



## GUIA TÉCNICO (PT)

### 1 – Apresentação

A 4.ª Taça de Portugal - Portugal CUP XCO / XCO Jamor é um evento organizado pela Associação de Ciclismo de Lisboa, com o apoio da Federação Portuguesa de Ciclismo (UVP-FPC). Terá lugar no Centro Desportivo Nacional do Jamor, nos dias 10 e 11 de maio de 2025.

Realiza-se de acordo com os regulamentos da União Ciclista Internacional (UCI) para provas de cross-country olímpico (XCO) e com os regulamentos da Federação Portuguesa de Ciclismo (UVP-FPC), sendo o colégio de comissários o único órgão responsável pela sua aplicação. Destina-se exclusivamente a atletas federados com licença desportiva de competição, abrangendo as seguintes categorias: Sub-17, Sub-19, Sub-23, Elites e Masters (Masculinos e Femininos).

O percurso oferece aos atletas um verdadeiro teste de resistência, capacidade técnica e estratégia. Espera-se que o evento atraia os melhores atletas nacionais e internacionais.

### 2 – INFORMAÇÃO DA PROVA

<b>Nome da Competição</b>	4.ª Taça de Portugal – Portugal CUP XCO / XCO Jamor
<b>Tipo</b>	XCO – Cross Country Olympic
<b>Classe</b>	UCI C2
<b>Data</b>	10 e 11 de Maio de 2025
<b>Localização</b>	Centro Desportivo Nacional do Jamor - GPS 38°42'27.6"N 9°14'57.7"W
<b>Secretariado</b>	Centro de Estágio do Jamor
<b>Controlo Antidopagem</b>	Centro de Estágio do Jamor
<b>Organização</b>	Ass. Ciclismo de Lisboa (ACL)   Federação Portuguesa de Ciclismo (FPC)



### 3 – EQUIPA TÉCNICA

Cargo	Nome
Diretor da Organização	Hugo Rodrigues
Diretor de Corrida	Nuno Alves +351 938 405 943 nuno.alves@aclisboa.pt
Diretor Técnico	Mauro Duarte
Diretor UVP-FPC	David Rosa
Diretor de Percurso	Mauro Duarte
Responsável Secretariado	TBA
Comunicação	Renata Cunha
Médico de Corrida	TBA
Presidente Colégio	Agnieszka KUNC (POL) – Nomeado pela UCI
Comissários Nacionais	Vasco FERREIRA – Assistente do PCC Rita SOARES – Comissário Adjunto Rita ROCHA – Comissário Adjunto Bruno CONCEIÇÃO – Juiz de Partida Rui PEDRO – Juiz de Chegada
Cronometragem	ACL   UVP-FPC
Inscrições	<a href="https://www.fpciclismo.pt/inscricoes-prova-internacional">https://www.fpciclismo.pt/inscricoes-prova-internacional</a>

### 4 – PROGRAMA DE CORRIDA

10 de Maio – Sábado	
09h00	Abertura do secretariado
10h00	Abertura do circuito de treinos
	Início da confirmação de participantes
12h30	Encerramento do circuito de treinos
	Encerramento da confirmação de participantes
14h30	Abertura do circuito de treinos
	Confirmação de participantes
17h30	Encerramento do circuito de treinos
	Encerramento da confirmação de participantes



11 de Maio - Domingo	
07h30	Abertura do secretariado
	Confirmação de participantes
08h15	Encerramento da confirmação de participantes
08h45	Chamada para a Corrida C1 – Sub-17 Masculinos e Sub-17 Femininas
09h00	Início da Corrida C1
10h00	Chamada para a Corrida C2 – Sub-19 Masculinos e todas as categorias Femininas
10h15	Início da Corrida C2
12h15	Chamada para a Corrida C3 - Masters Masculinos e Paraciclismo Masculino
12h30	Início da Corrida C3
13h45	Cerimónia de Pódio das corridas C1, C2 e C3 (exceto Elites e Sub-23 Femininas)
14h15	Chamada para a Corrida C4 - Elites Masculinos (Elite + Sub-23)
14h30	Início da Corrida C4
16h30	Cerimónia de Pódio das Corridas de Elites e Sub-23 Masculinas e Femininas e Equipas

