

2024

guia do atleta
athlete's guide



ANSIÃO **CYCLOCROSS**



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
DE CICLISMO



IPDJ
INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESENTO
E JUVENTUDE I.P.





ÍNDICE / INDEX

- 2 VISITE ANSIÃO**
VISIT ANSIÃO
- 3 TERRITÓRIOS DE PEDRA**
STONE TERRITORIES
- 5 APRESENTAÇÃO**
PRESENTATION
- 5 CARACTERÍSTICAS DA PROVA**
RACE DETAILS
- 6 MAPA DO PERCURSO**
TRACK MAP
- 6 EXTENSÃO DO PERCURSO**
TRACK LENGTH
- 6 ALTIMETRIA**
ALTIMETRY
- 7 ZONA DE PADDOCK**
PADDOCK ZONE
- 8 PARTIDAS**
MATCHES
- 8 PROGRAMA**
PROGRAMME
- 8 INSCRIÇÕES**
REGISTRATIONS
- 8 COMO CHEGAR**
HOW TO GET THERE
- 9 ONDE FICAR**
WHERE TO STAY
- 9 ONDE COMER**
WHERE TO EAT
- 9 CONTACTOS**
CONTACTS
- 10 PLANO DE SEGURANÇA**
SECURITY PLAN
- 10 EQUIPA TÉCNICA**
TECHNICAL CREW

GUIA TÉCNICO
TECHNICAL GUIDE



Visite Ansião | Visit Ansião

Associação Ansibikers dá as boas-vindas a todos os participantes.

Situa-se entre o Litoral e o Interior, na zona do Pinhal Interior Norte, distrito de Leiria. É servido diretamente pelo IC8, que liga Figueira da Foz a Madrid, e pela A13, que une Condeixa-a-Nova a Setúbal. Nas suas proximidades beneficia do IC1 e do IC2 e está a cerca de 20 quilómetros de Pombal, onde se encontram o nó de acesso à Auto-estrada A1, assim como a linha do Norte, principal via ferroviária do país.

A lenda popular segundo a qual a Rainha Santa, quando viajava pela estrada real que cruzava estas terras, dava frequentemente esmola a um ancião, passando a referir-se a esta região como as terras do Ancião.

Entre o rico património existente na freguesia de Pousaflores, destacamos o alto da Serra do Anjo da Guarda, desfruta-se de uma soberba vista panorâmica sobre os vales serranos, onde existe um moinho de vento, miradouro e relógio de sol.

Esta viagem deve continuar por Alvorge e Torre de Vale de Todos e Lagarteira, povoações que se situariam na área da Ladeia, linha de fronteira entre cristãos e mouros nos séculos XII e XIII.

A presença dos Romanos no território é inegável, não só pelo espólio arqueológico encontrado - moedas, mosaicos, mós, calçada romana, como pela produção de vinho, azeite e frutos secos, pelo nome dado ao Rio Nabão, mas sobretudo pela existência da Villa Romana de Santiago da Guarda, descoberta em pleno século XXI.

AnsiBikers Association welcomes all participants.

It is situated between the coast and the interior, in the Pinhal Interior Norte area, Leiria district. It is served directly by the IC8, which connects Figueira da Foz to Madrid, and via the A13, which connects Condeixa-a-Nova to Setúbal. Nearby, it benefits from the IC1 and IC2 and is about 20 kilometers from Pombal, where the access node is located to the A1 motorway, as well as the North line, the main railway route in the country.

The popular legend according to which the Holy Queen, when she traveled through the royal road that crossed these lands, frequently gave alms to an Elder, starting to refer to this region as the Elder's lands (Terras do Ancião).

Among the rich existing heritage in Pousaflores, highlight the top of the Serra do Anjo da Guarda, where you can enjoy a superb panoramic view over the mountain valleys, where there is a windmill, viewpoint and sundial.

This trip should continue through Alvorge and Torre de Vale de Todos and Lagarteira, settlements that would be located in the Ladeia area, line of border between Christians and Moors in the 12th and 13th centuries.

