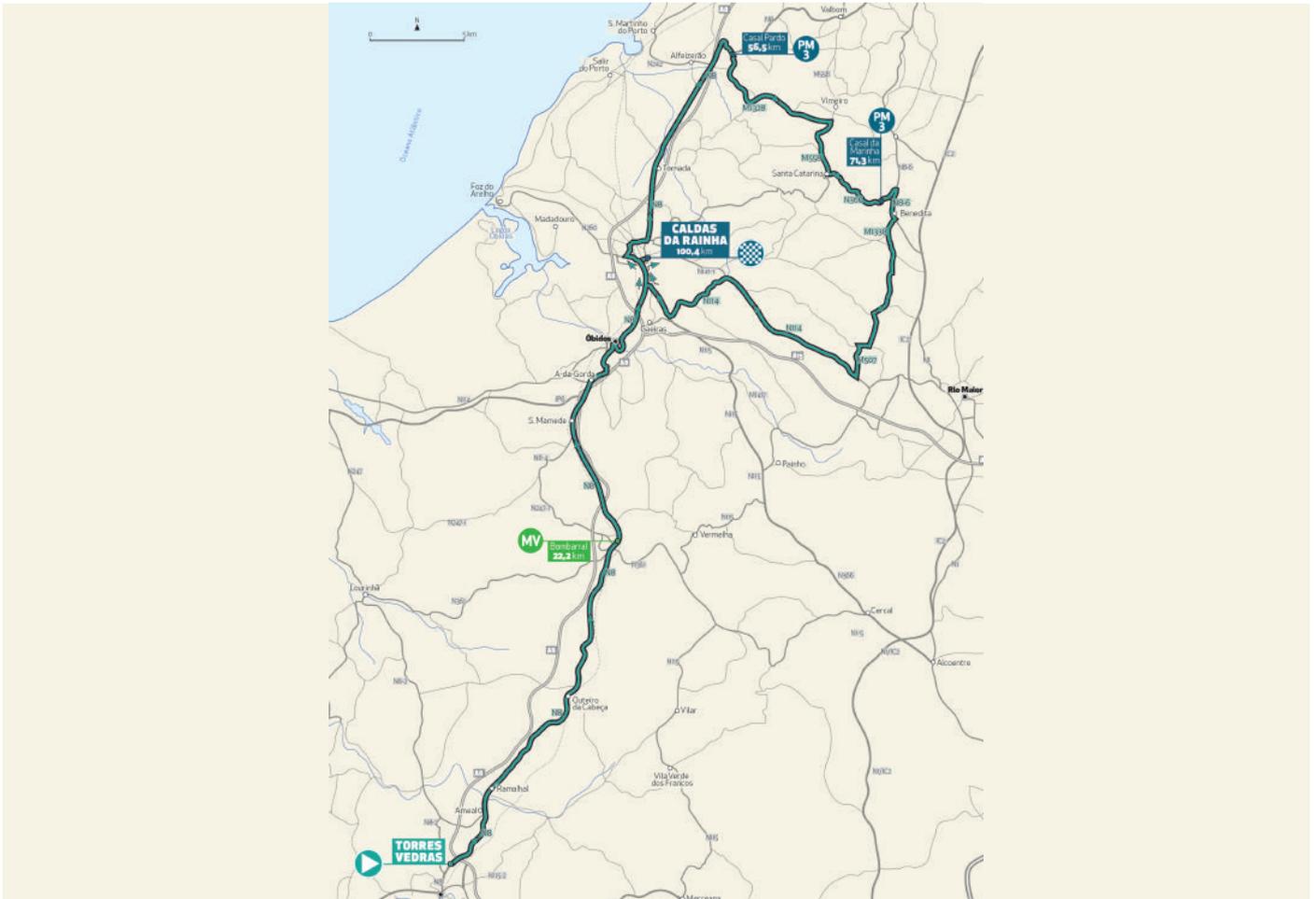
Chegada: Museu do ciclismo, Rua de Camões, Caldas da Rainha (GPS:39°24'10.4"N 9°08'02.6"W)

PERCORRIDOS KM	A PERCORRER KM	PERCURSO	HORÁRIOS DE PASSAGEM		
			34 KM/H	36 KM/H	38 KM/H
2,5		Partida Simbólica - Museu Joaquim Agostinho (Torres Vedras)	12:30	12:30	12:30
		Cruzamento direita			
		Rotunda à esquerda - EN 9			
		Rotunda à direita p/ Lourinhã - EN 8			
		Rotunda á direita - EN 8			
0,0	100,4	Partida Real - EN 8	12:35	12:35	12:35
2,8	97,6	Ameal	12:40	12:39	12:39
4,0	96,4	Rotunda em frente para Bombarral	12:42	12:41	12:41
13,2	87,2	Rotunda em frente para Bombarral - EN 8	12:58	12:57	12:55
20,4	80,0	Cintrão	13:11	13:09	13:07
21,1	79,3	Bombarral	13:12	13:10	13:08
21,4	79,0	Rotunda à direita para Óbidos - EN 8	13:12	13:10	13:08
22,0	78,4	Rotunda à direita - Largo dos Aviadores	13:13	13:11	13:09
22,2	78,2	MV Bombarral	13:14	13:12	13:10
22,3	78,1	Pela direita para Largo 25 de Abril	13:14	13:12	13:10
22,5	77,9	Rotunda à direita para Caldas - EN 8	13:14	13:12	13:10
23,9	76,5	Rotunda à esquerda para Lisboa - EN 8	13:17	13:14	13:12
24,5	75,9	Separadores em frente	13:18	13:15	13:13
24,9	75,5	Separadores em frente	13:18	13:16	13:14
28,5	71,9	S. Mamede	13:25	13:22	13:20
31,5	68,9	À-da-Gorda	13:30	13:27	13:24
33,0	67,4	Óbidos	13:33	13:30	13:27
33,2	67,2	Rotunda em frente	13:33	13:30	13:27
33,8	66,6	Rotunda em frente	13:34	13:31	13:28
34,5	65,9	Rotunda em frente para Caldas - EN 8	13:35	13:32	13:29
36,0	64,4	Zona de Descarte	13:38	13:35	13:31
37,0	63,4	Rotunda em Frente - EN 8	13:40	13:36	13:33
38,8	61,6	Caldas da Rainha	13:43	13:39	13:36
39,0	61,4	Rotunda à esquerda - Rua General Amílcar Mota - EN 8	13:43	13:40	13:36
39,9	60,5	Rotunda em frente	13:45	13:41	13:38
40,5	59,9	Rotunda à esquerda - Rua Victorino Frões	13:46	13:42	13:38
40,9	59,5	Rotunda em Frente - Rua Victorino Frões	13:47	13:43	13:39
41,6	58,8	Rotunda à direita - Avenida Luis Paiva e Sousa - EN 360	13:48	13:44	13:40
42,1	58,3	Rotunda à esquerda - Avenida Professor Adelino Mamede de Oliveira - EN 360	13:49	13:45	13:41

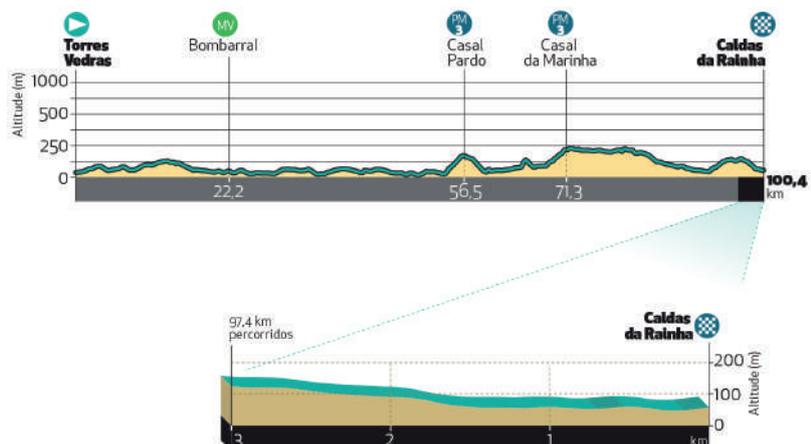
PERCORRIDOS KM	A PERCORRER KM	PERCURSO	HORÁRIOS DE PASSAGEM		
			34 KM/H	36 KM/H	38 KM/H
42,5	57,9	Rotunda em Frente - Avenida do Viaduto	13:49	13:45	13:42
42,9	57,5	Rotunda em Frente - Avenida Engenheiro Marcelo Morgado	13:50	13:46	13:42
43,1	57,3	Rotunda em Frente - Rua Professor Abílio Moniz Barreto	13:51	13:46	13:43
43,4	57,0	Rotunda à esquerda - Rua Doutor Artur Figueiroa Rego - EN 8	13:51	13:47	13:43
45,0	55,4	Rotunda em Frente - EN 8	13:54	13:49	13:46
45,6	54,8	Rotunda em Frente - EN 8	13:55	13:50	13:46
46,5	53,9	Rotunda em Frente - EN 8	13:57	13:52	13:48
53,8	46,6	Separadores em frente	14:09	14:04	13:59
54,1	46,3	Início de Subida	14:10	14:05	14:00
56,2	44,2	Cruzamento direita para EM 563	14:14	14:08	14:03
56,5	43,9	PM3ª Cat. - Casal Pardo	14:14	14:09	14:04
58,8	41,6	Pela direita	14:18	14:13	14:07
59,4	41,0	Pela esquerda - Curva apertada	14:19	14:14	14:08
63,7	36,7	Casal do Marquez	14:27	14:21	14:15
64,4	36,0	Cruzamento à direita p/ Santa Catarina - Rua Principal	14:28	14:22	14:16
67,8	32,6	Cruzamento direita - EM 558	14:34	14:27	14:22
67,8	32,6	Rotunda à esquerda - EN 360	14:34	14:28	14:22
68,1	32,3	Rotunda em Frente - EN 360	14:35	14:28	14:22
71,3	29,1	PM3ª Cat. - Casal da Marinha	14:40	14:33	14:27
72,5	27,9	Cruzamento direita para Benedita	14:42	14:35	14:29
72,8	27,6	Bombarral	14:43	14:36	14:29
73,6	26,8	Rotunda em Frente - EN 8-6	14:44	14:37	14:31
73,8	26,6	Cruzamento à direita p/ Caldas da Rainha	14:45	14:38	14:31
74,5	25,9	Cruzamento à esquerda p/ Zambujeira - CM 1337	14:46	14:39	14:32
74,7	25,7	Zona de Descarte	14:46	14:39	14:32
83,3	17,1	Cruzamento à direita p/ Caldas da Rainha - EN 114	15:02	14:53	14:46
87,0	13,4	Vidais	15:08	15:00	14:52
96,9	3,5	Cruzamento à direita p/ Caldas da Rainha - EN 8	15:26	15:16	15:08
98,6	1,8	Caldas da Rainha	15:29	15:19	15:10
98,8	1,6	Rotunda em frente - Rua General Amílcar Mota	15:29	15:19	15:11
99,7	0,7	Rotunda em frente	15:30	15:21	15:12
100,3	0,1	Rotunda à direita - Largo Conde de Fontalva	15:31	15:22	15:13
100,3	0,1	Vire Cruzamento direita para Rua de Camões	15:32	15:22	15:13
100,4	0,0	Meta Final - Caldas da Rainha	15:32	15:22	15:13