### CARACTERÍSTICAS DA PROVA

A prova será realizada na Pista Internacional de XCO do Jamor, situada no Complexo Desportivo do Jamor. Este percurso foi originalmente construído em 2016 e sofreu uma remodelação em 2024. Apresenta um traçado exigente, ideal para provas de cross-country olímpico (XCO), com elementos técnicos como subidas íngremes, zonas de pedras (rock gardens), saltos e descidas técnicas, oferecendo um verdadeiro teste de resistência e destreza para os atletas, sempre com total garantia de segurança.

A prova será **aberta exclusivamente a atletas federados** com licença desportiva de competição. Trata-se de uma corrida cronometrada, realizada num **circuito fechado com aproximadamente 4.000 metros de extensão**. O percurso inclui uma zona de partida ampla para garantir um arranque ordeiro e seguro, bem como duas zonas de assistência técnica.

Cada categoria terá uma classificação separada. Será utilizado um sistema eletrónico de cronometragem. O número de voltas a realizar por cada categoria será definido pela Organização em conjunto com os Comissários e será comunicado no Comunicado do Colégio de Comissários a ser afixado junto do secretariado da prova.



### Penalidades

Todas as penalidades serão regidas pelo regulamento UCI.

### Pista

Distância Total: **4.000m**

Zonas Técnicas/Abastecimento: **2** (1800m e 3800m)

Desnível Acumulado: **200m/D+**

GPX: <https://www.alltrails.com/pt-pt/explore/map/xco-jamor-2025-acl-vfinal-4be49c7?u=m&sh=qo8bcn>





### 5 – Prémios

Elites Masculinos e Femininos – Troféus para o 1.º, 2.º, 3.º, 4.º e 5.º lugar.

Restantes Categorias - Troféus para o 1.º, 2.º e 3.º lugar.

Troféu Juventude para os 1.º, 2.º e 3.º classificados Sub-23 masculinos e femininos.

Prémios monetários para os atletas de acordo com os regulamentos UCI XCO, classe C2 do grupo 2.

Ranking	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	Total
Masc. e Fem. <b>ELITE</b>	175 €	140 €	105 €	88 €	70 €	63 €	56 €	49 €	42 €	35 €	823 €
Masc. e Fem. <b>Sub19</b>	56 €	46 €	35 €	21 €	18 €	-	-	-	-	-	176 €

### 6 – PONTOS UCI - MTB XC RANKING 2025

Categorias (M/F)	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º
<b>Elite</b>	30	20	15	12	10	8	6	4	2	1
<b>Junior</b>	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2

### 7 PONTOS TAÇA DE PORTUGAL XCO 2025

	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º	13º
<b>Todas as categorias</b>	60	50	45	40	35	30	28	26	24	22	20	18	16
	14º	15º	16º	17º	18º	19º	20º	21º	22º	23º	24º	25º	
	14	12	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	

### 8 – REGRAS DE PARTICIPAÇÃO NA PROVA

- **Não haverá novas inscrições no local.** As inscrições **deverão ser confirmadas** na área do clube na plataforma UVP-FPC **até às 18:00 (UTC+1) de 5 de maio.** Atletas individuais ou estrangeiros deverão fazê-lo através dos e-mails [mtbevents@fpciclismo.pt](mailto:mtbevents@fpciclismo.pt).
- A organização não distribuirá líquidos ou outros fornecimentos.
- As bicicletas não serão permitidas no pódio.
- Apenas uma pessoa responsável pela equipa estará autorizada a ocupar o pódio da equipa: Diretor, Treinador ou Atleta.