The presence of the Romans in the territory is undeniable, not only because of the archaeological found - coins, mosaics, millstones, Roman pavement, as for the production of wine, olive oil and dry fruits, by the name given to the Nabão River, but mainly due to the existence of the Roman Villa of Santiago da Guarda, discovered in the 21st century.



**GUIA TÉCNICO
TECHNICAL GUIDE**

Territórios de Pedra



“

A imponência das pedras que nos rodeiam conta-nos uma história; uma história de homens e mulheres que escolheram aqui viver e delas extrair o seu modo de vida, a sua cultura, porque a cultura também está na paisagem que transformamos para a usarmos e para a embelezarmos.

São de pedra as mós que moem os grãos, que depois são farinha e alimentam; são de pedra as casas e as ruas, as margens que seguram as ribeiras; são ainda as pedras que se deixam moldar por mãos artistas, criando imagens que hão de permanecer além de nós.

Os Territórios de Pedra pretendem celebrar ainda a cultura que emerge quando as pessoas se unem. Neste caso, as pessoas de três municípios – Ansião, Figueiró dos Vinhos e Pombal – que procuram valorizar aquilo que têm de comum, uma história, sem perder de vista a sua identidade.



“

The grandeur of the stones that surround us tells us a story; a story of men and women who chose to live here and extract their way of life, their culture from them, because culture is also in the landscape that we transform to use and to beautify it.

The millstones that grind the grains are made of stone, which are then flour and feed; the houses and streets are made of stone, the banks that support the streams; they are still the stones that allow themselves to be molded by artistic hands, creating images that will remain beyond us.

The Stone Territories also intend to celebrate the culture that emerges when people unite. In this case, people from three municipalities – Ansião, Figueiró dos Vinhos and Pombal – who seek to value what they have in common, a history, without losing sight of their identity.



*Vira a página e, que comece aqui
a tua aventura.
Explora, sente, descobre... e pedala.*

Orgulhosamente para todos por...

A handwritten signature in black ink that reads "Ansibikers".

“
*Turn the page and your adventure
begins here.
Explore, feel, discover and....pedal.*

*Proudly to everyone for
Ansibikers*



1. Apresentação | Presentation

A Taça de Portugal de Ciclocrosse rege-se pelos Estatutos, Regulamentos e normas da UCI, da UVP - Federação Portuguesa de Ciclismo e da associações regional Associação de Ciclismo da Santarém, havendo uma aceitação expressa dos mesmos pelos intervenientes nas atividades desportivas.

Este evento é regido pelo Regulamento Nacional de Provas de Ciclocrosse, Época 2024 da Federação Portuguesa de Ciclismo.

Informações na pagina da UVP-FPC – Sistema de Inscrições Online para Provas Internacionais, Nacionais, Inter - Regionais e Regionais.

The Portugal Cyclocross Cup is disputed in accordance with UCI Regulations (International Examinations) and UVP / FPC, being the College of Commissioners a single entity responsible for implementing them. And the regional association ACS – Cycling Association of Santarém, with an express acceptance of the same by those involved in sporting activities.

This event is governed by the National Regulation of Cyclocross, Season 2024 of the Portuguese Cycling Federation.

Information on the UVP-FPC page – Online Registration System for Regional, Inter - Regional, National and International Events.



DATA | DATE
23/11/2024



LOCAL | LOCATION
ANSIÃO
(39.92352, -8.43785)

2. Características da Prova / Race Details

A prova de ciclocrosse é aberta a atletas federados com licença desportiva de competição.

Prova cronometrada realizada num circuito fechado com cerca de 4,9km, zona de partida ampla e zona de assistência técnica/abastecimento. Disputa-se em conformidade com os regulamentos da UCI e UVP-FPC.

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

Será efetuada uma classificação separada para cada categoria.

O número de voltas ao circuito será decidido pela Organização e Colégio de Comissários e será comunicado às equipas na reunião de Diretores desportivos.