2.ª ETAPA

> MAPA DA ETAPA

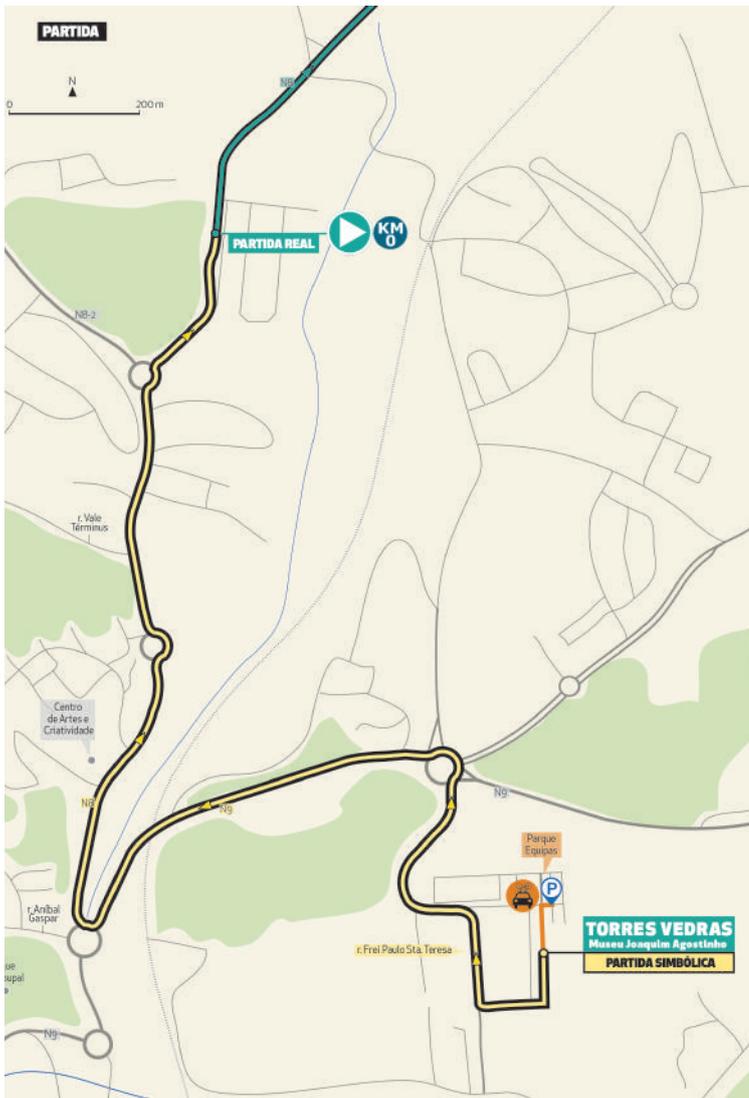


> PERFIL DA ETAPA



2.ª ETAPA

> PARTIDA DA ETAPA



> ÚLTIMOS QUILOMETROS





JOSÉ RIBAU ESTEVES

**> Presidente da Câmara
Municipal de Aveiro**

A Câmara Municipal de Aveiro (CMA) tem a maior honra e elevado gosto em ser parceira da Federação Portuguesa de Ciclismo (FPC) na gestão da Volta a Portugal Feminina em Bicicleta, um evento que constitui uma aposta inovadora da FPC, que vai já na sua terceira edição, que a CMA saúda vivamente e recebe como contributo ao seu sucesso, continuidade e crescimento. Para o momento da partida da terceira etapa desta bela Volta, escolhemos o belo cenário do Cais da Fonte Nova, junto à antiga Fábrica de Cerâmica Jerónimo Pereira Campos, um excelente exemplar de arquitetura industrial em barro vermelho que, desde 1995, alberga o Centro de Congressos de Aveiro.

O Ciclismo é o desporto que vai à porta de casa de cada um, que promove o território de uma forma integral e que constitui também um fator de inclusão social e de promoção da igualdade de género que queremos seja uma prática natural ao mais elevado nível da defesa da dignidade humana. Aveiro é a Cidade dos Canais, é uma Terra com Horizonte, com uma forte aposta no uso da bicicleta com a sua nova BUGA, assim como múltiplos investimentos por todo o Município para continuar um processo de desenvolvimento que estamos a fazer acontecer com forte ritmo. Em 2024 Aveiro será a primeira Capital Portuguesa da Cultura, o que marcará para sempre todo o território.

Fica o convite a Todas e a Todos para que, nas voltas da vida, venham e voltem a Aveiro, Cidade, Município e Região, com a certeza de que estamos de braços abertos para vos receber, sempre bem. Boa Volta a Todas e a Todos.



JORGE ALMEIDA

**> Presidente da Câmara
Municipal de Águeda**

Aprender a abrir janelas sobre o mundo continua a ser a melhor fórmula para superar limites e limitações, obstáculos ou qualquer circunstância adversa. É isso que procuramos fazer todos os dias, nas nossas ações, no trabalho que realizamos e no contributo que queremos dar para o desenvolvimento sustentável do concelho e para aumentar cada vez mais a qualidade de vida das nossas populações.

Um trabalho e boas práticas que têm sido amplamente reconhecidos. Somos exemplo nas medidas de apoio às famílias, estando entre o leque reduzido de municípios do país que aplica os mais baixos impostos que é permitido pela legislação em vigor; somos um município mais familiarmente sustentável e referência internacional pela qualidade dos serviços que prestamos. Recentemente, conquistámos os prémios internacionais LivCom Awards, onde somos apontados como um dos melhores municípios do mundo para viver, nas cidades entre 20 e 75 mil habitantes.

O dinamismo e irreverência que tanto caracteriza o concelho é também evidente na área desportiva, com uma atividade inclusiva, diversificada e variada. Águeda tem nas suas raízes um carinho muito especial pelo ciclismo, um gosto que é inculcido e vivido desde muito novos, com muitos entusiastas e atletas, de diferentes camadas etárias e em várias modalidades.

É, por isso, com grande regozijo que recebemos a Volta a Portugal Feminina, uma prova que tem vindo a crescer, com cinco dias de competição e equipas de vários países, e a abrir, como referia, caminhos e janelas sobre o mundo, demonstrando que com força, resiliência e empenho, os sonhos podem ser conquistados.

Que a ambição de contribuir para a construção de uma sociedade mais diversa e inclusiva seja a meta que todas alcancem e que os valores do ciclismo seja consolidados com o crescimento e afirmação desta prova no contexto nacional. É uma honra fazer parte deste percurso e receber todas as atletas em Águeda.