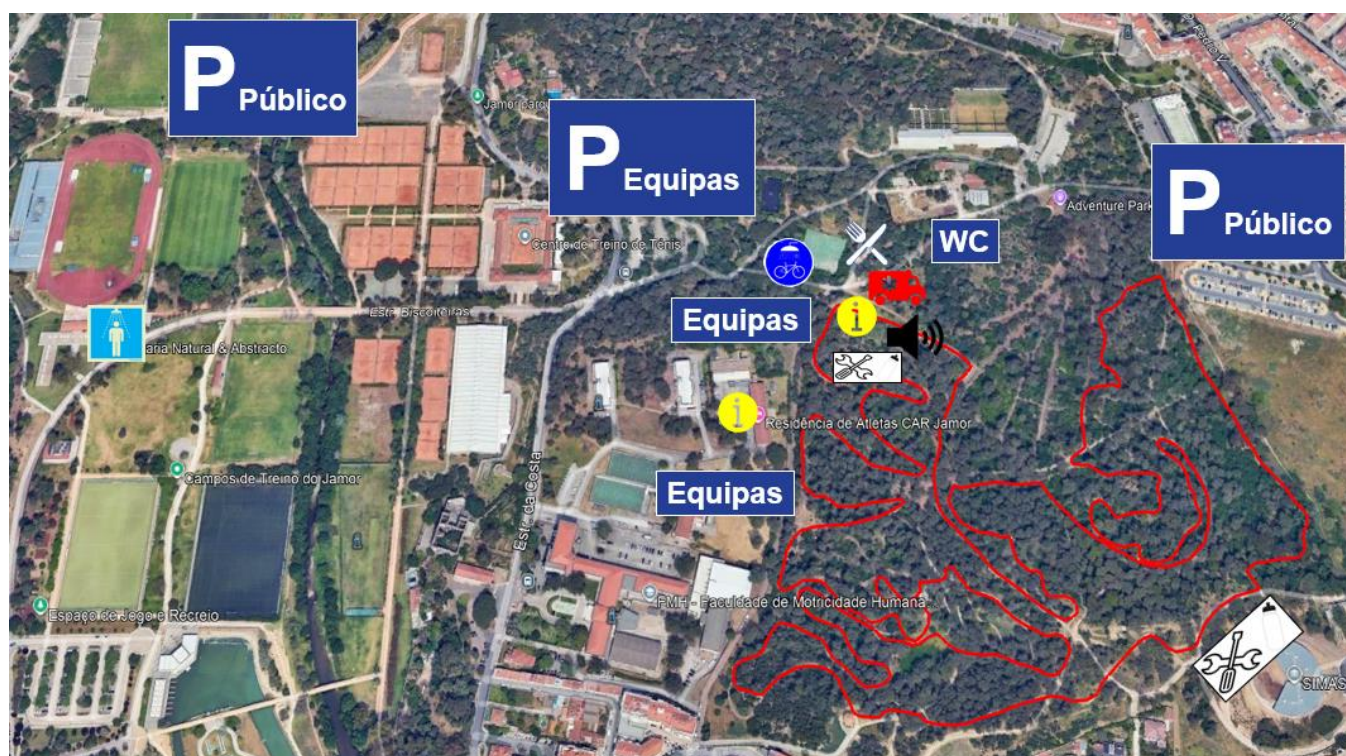


## 9 – RESPEITO PELO MEIO AMBIENTE

A maioria das provas de XCO decorre em ambientes naturais, passando por vezes por zonas remotas de grande beleza. É extremamente importante que os atletas reconheçam a necessidade de respeitar o meio ambiente e o impacto que deixam com a sua passagem.

Com o objetivo de salvaguardar os bons princípios da proteção ambiental e da promoção de um ciclismo ecológico, a Organização apela a todas as partes envolvidas no evento para que reforcem a adoção de medidas que garantam a limpeza dos locais e percursos da prova.