The cyclocross event is open to federated athletes with a license competitive sports. It is a timed event and occurs in a closed circuit with 4,9km distance, with a mass start and one assistance zone/supplie.

This race has its official rules and regulations and is based in the UCI and UVP-FPC regulations.

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

The classifications for the different categories will be made in separately.

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

**GUIA TÉCNICO
TECHNICAL GUIDE**



**GUIA TÉCNICO
TECHNICAL GUIDE**

3. Mapa do Percurso / Track Map



1-Paddock / Paddock

2-Entrada e Sída de Viaturas / Entry and Departure of Vehicles

3-Início - Meta / Start - Finish Line

4-Zona de Abastecimento 1 / Feed Zone 1

6-Ambulancia e Socorristas / Ambulance e Rescuers

1>20-Sinalizadores / Marshals

4. Extensão do Percurso / Track Length

+/- 3.110mts

5. Altimetria / Altimetry

+/- 84mts

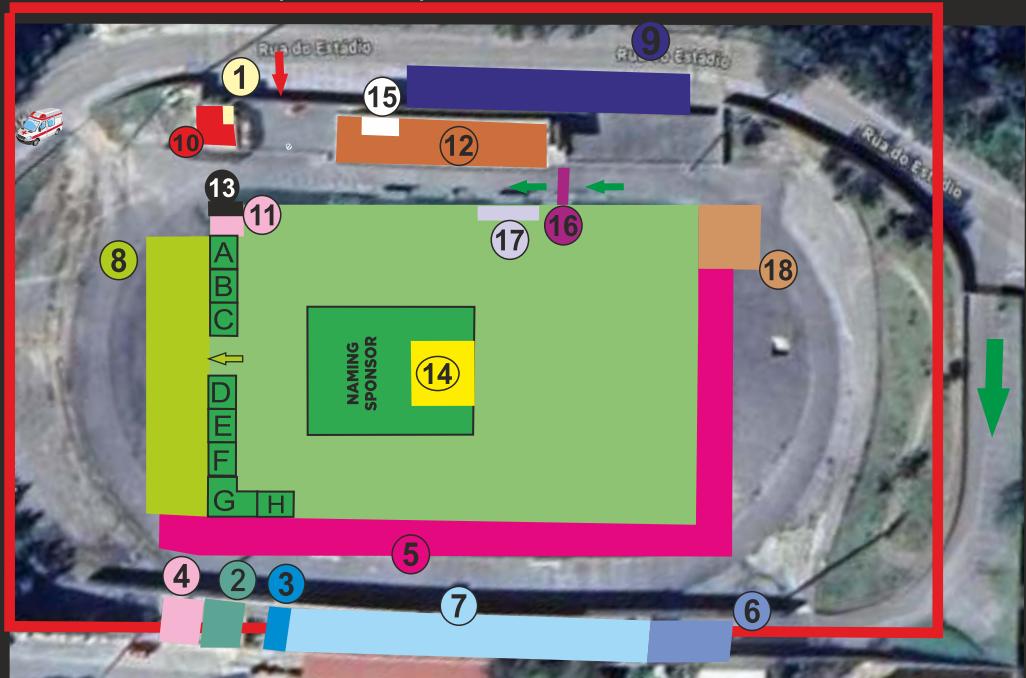




ANSIBIKERS

6. Paddock / Paddock

- 1) Irá funcionar no espaço ao longo do Estádio;
- 2) Os lugares para as equipas, devem ser requisitados por email para ansibikers@gmail.com;
- 3) No dia 28 (sexta-feira), o espaço vai ser encerrado pelas 23h00, sendo que depois desta hora, não é permitida a permanência no seu interior.