3.ª ETAPA

16 - 09 - 2023

AVEIRO
» ÁGUEDA | 111,3KM

Concentração: Cais da Fonte Nova, Aveiro (GPS: 40°38'22.2"N 8°38'36.3"W) - 11:00h

Chegada: Águeda, Rua Joaquim Valente de Almeida (GPS:40°35'0.24"N 8°26'55.44"W)

PERCORRIDOS A PERCORRER	KM	PERCURSO	HORÁRIOS DE PASSAGEM		
			34 KM/H	36 KM/H	38 KM/H
2,2		Partida Simbólica - Cais da Fonte Nova, Aveiro	13:00	13:00	13:00
		Rotunda à esquerda - Rua Cais da Fonte Nova			
		Av. Francisco Sá Carneiro			
		Pela Esquerda para Av. De Bourges			
		Rotunda à direita p/ Ilhavo - N 109			
0,0	111,3	PARTIDA - N109	13:05	13:05	13:05
0,4	110,9	Rotunda em Frente p/ Ilhavo - EN 109	13:05	13:05	13:05
1,1	110,2	Ilhavo	13:06	13:06	13:06
2,2	109,1	Rotunda em Frente - Rua Vasco da Gama, EN 109	13:08	13:08	13:08
2,8	108,5	Separadores em frente	13:09	13:09	13:09
2,9	108,4	Rotunda em frente (2ª Saída) - Rua Santo António	13:10	13:09	13:09
3,7	107,6	Separadores (pinos amarelos e pretos) em frente	13:11	13:11	13:10
4,6	106,7	Entroncamento à esquerda p/ Vagos / Figueira da Foz - EN 109	13:13	13:12	13:12
4,8	106,5	Rotunda em Frente - Rua Sargento João Nunes Redondo, EN 109	13:13	13:13	13:12
5,5	105,8	Rotunda em frente - EN 109	13:14	13:14	13:13
7,4	103,9	Vagos	13:18	13:17	13:16
7,9	103,4	Rotunda em frente - EN 109	13:18	13:18	13:17
9,5	101,8	Rotunda em Frente - EN 109	13:21	13:20	13:20
10,9	100,4	Quintã	13:24	13:23	13:22
14,5	96,8	Rotunda em Frente p/ Calvão / Mira / Figueira da Foz - EN 109	13:30	13:29	13:27
17,2	94,1	Calvão	13:35	13:33	13:32
20,1	91,2	Rotunda em Frente p/ Mira / Figueira da Foz - EN 109	13:40	13:38	13:36
21,8	89,5	Cabeço de Mira	13:43	13:41	13:39
23,0	88,3	Mira	13:45	13:43	13:41
24,1	87,2	Rotunda à Esquerda p/ Coimbra / Cantanhede - N234	13:47	13:45	13:43
25,3	86,0	Rotunda em Frente p/ Coimbra / Cantanhede - N234	13:49	13:47	13:44
27,0	84,3	Rotunda em Frente p/ Cantanhede - N234	13:52	13:50	13:47
27,3	84,0	Leitões	13:53	13:50	13:48
27,7	83,6	Rotunda em Frente p/ Coimbra / Cantanhede - N234	13:53	13:51	13:48
28,0	83,3	Separadores em frente	13:54	13:51	13:49
28,7	82,6	Rotunda em Frente p/ Coimbra / Cantanhede - N234	13:55	13:52	13:50
29,2	82,1	Separadores em frente	13:56	13:53	13:51
30,3	81,0	Separadores em frente	13:58	13:55	13:52
31,2	80,1	Rotunda em Frente p/ Coimbra / Cantanhede - N234	14:00	13:57	13:54
31,7	79,6	Rotunda em Frente p/ Coimbra / Cantanhede - N234	14:00	13:57	13:55
32,1	79,2	Separadores em frente	14:01	13:58	13:55
33,0	78,3	Separadores em frente	14:03	14:00	13:57
33,9	77,4	Rotunda em Frente p/ Coimbra / Cantanhede - N234	14:04	14:01	13:58

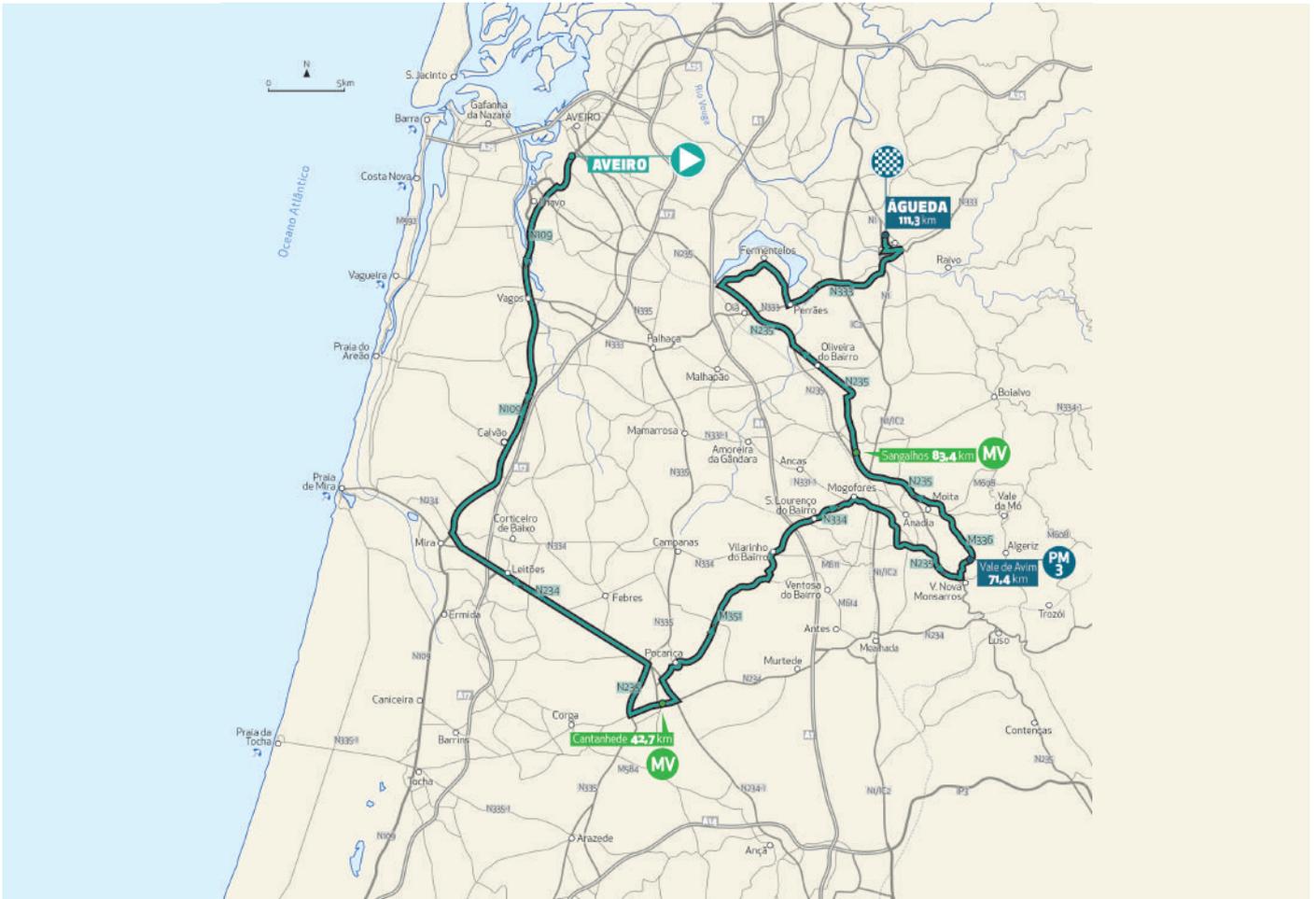
PERCORRIDOS A PERCORRER	KM	PERCURSO	HORÁRIOS DE PASSAGEM		
			34 KM/H	36 KM/H	38 KM/H
34,5	76,8	Rotunda em Frente p/ Coimbra / Cantanhede - N234	14:05	14:02	13:59
34,9	76,4	Separadores em frente	14:06	14:03	14:00
35,9	75,4	Separadores em frente	14:08	14:04	14:01
37,2	74,1	Rotunda à Direita p/ Tocha / Figueira da Foz	14:10	14:07	14:03
37,5	73,8	Rotunda em Frente p/ Parque Tecnológico	14:11	14:07	14:04
38,2	73,1	Rotunda em Frente p/ Figueira da Foz / Cadima	14:12	14:08	14:05
39,0	72,3	Rotunda em Frente p/ Cadima / Tocha	14:13	14:10	14:06
39,1	72,2	Zona de Descarte	14:14	14:10	14:06
40,4	70,9	Rotunda à Esquerda p/ Cantanhede - Rua 1º de Maio	14:16	14:12	14:08
40,7	70,6	Cantanhede	14:16	14:12	14:09
42,2	69,1	Cruzamento em Frente p/ Caoimbra / Mealhada - Rua Joaquim António de Aguiar (Estrada estreita em empedrado)	14:19	14:15	14:11
42,3	69,0	Cruzamento à Esquerda p/ Aveiro / Mira - N335	14:19	14:15	14:11
42,5	68,8	Rotunda à Direita p/ Mealhada / Coimbra - N335	14:20	14:15	14:12
42,7	68,6	MV - Cantanhede	14:20	14:16	14:12
42,9	68,4	Rotunda em frente	14:20	14:16	14:12
43,1	68,2	Separadores (pinos) em frente	14:21	14:16	14:13
43,3	68,0	Rotunda em Frente - N335	14:21	14:17	14:13
43,4	67,9	Rotunda à Esquerda p/ Aveiro / Mira - N 234	14:21	14:17	14:13
44,5	66,8	Rotunda à Direita p/ Pocariça - Rua António Lima Fragoso	14:23	14:19	14:15
44,7	66,6	Pocariça	14:23	14:19	14:15
45,5	65,8	Cruzamento à direita para Bolho / Curia / Mogofores	14:25	14:20	14:16
45,7	65,6	Bifurcação pela Direita - Rua Dra. Maria da Luz R. Pessoa	14:25	14:21	14:17
45,9	65,4	Entroncamento à Esquerda - Rua José Lopes Figueiredo	14:26	14:21	14:17
46,0	65,3	Cruzamento em frente - Largo de S. Tomé	14:26	14:21	14:17
46,1	65,2	Entroncamento à Direita - Rua São Tomé	14:26	14:21	14:17
53,1	58,2	Rotunda em Frente - Rua Central	14:38	14:33	14:28
53,8	57,5	Rotunda à Esquerda p/ Vilarinho / Mogofores - Rua Amoreiras	14:39	14:34	14:29
54,9	56,4	Vilarinho do Bairro	14:41	14:36	14:31
55,2	56,1	Cruzamento em Frente seguido de Rotunda à Direita p/ Mogofores / Anadia - Rua da Vila - N334	14:42	14:37	14:32
55,8	55,5	Separadores (pinos) em frente	14:43	14:38	14:33
59,2	52,1	Rotunda em frente - N334	14:49	14:43	14:38
61,3	50,0	Rotunda à Direita para Anadia / Curia - N334	14:53	14:47	14:41
62,3	49,0	Rotunda em Frente - N334	14:54	14:48	14:43
62,8	48,5	Rotunda (Continente) em Frente - Rua das Flores	14:55	14:49	14:44
63,6	47,7	Rotunda em Frente - Rua Prof. Dr. Rodrigues Lapa	14:57	14:51	14:45