## 10 – MAPA GERAL



Local de Estacionamento para o Público em Geral A: <https://maps.app.goo.gl/mpStQmnxRFHR3ydv6>

Local de Estacionamento para o Público em Geral B: <https://maps.app.goo.gl/J9e6W7DN1yrsLEx19>



## 11 – PARQUE DE EQUIPAS



A montagem de tendas ou carrinhas só será permitida em local previamente designado pela organização.

Deverá ser requerido o espaço através do formulário em <https://forms.office.com/e/2zRXnXzvtF> até ao dia 5 de maio de 2025.

**A não requisição de espaço implica a interdição de estacionamento e não autorização de montagem de tendas.**



Local de Estacionamento das Equipas: <https://maps.app.goo.gl/znHnzqbaA9tKB8cg7>

Zona reservada junto ao Centro de Estágio do Jamor, com acesso controlado. O espaço será distribuído mediante disponibilidade e ordem de pedido.

## 12 – ÁREA DE EQUIPAS



A montagem de tendas será permitida apenas num local designado pela organização.

Deverá ser requerido o espaço através do link no ponto 11 até ao dia 5 de maio de 2025.

**A não requisição de espaço implica a interdição de estacionamento e não autorização de montagem de tendas.**



Locais <https://maps.app.goo.gl/8JNgkAewnki5JoRm6> e <https://maps.app.goo.gl/gMNqXAJp1pxBxohU7>

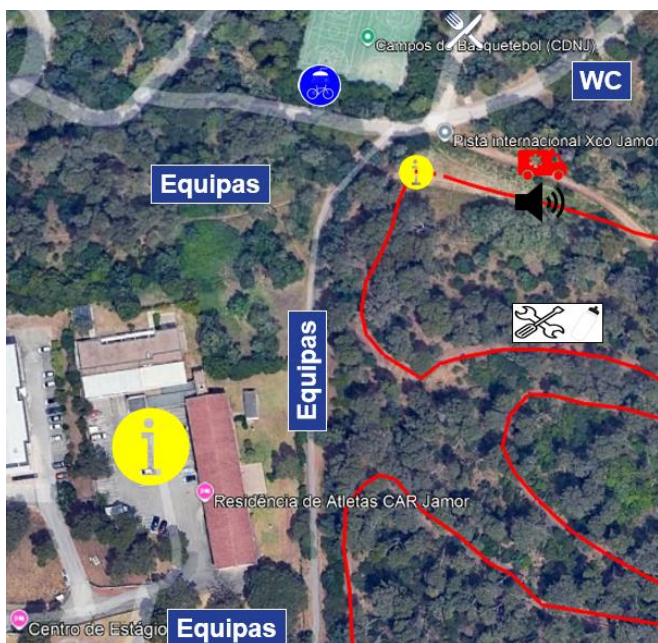


### 13 – SECRETARIADO

O Secretariado é na Residência de atletas CAR Jamor, e junto à meta.

<https://maps.app.goo.gl/dEAa9afkFxnj9rQ8>

<https://maps.app.goo.gl/PkKesVfQC6bA32Hw9>



### 14 – ZONAS DE ABASTECIMENTO / TÉCNICAS

Durante as provas, existirão ZA/ZT, devidamente assinaladas, onde é permitido abastecimento e apoio técnico, fora destas zonas, qualquer apoio implicará a desclassificação.