EVENTE ZONE

- ① CAIXA
- ② ACCREDITATION / Acreditação
- ③ DOPING CONTROL
- ④ SECRETARIADO
- ⑤ PADDOCK
- ⑥ BIKE WASH / Lavagem Bicicletas
- ⑦ SHOWER & CHANGING ROOM / Balneários
- ⑧ CATERING
- ⑨ PARQUE / Parking
- ⑩ CAFÉ
- ⑪ FLASH INTERVIEW
- ⑫ SPECTATORS ZONE / Zona de Público
- ⑬ MEDIA CENTER / Centro de Mídia
- ⑭ PODIUM / Pódio
- ⑮ PUBLIC TOILETS / WC Público
- ⑯ START - FINISH / Meta
- ⑰ COMMISSAIRES / Comissários
- ⑱ BOXES

■ **ZONA DE EXPOSIÇÃO**

← *Entrada Catering*

← *Sentido do Percurso*

← *Zona de Acesso ao Público*



FIRST AID - RESCUE / Posto de Socorro

**GUIA TÉCNICO
TECHNICAL GUIDE**



7. Partidas / Matches

A prova é organizada com várias partidas pelas diversas categorias e divididas da seguinte forma:

Corrida C1 - Sub-13 e Sub-15 masculinos e femininos

Corrida C2 - Masters masculinos e Open CRO

Corrida C3 - Sub-17 masculinos e todas as categorias Femininos

Corrida C4 - Elites/Sub23 e SUB-19 Masculinos

The competition is organized with several matches in different categories and divided this way:

Race C1 - U-13 & U-15 men and women

Race C2 - Men masters and Open CRO

Race C3 - U-17 men and all female categories

Race C4 - Men's Elites and Men's Under-19

8. Programa | Programme

Sábado, dia 23 de Novembro / Saturday – November 23Th

09:30 – Abertura do secretariado / Opening of the Race Office

10:45 – Encerramento do secretariado e confirmação das inscrições
Closure of the race office and confirmation of registrations

11:00 – Chamada corrida C1 / Call to Race C1

11:15 – Corrida C1 / Race C1

12:00 – Chamada corrida C2 / Call to Race C2

12:15 – Corrida C2 / Race C2

13:15 – Chamada corrida C3 / Call to Race C3

13:30 – Corrida C3 / Race C3

14:30 – Chamada corrida C4 / Call to Race C4

14:45 – Corrida C4 / Race C4

16:00 – Entrega de Prémios / Awards ceremony Race

17:00 – Festa de Encerramento / Ending party

9. Inscrições / Registrations

As inscrições nas provas deverão ser efetuadas no site da FPC.

Através do link [https://www.fpciclismo.pt/inscricoes-prova-nacional/](https://www.fpciclismo.pt/inscricoes-prova-nacional;);

Registrations for the races, FPC website, confirmation of registration must be carried by 13:00pm on November 20, by the link <https://www.fpciclismo.pt/inscricoes-prova-nacional/>;

10. Como Chegar / How to Get There

Coordenadas GPS / GPS Coordinates

39.92352, -8.43785

De Automóvel / By Car

Se vier do Norte/Sul deve seguir a A1 e sair na cidade de Pombal, faça ligação à IC8 direção a Castelo Branco.

Se vem do Sul pela A13 e sair em Avelar, faça ligação à IC8 direção a Pombal.
If you are coming from the North/South, follow the highway A1 and exit at the city of Pombal, take the IC8 direction Castelo Branco.

Coming from the south on the highway A13 and exit at Avelar, take the IC8 direction Pombal.

DE AUTOCARRO / By Bus

Deve seguir até á estação da Rede-Expressos e procurar um dos autocarros que fazem a ligação a Ansião. Consulte os horários em www.rede-expressos.pt

You should go to the buses station and look for one of the buses that make the connection to Ansião. Check timetables at www.rede-expressos.pt

DE COMBOIO / By Train

Deve procurar na estação de comboios mais próxima uma ligação a Pombal.

Consulte os horários em www.cp.pt

You should look for a connection to Pombal at the nearest train station.