PERCORRIDOS KM	A PERCORRER KM	PERCURSO	HORÁRIOS DE PASSAGEM		
			34 KM/H	36 KM/H	38 KM/H
63,9	47,4	Rotunda em Frente - Rua Prof. Dr. Rodrigues Lapa			14:57 14:51 14:45
64,2	47,1	Rotunda à Direita p/ Curia / Cine - teatro - Urbanização Montouro			14:58 14:52 14:46
65,0	46,3	Rotunda à Direita p/ EN1 / IC2			14:59 14:53 14:47
65,4	45,9	Rotunda à Esquerda p/ Luso / Moita			15:00 14:54 14:48
66,1	45,2	Rotunda à Direita (2ª Saída) p/ Luso / Vila Nova de Monsarros - Rua Almas da Domingas			15:01 14:55 14:49
67,1	44,2	Rotunda à Direita - Rua São Martinho - N235			15:03 14:56 14:50
68,4	42,9	Entroncamento à Direita p/ Luso - N235			15:05 14:59 14:53
69,8	41,5	Vila Nova de Monsarros			15:08 15:01 14:55
70,1	41,2	Virar à Esquerda p/ Parque Ecológico / Escola - Rua Além Rio - M608-2			15:08 15:01 14:55
70,2	41,1	Início de Subida			15:08 15:02 14:55
71,4	39,9	PM3ª Cat. - Vale de Avim			15:11 15:04 14:57
72,2	39,1	Rotunda à Esquerda - Rua Nova - M608-2			15:12 15:05 14:59
74,1	37,2	Moita			15:15 15:08 15:02
74,8	36,5	Entroncamento à Esquerda			15:17 15:09 15:03
74,9	36,4	Rotunda em Frente (2ª Saída) - M619			15:17 15:09 15:03
76,9	34,4	Separadores em frente			15:20 15:13 15:06
77,0	34,3	Entroncamento à Direita - N235			15:20 15:13 15:06
78,2	33,1	Zona de Descarte			15:23 15:15 15:08
79,6	31,7	Rotunda em Frente p/ Aveiro / Oliveira do Bairro - N235			15:25 15:17 15:10
80,8	30,5	Saída à Direita para Sangalhos / Mogofores			15:27 15:19 15:12
80,9	30,4	Rotunda à Esquerda (2ª Saída) para Sangalhos - Rua do Comércio - N235			15:27 15:19 15:12
83,4	27,9	MV - Sangalhos			15:32 15:24 15:16

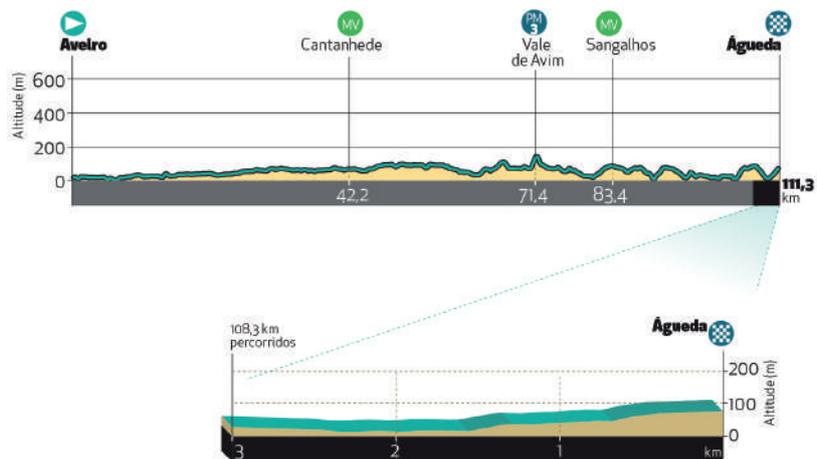
PERCORRIDOS KM	A PERCORRER KM	PERCURSO	HORÁRIOS DE PASSAGEM		
			34 KM/H	36 KM/H	38 KM/H
85,4	25,9	Rotunda em Frente - Rua dos Colégios (Oliveira do Bairro) - N235			15:35 15:27 15:19
86,0	25,3	Rotunda em Frente p/ Oliveira do bairro centro - N235			15:36 15:28 15:20
87,1	24,2	Rotunda em frente			15:38 15:30 15:22
87,2	24,1	Pela direita p/ Aveiro			15:38 15:30 15:22
88,5	22,8	Rotunda à esquerda			15:41 15:32 15:24
88,6	22,7	Pela direita p/ Oiã - EN 235			15:41 15:32 15:24
94,8	16,5	rotunda à direita p/ Fermentelos - Rua do Vieira			15:52 15:42 15:34
94,8	16,5	Cruzamento curva ligeira Cruzamento direita para Rua do Portinho			15:52 15:43 15:34
95,2	16,1	Fermentelos			15:52 15:43 15:35
97,8	13,5	Rotunda à direita - Rua da Igreja			15:57 15:48 15:39
100,7	10,6	Rotunda à esquerda - Rua Principal de Perrães			16:02 15:52 15:44
105,2	6,1	Rotunda à direita - Rua do Sobreiro			16:10 16:00 15:51
105,5	5,8	Rotunda à esquerda - Rua dos Industriais			16:11 16:00 15:51
108,4	2,9	Rotunda em frente			16:16 16:05 15:56
108,9	2,4	Rotunda à esquerda - Avenida 25 de Abril			16:17 16:06 15:56
109,1	2,2	Rotunda em Frente - Avenida 25 de Abril			16:17 16:06 15:57
109,8	1,5	Pela direita - Rua José Sucena			16:18 16:08 15:58
110,0	1,3	Rotunda em Frente - Rua José Sucena			16:19 16:08 15:58
110,2	1,1	Rotunda à esquerda - Rua Doutor Manuel Alegre			16:19 16:08 15:58
110,4	0,9	Rotunda à direita - Rua José Gustavo Pimenta			16:19 16:09 15:59
110,6	0,7	Rotunda à direita - Rua Joaquim Valente Almeida			16:20 16:09 15:59
111,3	0,0	Meta Final - Rua Joaquim Valente de Almeida - ÁGUEDA			16:21 16:10 16:00

3.ª ETAPA

> MAPA DA ETAPA



> PERFIL DA ETAPA





É com especial satisfação que o Município da Murtosa se associa, uma vez mais, à Federação Portuguesa de Ciclismo acolhendo a 4ª Etapa da Volta a Portugal Feminina Taça Inter-Regional de Esperanças de Ciclismo, numa competição que tem a relevância acrescida de dar conhecer os novos valores do panorama velocipedico nacional.

Se a nossa localização geográfica, com a extraordinária envolvente paisagística e a enorme riqueza ambiental da laguna, legitima o epíteto de "Coração da Ria", as características excecionais do território justificam, de igual modo, a ligação ancestral da Murtosa àquela que é, sem dúvida, uma das suas imagens de marca: a bicicleta. A bicicleta apresenta-se, desde logo, como meio privilegiado para a descoberta deste imenso e extraordinário património natural, com dezenas de quilómetros de trilhos que bordejam a Ria e atravessam os campos agrícolas. Na Murtosa, a bicicleta é, também e principalmente, o meio de transporte preferido dos Murtoseiros. Segundo os últimos censos, a taxa de utilização da bicicleta nas deslocações diárias ronda os 14%, um número particularmente relevante se atendermos ao facto da média nacional não chegar, sequer, a 1%. A estes juntam-se, naturalmente, todos aqueles que usam a bicicleta em lazer, frequentemente, o que faz com que, em cada casa da Murtosa, existam, normalmente, mais bicicletas do que habitantes.