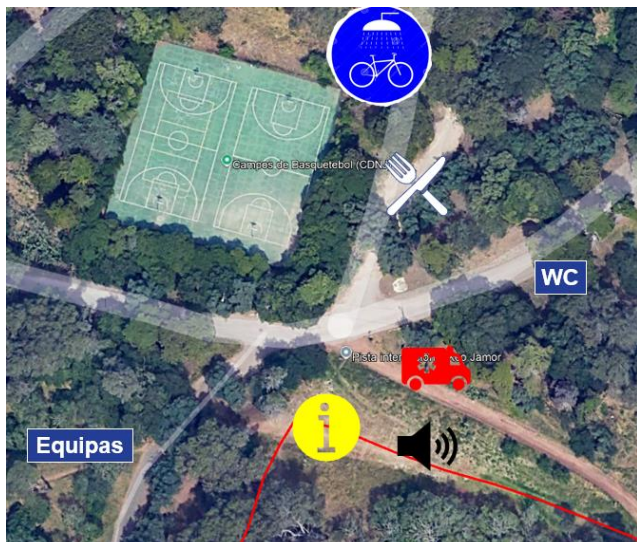
<https://maps.app.goo.gl/XKaTtwCa9jU2oaT37> e <https://maps.app.goo.gl/HWSX5S2aG6rgAmDt8>





### 15 – LAVAGEM DE BICICLETAS

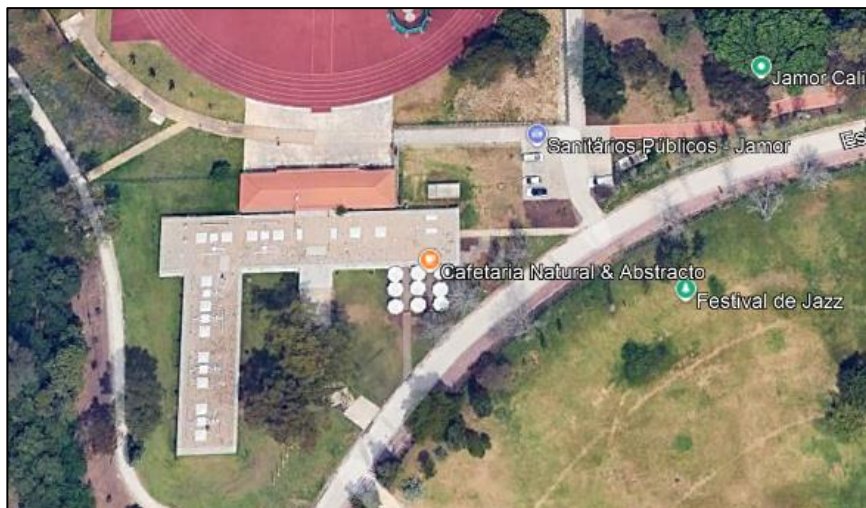
Local de limpeza de equipamentos: <https://maps.app.goo.gl/bJ95VxuYBecUy2EYA>



### 16 – BANHOS

Deve ser recolhida uma senha de acesso aos banhos no secretariado da prova:

<https://maps.app.goo.gl/6toBkFCPovH18hiJ9>



### 17 – RESTAURAÇÃO

Ficará junto ao Secretariado: <https://maps.app.goo.gl/WNVMi4SGd1x5wYNNW8>



### 18 – COMO CHEGAR

#### Pista Internacional XCO Jamor

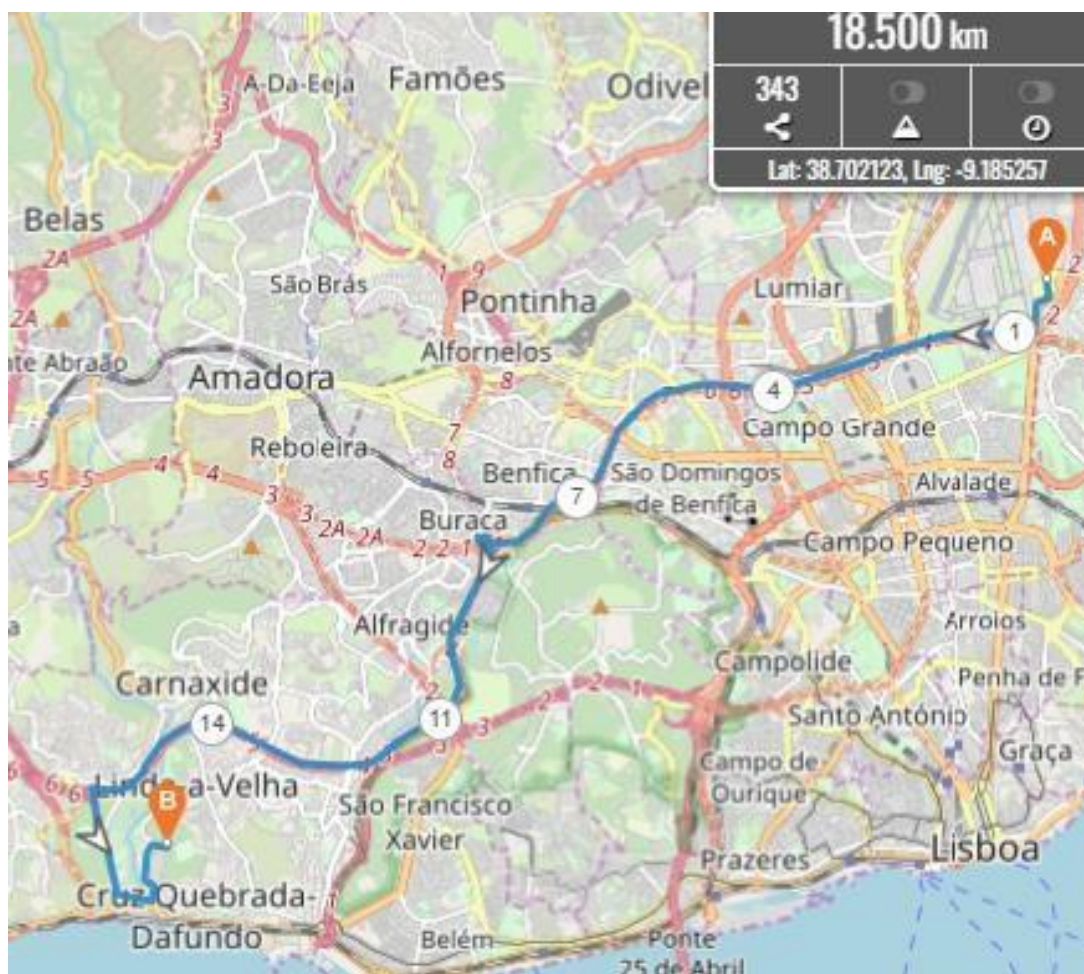
GPS 38°42'27.6"N 9°14'57.7"W

Estrada da Costa 20

1495-751 Cruz Quebrada Oeiras - Portugal



#### HUMBERTO DELGADO AIRPORT (Lisboa) / Pista do Jamor





## 19 – CONTACTOS

### ACL – Associação de Ciclismo de Lisboa

Rua Aurora Celeste, 7A, Adroana 2645-632 Alcabideche

Tlm.: +351 965 900 171

E-mail: [geral@aclisboa.pt](mailto:geral@aclisboa.pt) Site: [www.aclisboa.pt](http://www.aclisboa.pt)

### UVP – Federação Portuguesa de Ciclismo

Rua de Campolide, 237 1070-030 Lisboa

Tlf.: 213 802 140

E-mail: [mtbevents@fpciclismo.pt](mailto:mtbevents@fpciclismo.pt) Site: [www.fpciclismo.pt](http://www.fpciclismo.pt)

## 20 – DIREITOS DE IMAGEM

Os direitos de imagem da 4.ª Taça de Portugal XCO 2025 – Classe C2 são propriedade exclusiva da Federação Portuguesa de Ciclismo.

A divulgação de qualquer tipo de imagem do evento por qualquer entidade ou pessoa que não tenha sido designada pelo titular dos direitos não está autorizada.

Os pedidos de acreditação de imprensa devem ser feitos através do departamento de comunicação da FPC, através do seguinte contacto: [comunicacao@fpciclismo.pt](mailto:comunicacao@fpciclismo.pt)