Check timetables at www.cp.pt



11. Onde Ficar / Where to Stay

Ansurismo

Rua Jerónimo Soares Barbosa 34 | 3240-139 Ansião
(+351) 236 673 337
geral@ansurismo.com

Solar da Rainha

Rua dos Altos dos Pinheirais | 3240-124 Ansião
(+351) 236 676 204 | (+351) 918 801 546
geral@solardarainha.pt

Adega Típica de Ansião

Rua dos Combatentes da Grande Guerra | 3240-123 Ansião
(+351) 236 677 364 | (+351) 919 275 851
reservas@adegatipicadeansiao.com

Casal Frias

Rua dos Penedos - Barreira - Casal Frias | 3240-587 Pousaflores
(+351) 962 736 479
reservas@casalfrias.com | www.casalfrias.com

12. Onde Comer / Where to Eat

CHURRASQUEIRA DO CAMPORÊS | Ansião | 236 621 290

O MARUJO | Ansião | 919 811 558

MAU MARIA | Ansião | 236 673 191

RESTAURANTE "PÉROLA"- O GANDIN | Avelar | 236 621 231

SOLAR DA RAINHA | Ansião | 236 676 204

ADEGA TÍPICA DE ANSIÃO | Ansião | 236 677 364

ALQUIMIA | Ansião | 919 460 106

O BARROCAS | Alvorge | 236 981 324

PINGO DOCE | Ansião

O LAGAREIRO | Alvorge | 236 981 064

SANTIAGO | Santiago da Guarda | 918 393 706

13. Contactos / Contacts

Ansibikers - Associação de Praticantes BTT

Rua Cidade Erbach | 3240-134 Ansião

ansibikers@gmail.com | www.ansibikers.com

Diretor da Organização | Organization Director

Abel Madruga | 911 021 248

Diretor da Prova | Race Director

Rui Feitor | 916 772 030

UVP - FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE CICLISMO

Rua de Campolide, 237

1070-030 Lisboa / Portugal

Tel.: 213 802 140 | Fax.: 213 802 149

geral@fpciclismo.pt | www.fpciclismo.pt



14. Plano de Segurança / Security Plan

Sinalizadores / Marshals

20

Equipa de Emergência / Emergency Team

2 Socorristas / 2 Rescuers

1 Ambulância / 1 Ambulances

1 Enfermeiro / 1 Emergency Rescuers

1 Médico / 1 Doctor

Contato de Emergência / Emergency Contact

Bombeiros Voluntários de Ansião

Tel. + 351 236 670 600

Hospital / Hospital

Hospital de Avelar

Distância 10,3Kms (13min.)

Tel.: +351 236 620 200

Hospital Universitário Coimbra

Distância 51,3Kms (39min.)

Tel.: +351 239 400 400

Zona Técnica / Technical Zone

Conforme o mapa

Controlo Antidopping / Doping Control

Estádio Municipal

15. Equipa Técnica Organizadora / Technical Crew

General Directors
Ansibikers

Logistic Coordinator
Carlos Feio

Project Manager
Abel Madruga

Social Media
David Rosa

Race Directors
Rui Feitor

Medical Service
De Lima Antunes
Health Care Services

Event Safety Manager
José Ramalho

Health Assistance
B.V. de Ansião

Route Directions Coordinator
Norberto Marques

President of the Commissaires
UVP/FPC

Feed Coordinator
Lúcia Ramalho

Commissaires
UVP/FPC

Drivers Coordinator
Nelson Fernandes

Timing
Toni Carmo

Race Motors
GNR

Accreditation
FPC

Volunteers Coordinator
Anabela Jorge

Speaker
Ângelo Pedrosa

Catering
Sandra Santos
Nuno Costa

Vídeo & Photo Service
FPC

PRESENTING PARTNER



EVENT SPONSOR



MAIN SPONSOR



INSTITUTIONAL PARTNERS



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
DE CICLISMO

REGIONAL PARTNERS



SPONSOR





ANSIBIKERS

ASSOCIAÇÃO DE PRATICANTES DE BTT
RUA CIDADE DE ERBACH
3240-134 ANSIÃO
ansibikers@gmail.com
www.ansibikers.com