Aqui tudo se conjuga em prol da bicicleta: a orografia plana – este é também o concelho mais plano de Portugal – as distâncias curtas entre os principais núcleos urbanos e o histórico de utilização deste meio de transporte, que foi sempre o predileto dos Murtoseiros. Bordejando a Ria, atravessando a imensidão dos campos agrícolas ou ligando os principais aglomerados urbanos, encontramos dezenas de quilómetros de ciclovias dedicadas e ecovias, que convidam a todas as formas de uso da bicicleta: do BTT à Estrada, do Lazer ao Transporte. A promoção da utilização da bicicleta, nas suas mais diversas vertentes, é uma bandeira assumida pelo Município da Murtosa, consubstanciada no projeto "Murtosa Ciclável" que, desde 2008, tem granjeado ao território uma visibilidade e uma projeção assinaláveis. Sejam, pois, bem-vindos à Murtosa, o Coração da Ria e a Terra das Bicicletas!

JOAQUIM BAPTISTA

**> Presidente da Câmara
Municipal de Murtosa**



MARCO MARTINS

**> Presidente da Câmara
Municipal de Gondomar**

É com grande alegria que Gondomar recebe mais uma prova desportiva nacional, particularmente numa modalidade que tanto significa para o concelho como é o caso do ciclismo.

A Volta a Portugal Feminina vai agora para a sua terceira edição, numa prova que tem feito o seu percurso e irá, sem dúvidas, tornar-se uma referência no calendário desportivo nacional.

Ao receber a última etapa deste evento, no dia 17 de setembro, Gondomar contribui para promover uma prova que enche de orgulho o ciclismo nacional. Simultaneamente, damos mais um passo significativo em direção à igualdade de género e à promoção do desporto entre as mulheres.

Ao longo dos anos, Gondomar tem sido palco de inúmeros momentos memoráveis, mas a chegada da Volta a Portugal Feminina destaca-se certamente como um marco especial. Este evento não é apenas uma corrida de bicicletas; é uma afirmação do poder e da determinação das mulheres em todas as esferas da vida. Estamos a abrir caminho para que as atletas femininas brilhem no cenário desportivo, inspirando gerações futuras a perseguirem os seus sonhos com a mesma paixão e dedicação. Este é também um momento para mostrar a todos os organizadores, participantes e espectadores a beleza do concelho e a calorosa hospitalidade dos gondomarenses. Com a sua história, património, paisagens surpreendentes, Gondomar é o cartão de visita ideal para acolher um evento de prestígio como a Volta a Portugal Feminina. Em nome das gentes de Gondomar, convido-vos a explorarem aquilo que de melhor temos para oferecer. Espero que esta iniciativa seja uma fonte de inspiração e um lembrete constante de que o desporto é um meio poderoso para unir comunidades, quebrar barreiras e promover valores de igualdade. Às corajosas atletas que irão pedalar pelas nossas estradas, saibam que estão a deixar uma marca indelével e a fazer história.

A todos, desejo um evento emocionante, cheio de adrenalina e alegria. Que a passagem desta Volta a Portugal Feminina em Gondomar seja lembrada como um momento em que demos passos firmes em direção a um futuro mais igualitário e inclusivo.

4.ª ETAPA

17 - 09 - 2023

MURTOSA
» GONDOMAR | 84,4KM

Concentração: Avenida do Emigrante, Murtosa (GPS: 40°45'02.8"N 8°38'50.0"W) - 11:00h

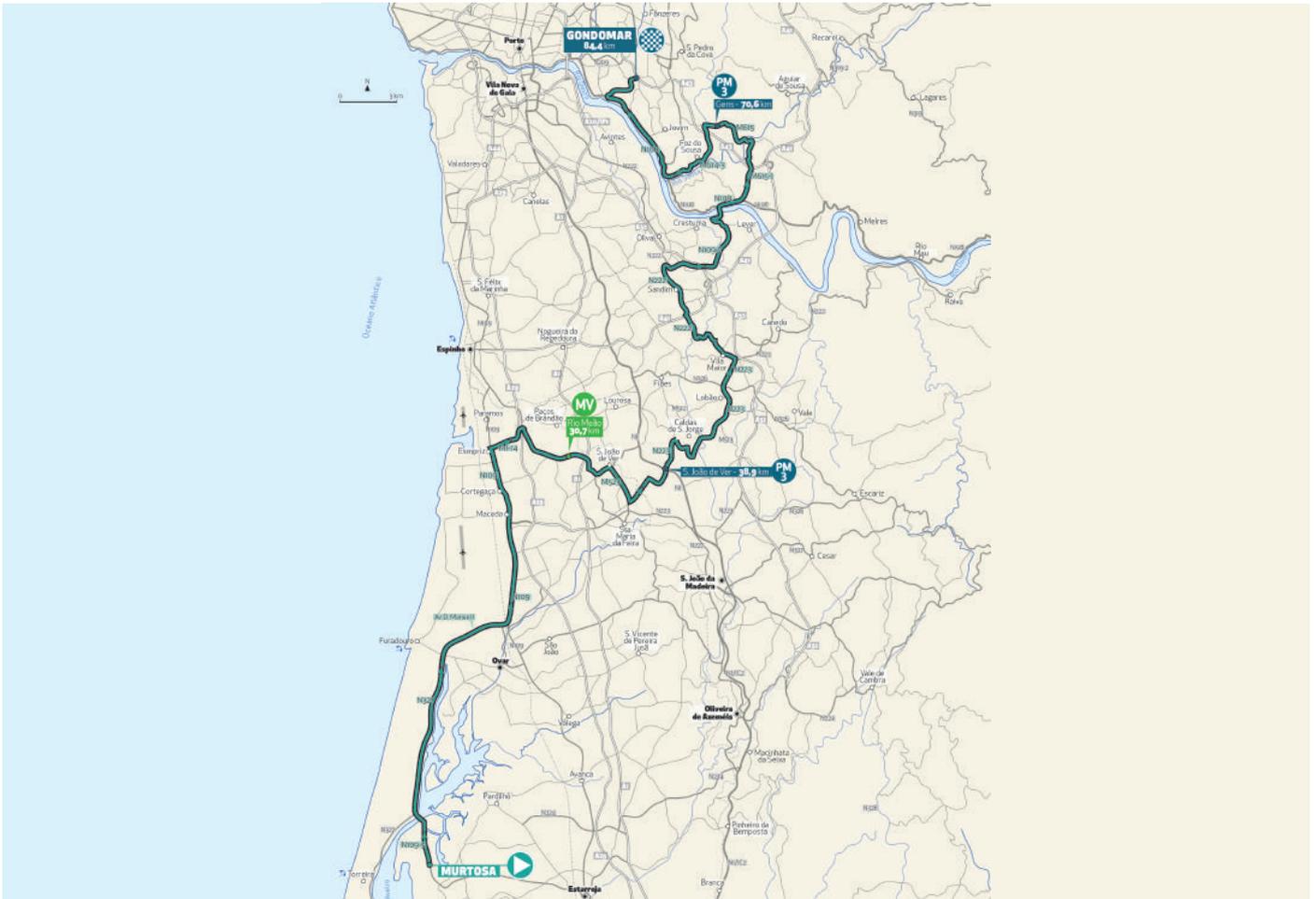
Chegada: Avenida Multiusos, Gondomar (GPS:41°08'05.9"N 8°32'18.1"W)

PERCORRIDOS A PERCORRER	KM	PERCURSO	HORÁRIOS DE PASSAGEM		
			34 KM/H	36 KM/H	38 KM/H
2,5	84,4	Avenida do Emigrante, Murtosa	13:00	13:00	13:00
		Rotunda em Frente - Avenida da Cidade de Newark			
		Rotunda em Frente - EN 109-5			
		Rotunda em Frente - EN 109-5			
		Rotunda à direita - EN 109-5			
0,0	84,4	Partida Real - N109-5	13:05	13:05	13:05
3,0	81,4	Rotunda à Direita p/ Ovar / Porto - N327	13:10	13:10	13:09
11,5	72,9	Rotunda em Frente p/ Porto / Aveiro - N327	13:25	13:24	13:23
13,4	71,0	Rotunda em Frente p/ Ovar - N327	13:28	13:27	13:26
14,0	70,4	Rotunda em Frente p/ Porto / Aveiro - N327	13:29	13:28	13:27
15,1	69,3	Rotunda em Frente p/ A29 - N327	13:31	13:30	13:28
15,4	69,0	Rotunda à Esquerda p/ Porto / Esmoriz / Espinho - N109	13:32	13:30	13:29
18,8	65,6	Rotunda à Esquerda (2ª Saída) para Maceda - N109	13:38	13:36	13:34
19,5	64,9	Maceda	13:39	13:37	13:35
22,0	62,4	Cortegaça	13:43	13:41	13:39
23,6	60,8	Esmoriz	13:46	13:44	13:42
25,0	59,4	Cruzamento (Repsol) à Direita - Rua Estrada Nova	13:49	13:46	13:44
26,3	58,1	Rotunda em Frente - Rua da Estrada Nova	13:51	13:48	13:46
27,0	57,4	Separadores em frente	13:52	13:50	13:47
27,2	57,2	Entroncamento à Esquerda	13:53	13:50	13:47
27,3	57,1	Rotunda à Direita p/ Feira / Rio Meão - Rua de Gondesende	13:53	13:50	13:48
29,8	54,6	Rotunda em Frente p/ Rio Meão - Av. Santiago	13:57	13:54	13:52
30,7	53,7	MV - Rio Meão	13:59	13:56	13:53
32,7	51,7	Cruzamento (Semáforos) à Esquerda p/ S. João de Ver - Rua São Bento	14:02	13:59	13:56
33,6	50,8	Rotunda (Ciclista) à Direita - Av. Dr. Francisco Sá Carneiro	14:04	14:01	13:58
35,0	49,4	Zona de Descarte	14:06	14:03	14:00
35,8	48,6	Entroncamento à Esquerda - Av. 5 de Outubro	14:08	14:04	14:01
36,1	48,3	Rotunda em Frente - Av. 5 de Outubro	14:08	14:05	14:02
36,2	48,2	Rotunda em Frente - Av. 5 de Outubro	14:08	14:05	14:02
36,7	47,7	Rotunda em Frente - Rua António Martins Soares	14:09	14:06	14:02

PERCORRIDOS A PERCORRER	KM	PERCURSO	HORÁRIOS DE PASSAGEM		
			34 KM/H	36 KM/H	38 KM/H
38,9	45,5	PM3ª Cat. - São João de Ver	14:13	14:09	14:06
39,0	45,4	Cruzamento em frente para Canedo / Castelo de Paiva	14:13	14:10	14:06
44,4	40,0	Separadores em frente	14:23	14:19	14:15
45,1	39,3	Rotunda em Frente p/ Castelo de Paiva / Corga do Lobão - N223	14:24	14:20	14:16
46,7	37,7	Corga do Lobão	14:27	14:22	14:18
47,1	37,3	Cruzamento (Semáforos) em Frente p/ Castelo de Paiva / Canedo - N223	14:28	14:23	14:19
48,7	35,7	Virar à Esquerda para V.N. Gaia / Sandim - N222	14:30	14:26	14:21
48,8	35,6	Vila Maior	14:31	14:26	14:22
50,4	34,0	Sandim (descida acentuada)	14:33	14:29	14:24
55,8	28,6	Cruzamento (semáforos) em frente pa VN Gaia / Barragem	14:43	14:38	14:33
56,4	28,0	Virar à Direita p/ Lever / Crestuma / Barragem	14:44	14:39	14:34
56,5	27,9	Entroncamento à Direita - N109-2 (Descida acentuada)	14:44	14:39	14:34
59,8	24,6	Lever	14:50	14:44	14:39
63,5	20,9	Entroncamento à Direita p/ Entre-os-Rios - N108	14:57	14:50	14:45
64,8	19,6	Virar à Esquerda p/ Covelo / Lugar de Leverinho - Rua 29 de Julho	14:59	14:53	14:47
67,0	17,4	Ribeira	15:03	14:56	14:50
68,3	16,1	Rotunda à Esquerda - M615	15:05	14:58	14:52
70,6	13,8	PM 3ª Cat. - Gens	15:09	15:02	14:56
70,9	13,5	Rotunda à Direita p/ Ferreirinha - M615	15:10	15:03	14:56
71,7	12,7	Virar à Esquerda p/ J. Freguesia / Marginal - Rua das Águas	15:11	15:04	14:58
72,2	12,2	Zona de Descarte	15:12	15:05	14:59
74,2	10,2	Rotunda em Frente (2ª Saída) p/ Junta Freguesia / Marginal (N108) - Av. da Foz do Sousa	15:15	15:08	15:02
76,0	8,4	Entroncamento à Direita p/ Porto / Gondomar - N108	15:19	15:11	15:05
77,0	7,4	Separadores em frente	15:20	15:13	15:06
82,1	2,3	Virar à Direita - Calçada Convenção de Gramido	15:29	15:21	15:14
83,7	0,7	Rotunda à Esquerda - Rua Regatinho	15:32	15:24	15:17
84,2	0,2	Rotunda em Frente - Av. Multiusos	15:33	15:25	15:17
84,4	0,0	Meta Final + PM 3ª Cat. - Av. Multiusos - Gondomar	15:33	15:25	15:18

4.ª ETAPA

> MAPA DA ETAPA

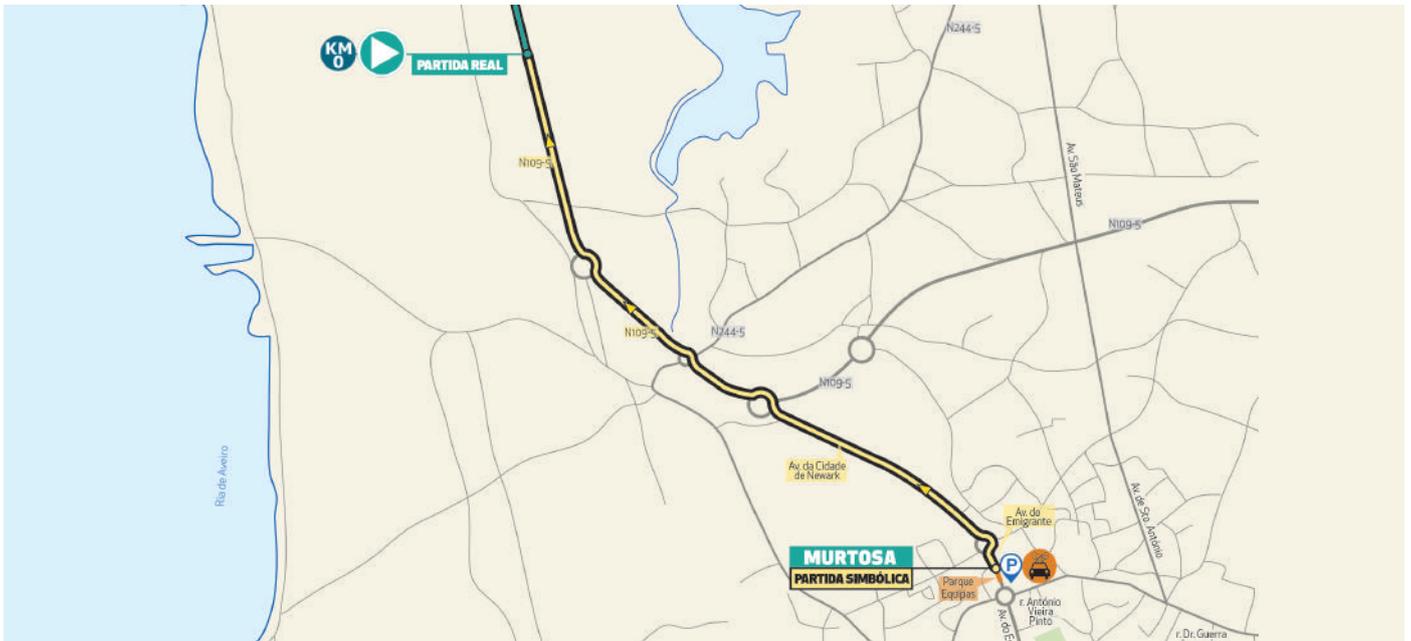


> PERFIL DA ETAPA

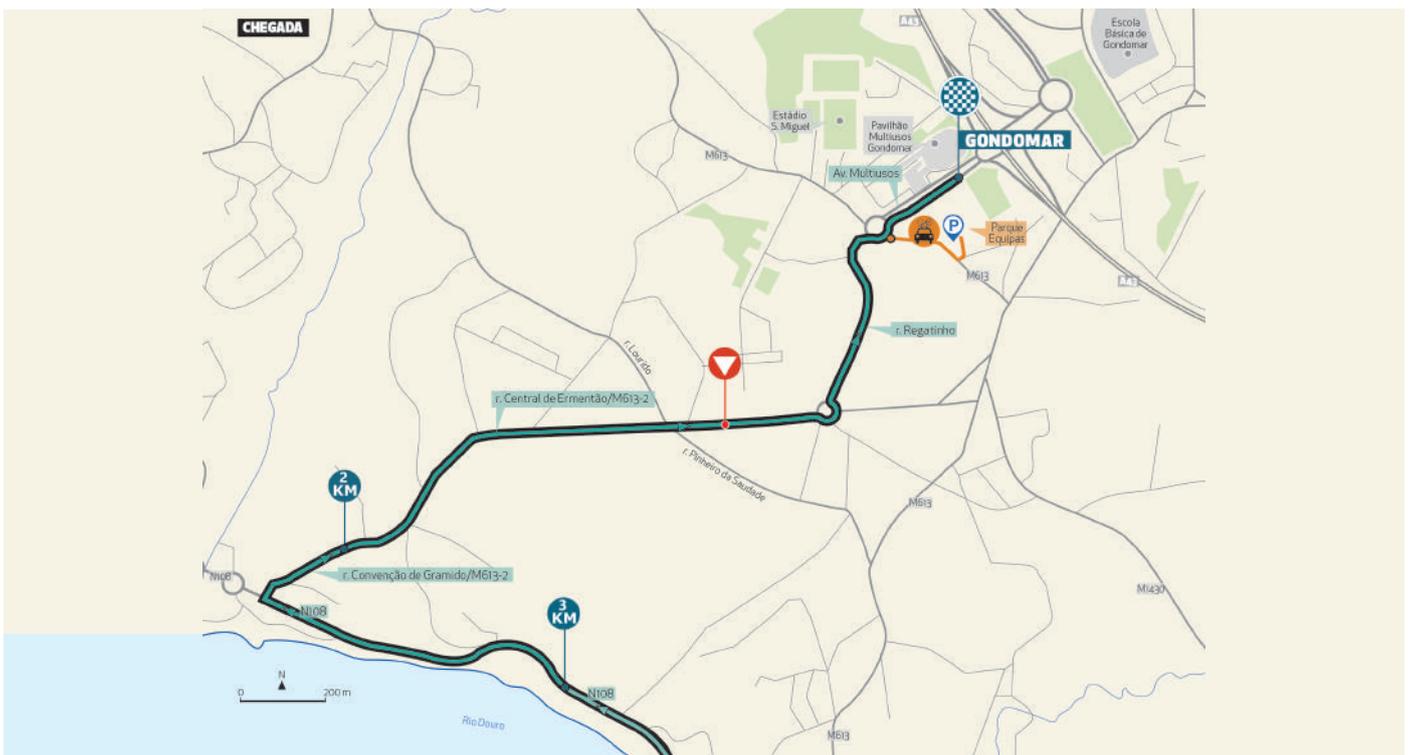


4.ª ETAPA

> PARTIDA DA ETAPA



> ÚLTIMOS QUILOMETROS



REGULAMENTO PARTICULAR

ARTIGO 1. ORGANIZAÇÃO

A 3.ª Volta a Portugal Feminina é organizada pela Federação Portuguesa de Ciclismo, Rua de Campolide 237, Lisboa. Realiza-se de 13 a 17 de setembro de 2023 de acordo com os seus Regulamentos e o presente regulamento particular. A inscrição na prova implica a aceitação na íntegra dos regulamentos aplicáveis.

ARTIGO 2. TIPO DE PROVA

A prova está inscrita no calendário nacional na classe 2.15 e é reservada a corredoras das categorias de Elite, sub23 e Júnior (2ª ano).

ARTIGO 3. PARTICIPAÇÃO

De acordo com os regulamentos, a prova é aberta a equipas continentais UCI, equipas de clube, seleções nacionais, seleções regionais e equipas mistas.

No que refere a participação fora da equipa a que pertencem, apenas as seleções nacionais podem integrar corredoras pertencentes a equipas registadas na UCI.

Podem participar um máximo de 3 equipas estrangeiras na prova (ao abrigo do Convénio UVP-FPC / RFEC, as equipas espanholas são consideradas fronteiriças).

As equipas mistas regem-se pela regulamentação nacional da FPC:

1.2.5. Equipas Mistas nas Provas Nacionais (Aplicável a todas as Categorias):

A cedência de uma corredora a outra equipa implica sempre a formação de uma Equipa Mista.

As Equipas Mistas têm de pedir autorização de participação, numa prova à UVP/FPC através do respetivo formulário, indicando a composição da equipa e os elementos técnicos presentes na prova, bem como o elemento responsável.

As Equipas Mistas são compostas por atletas das categorias autorizadas a participar na prova, devendo usar a camisola da equipa que as recebe.

A denominação da equipa é a junção dos nomes das duas ou mais formações que cederam atletas e não podem obviamente participar nessa competição enquanto equipa.

Não são permitidas equipas mistas entre formações nacionais e equipas estrangeiras, salvo se tratar de corredoras portuguesas pertencentes a essas mesmas equipas. As corredoras pertencentes a equipas registadas na UCI não podem integrar equipas mistas.

De acordo com o artigo 2.2.003bis do regulamento, o número de corredoras por equipa é limitado a um mínimo de **4** e um máximo de **8**.

ARTIGO 4. ATIVIDADES PRELIMINARES DE PARTIDA E SECRETARIADO DA PROVA

A inscrição dos corredores e staff das equipas deverá ser realizada através dos respetivos formulários enviados pelo organizador, **até 31 de agosto**.

O secretariado de acolhimento realiza-se no dia 13/09/2023 a partir das **09h30**, no **Complexo Desportivo da Ajuda, Av. Universidade Técnica, 1300-666 Lisboa**

A confirmação dos participantes e a entrega dos dorsais aos responsáveis das equipas decorre no secretariado das **10h00 às 11h00**, no dia 13 de setembro.

A reunião dos diretores desportivos, organizada de acordo com os artigos 1.2.087 e 2.2.093 do regulamento UCI, na presença dos membros do Colégios de Comissários, realiza-se às **11h30**, no mesmo local do secretariado.

O briefing de segurança do prólogo realiza-se no dia 13 de setembro, às 13h00 no local da partida.

O briefing de segurança para as restantes etapas realiza-se no dia 14 de setembro, às 11h30 no local da partida da 1ª etapa.

Toda a informação detalhada deverá ser enviada antecipadamente por email para os intervenientes nas reuniões.

Não existirá secretariado à chegada das etapas para distribuição de comunicados nem credenciação, apenas salas de trabalho para a organização e a comunicação social.

As classificações e o comunicado da prova serão enviados por email e/ou disponibilizados online. A versão em papel e os números dos carros de apoio serão distribuídos no secretariado da partida do dia seguinte.

ARTIGO 5. RÁDIO VOLTA | COMUNICAÇÕES À DISTÂNCIA

As informações da corrida são transmitidas em Rádio Volta na frequência: 16023750 MHZ.

A utilização de meios de comunicação à distância entre as corredoras e os seus Diretores Desportivos é autorizada em todas as etapas.

ARTIGO 6. ASSISTÊNCIA TÉCNICA NEUTRA

O serviço de assistência técnica neutra é assegurado pela Shimano.

O serviço é assegurado por dois carros de apoio neutro.

ARTIGO 7. PRÓLOGO

1. No prólogo, disputado em sistema de contrarrelógio individual, as partidas serão dadas de minuto em minuto.

A ordem de partida das equipas é definida pelo organizador em conjunto com o colégio de comissários e a ordem de partida das corredoras dentro de cada equipa é definida pela mesma.

2. De acordo com o artigo 2.4.010 do Regulamento, as corredoras devem apresentar-se para controlo do seu equipamento até **15 minutos** antes da sua hora de partida.

3. No prólogo não será permitida a utilização de bicicletas, acessórios e capacetes específicos de Contrarrelógio.

4. O percurso do prólogo estará disponível para reconhecimento pelas corredoras em bicicleta a partir **das 13h00 até 15 minutos antes da partida**. A partir deste momento, apenas as corredoras em provas são autorizadas no percurso.

ARTIGO 8. INCIDENTES DE CORRIDA NOS 3 ÚLTIMOS KM

Em caso de incidente devidamente constatado, nos três últimos quilómetros de uma etapa em linha, a ou as corredoras impactadas são creditadas com o tempo da ou das corredoras em companhia dos quais se encontravam no momento do incidente. A classificação é a da respetiva passagem pela linha de chegada.

É considerada como incidente toda a circunstância independente das próprias capacidades físicas da corredora (queda, problema mecânico, furo) e da sua vontade de se manter com as corredoras em companhia das quais se encontrava no momento do incidente.

As corredoras impactadas por um incidente deverão assinalá-lo imediatamente a um Comissário levantando o braço e apresentando-se junto a um Comissário assim que cruzem a linha de chegada.

Se na sequência de uma queda nos três últimos quilómetros, uma corredora ficar impossibilitada de cruzar a linha de chegada, é classificada no último lugar da etapa e é-lhe creditado o tempo da ou das corredoras em companhia dos quais se encontrava no momento do incidente.

O presente artigo não se aplica em caso de chegada em subida.

Qualquer decisão relativa ao presente artigo é tomada pelo Colégio de Comissários de forma independente.

As disposições previstas no artigo 2.6.027 do Regulamento da UCI **aplicam-se em todas as etapas em linha, com exceção da 4ª etapa (chegada em subida).**

ARTIGO 9. PERCENTAGEM DE FECHO DE CONTROLO

De acordo com as características das etapas, as percentagens de fecho de controlo são fixadas da seguinte forma: Prólogo ---- | 1.ª etapa 15% | 2.ª etapa 15% | 3.ª etapa 15% | 4.ª etapa 15%

De acordo com o artigo 2.6.032 do regulamento, apenas em casos excecionais, imprevisíveis e de força maior, o colégio de comissários pode aumentar a percentagem de fecho de controlo após consultar o organizador.

No caso das corredoras que efetivamente chegaram fora do controlo serem repescadas pelo colégio de comissários, serão retirados o conjunto dos pontos obtidos na classificação geral das várias classificações secundárias.

ARTIGO 10. CLASSIFICAÇÕES

São estabelecidas as seguintes classificações:

- 1) Classificação Geral Individual por Tempos – Camisola Amarela – Jogos Santa Casa
- 2) Classificação Geral por Pontos – Camisola Vermelha – Cofidis
- 3) Classificação Geral da Montanha – Camisola Azul – IPDJ
- 4) Classificação Geral da Juventude – Camisola Branca – Médis
- 5) Classificação Geral por Equipas

1) Classificação Geral Individual por Tempos | Camisola Amarela | Jogos Santa Casa

Obtém-se através da soma dos tempos conseguidos em todas as etapas por cada corredora, tendo em conta as penalizações, sendo mais bem classificada a que menor tempo totalizar.

Em caso de empate entre duas ou mais corredoras, os centésimos de segundo registados na etapa contrarrelógio individual/prólogo são reincorporados no tempo total para desempatar as corredoras, sendo mais bem classificada, a que menos centésimos tenha totalizado.

Em caso de novo empate, o desempate é feito tendo em conta a soma dos pontos obtidos em cada etapa, sendo mais bem classificada a que tenha totalizado menor número de pontos. Estes pontos são atribuídos de acordo com os lugares conseguidos: um ponto à primeira, dois pontos à segunda, três pontos à terceira, e assim sucessivamente.

Se o empate ainda assim persistir, beneficiará a corredora mais bem classificada na última etapa.

2) Classificação por Pontos | Camisola Vermelha | Cofidis

A Classificação é estabelecida pela soma dos pontos obtidos em cada uma das **chegadas das etapas em linha e nas Metas Volantes**.

É atribuída a seguinte pontuação em cada uma das **Metas Volantes**:

5 – 3 – 1 pontos às 3 primeiras classificadas.

Nas chegadas das etapas acima indicadas:

10 – 8 – 6 – 4 – 2 pontos às 5 primeiras classificadas.

Se numa chegada se verificar que várias corredoras são classificadas ex-aequo, é atribuída a cada uma a pontuação correspondente ao primeiro lugar em que se inicia o ex-aequo.

De acordo com o artigo 2.6.017 do Regulamento, em caso de empate na classificação geral por pontos, utilizam-se os seguintes critérios de desempate:

1. Número de vitórias nas etapas,
2. Número de vitórias nos sprints intermédios que contam para a classificação geral por pontos,
3. Classificação geral individual por tempos.

Para beneficiar dos prémios da classificação geral final, a corredora deverá ter percorrido a totalidade do percurso da prova dentro do tempo regulamentar.

3) Classificação da Montanha | Camisola Azul | IPDJ

A Classificação obtém-se através da soma dos pontos obtidos no conjunto das contagens do prémio de montanha pontuáveis para esta classificação.

É atribuída a seguinte pontuação:

Lugar	Pontos
	PM 3ª
1.º	5
2.º	3
3.º	2
4.º	1

A Classificação Geral da Montanha é estabelecida pela soma dos pontos obtidos no conjunto das contagens de montanha.

De acordo com o artigo 2.6.017 do Regulamento, em caso de empate na classificação geral da montanha, utilizam-se os seguintes critérios de desempate:

1. Número de primeiros lugares nas contagens da categoria mais elevada,
2. Número de primeiros lugares nas contagens da categoria seguinte e assim sucessivamente,
3. Classificação geral individual por tempos.

Para beneficiar dos prémios da classificação geral final, a corredora deverá ter percorrido a totalidade do percurso da prova dentro do tempo regulamentar.

4) Classificação Geral da Juventude | Camisola Branca | Médis

A Classificação geral da Juventude é reservada a corredoras da categoria Júniores (2ª ano), de acordo com a Classificação Geral Individual por Tempos.

5) Classificação por Equipas

De acordo com o artigo 2.6.016 do Regulamento, a classificação por equipas na etapa obtém-se pela soma dos três melhores tempos individuais de cada equipa. Em caso de empate, as equipas são desempatadas pela soma dos lugares dos seus três melhores tempos na etapa. Em caso de novo empate, as equipas são desempatadas pelo lugar da sua melhor corredora na classificação da etapa.

A Classificação Geral por Equipas obtém-se pela soma dos três melhores tempos individuais de cada equipa em todas as etapas disputadas. Em caso de empate, utilizam-se as seguintes formas de desempate:

1. Número de primeiros lugares na classificação por equipas na etapa,
2. Número de segundos lugares na classificação por equipas na etapa, etc.

Caso o empate se mantenha, as equipas são desempatadas pelo lugar da sua melhor corredora na classificação geral individual.

Uma equipa reduzida a menos de três corredoras é eliminada da classificação geral por equipa.

Em todas as etapas em linha serão atribuídas as seguintes bonificações:

Chegada da etapa: 10 – 6 – 4 segundos às 3 primeiras classificadas

Metas Volantes: 3 – 2 – 1 segundos às 3 primeiras classificadas.

ARTIGO 12. PRÉMIOS

São atribuídos os seguintes prémios de acordo com as Obrigações Financeiras da UVP-FPC:

1º) Prémios nas Etapas e na Classificação Geral

Classificação Geral

LUGAR	PROLOGO	ETAPA	GERAL-FINAL
1. ^a	161,00 €	230,00 €	540,50 € + Troféu
2. ^a	98,00 €	140,00 €	329,00 € + Troféu
3. ^a	77,00 €	110,00 €	258,50 € + Troféu
4. ^a	59,50 €	85,00 €	200,00 €
5. ^a	42,00 €	60,00 €	141,00 €
6. ^a	35,00 €	50,00 €	117,50 €
7. ^a	28,00 €	40,00 €	94,00 €
8. ^a	24,50 €	35,00 €	82,50 €
9. ^a	17,50 €	25,00 €	59,00 €
10. ^a	17,50 €	25,00 €	59,00 €

2.º) Classificação por Pontos

1.ª Cl. – Troféu + 100€

3.º) Classificação da Montanha

1.ª Cl – Troféu + 100€

4.º) Classificação da Juventude

1.ª Cl – Troféu + 100€

5.º) Classificação por Equipas

1.ª Equipa da classificação geral final: Troféu

2.ª Equipa da classificação geral final: Troféu

3.ª Equipa da classificação geral final: Troféu

O total geral dos prémios distribuídos na prova é de **6 041,00€**.

ARTIGO 13. ANTIDOPAGEM

O regulamento antidopagem da UVP-FPC aplica-se integralmente nesta prova e a recolha é efetuada em instalações junto à meta.

Os locais exatos da realização do controlo antidoping para cada etapa serão publicados em Comunicado antes do início da prova.

ARTIGO 14. CERIMÓNIA PROTOCOLAR

De acordo com o artigo 1.2.112 do regulamento, as seguintes corredoras devem apresentar-se diariamente na cerimónia protocolar:

- A vencedor da etapa
- A líder da classificação Geral Individual por Tempos
- As líderes das restantes classificações

Devem apresentar-se, regra geral, no prazo máximo de 10 minutos após a sua chegada. No caso de alguma das líderes das camisolas chegar atrasada, esta deve dirigir-se imediatamente para o pódio após a sua chegada.

No final da prova, devem ainda apresentar-se na cerimónia protocolar:

- As três primeiras da classificação geral
- As vencedoras das classificações secundárias.
- As três primeiras da classificação geral por equipas (corredoras e DD)

Camisolas de líder

A líder de cada classificação deverá envergar a camisola símbolo respetiva. Se uma corredora for líder de várias classificações, a ordem de prioridade das camisolas é a seguinte:

- 1) Classificação Geral Individual por Tempos – Camisola Amarela – Jogos Santa Casa
- 2) Classificação Geral por Pontos – Camisola Vermelha – Cofidis
- 3) Classificação Geral da Montanha – Camisola Azul – IPDJ
- 4) Classificação Geral da Juventude – Camisola Branca – Médis

Se uma corredora for líder de várias classificações, enverga apenas uma camisola de acordo com a ordem de prioridade acima indicada, neste caso, a outra camisola é envergada pela corredora seguinte dessa classificação, exceto se esta for líder de outra classificação ou se tiver de envergar a camisola de Campeã Nacional.

Utilização das camisolas de Campeãs Nacionais

É obrigatória a utilização das camisolas distintivas pelas corredoras Campeãs Nacionais em título das categorias Elites, Sub23 e Júniores, presentes na prova.

ARTIGO 15. PERMANÊNCIA EM PROVA

Por diretrizes emanadas do Ministério da Administração Interna, tendo em conta garantir uma maior segurança aos participantes em provas de ciclismo, e por, outro lado, salvaguardar a imagem do ciclismo perante a opinião pública regulamenta-se o seguinte:

a) É estabelecido um teto de 15 minutos contados a partir do grupo principal da corrida e o carro vassoura, que quando ultrapassado, as corredoras nesta situação serão aconselhadas a abandonar a prova e entregar o dorsal.

b) Todo o corredor que se encontre nesta situação, ao ser avisado por um comissário ou elemento oficial deve abandonar de imediato a prova.

ARTIGO 16. PENALIDADES

Aplicação exclusiva da Tabela de Penalidades do regulamento da UVP-FPC.

ARTIGO 17. ECOLOGIA

A organização da 3.ª Volta a Portugal Feminina, 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 áreas para as ciclistas colocarem o lixo a cada 30/40km, bem como nos últimos quilómetros da etapa. A localização exata das zonas de descarte/zonas verdes estará indicada para cada etapa no comunicado do dia anterior.

Que parte de
"O MEU CORPO,
AS MINHAS REGRAS"
ALGUNS HOMENS
DO DESPORTO
AINDA NÃO
PERCEBERAM?



O futebol é cheio de regras. A vida em sociedade também. Regras podem ser escritas, tornando-se até leis, ou simplesmente pactuadas entre todos. É de bom senso não invadir o espaço físico alheio, nem forçar situações de contatos indevidos. Dentro de campo pode resultar em cartões vermelhos. Fora, também. Enquanto jornalistas, mulheres e homens, que trabalham na maior publicação desportiva portuguesa, não poderíamos deixar de prestar solidariedade às atletas de todo o mundo que ainda precisam explicar como as coisas devem ser feitas. Dentro das regras e do bom senso.

Record

DÁ TUDO



SAIBA MAIS EM:
COFIDIS.PT

MAIS UM ANO, MAIS UMA VOLTA NO FEMININO.

É o terceiro ano que somos,
orgulhosamente, patrocinador
principal da Volta a Portugal
Feminina Cofidis.

