

REGULAMENTO

TAÇA DE LISBOA
XCO
2025

XCO O EIRAS

22 jun 2025



XCO-09h
Encontro de ESCOLAS-14h

Prova aberta a NÃO FEDERADOS



Inscrições: www.fpciclismo.pt/inscricoes-provas
Contactos: 938405943 - sportpuntocome@gmail.com

Local da prova: Estúdios NIRVANA, Valejas, Oeiras

Apoio comercial



Apoio institucional



Índice

1. Organização	3
2. Participação.....	3
3. Categorias / Provas / Programa Desportivo.....	4
4. Inscrição / Confirmação / Reunião DD.....	6
5. Placas / Dorsais	6
6. Grelha de Partida	6
7. Classificações	7
8. Prémios / Cerimónias Protocolares	8
9. Informação da Prova	9
10. Informações Técnicas	9
11. Comportamento em prova	10
12. Equipamentos	11
13. Alterações ao Regulamento	12
14. Interpretação e Jurisdição	12
15. Estacionamento.....	13
16. Estacionamento Equipas.....	14
17. Secretariado	15
18. Circuitos	16

XCO Oeiras Campeonato Regional de Lisboa

1. Organização

O XCO Oeiras é uma organização do SPORT ponto COME – Escola de Ciclismo de Oeiras, com o apoio da Associação de Ciclismo de Lisboa. O XCO Oeiras, realiza-se no dia 22 de junho 2025 na Nirvana Studios em Valejas / Barcarena / Oeiras, prova integrada na Taça de Lisboa de XCO 2025.

O XCO Oeiras 2025 é uma prova inscrita no calendário da UVP-FPC e da Associação de Ciclismo de Lisboa, na classe de Prova Aberta, e disputada conforme o presente regulamento e o Regulamento Geral de Ciclismo para Todos da UVP-FPC.

O Encontro de Escolas disputa-se em conformidade com o regulamento das Escolas de Ciclismo e regulamento OPEN Escolas de Ciclismo 2025.

A prova disputa-se em conformidade com o regulamento da UCI, UVP-FPC, Regulamento do Ciclismo de Iniciação 2025 e o presente regulamento, sendo o colégio de comissários a única entidade responsável pela aplicação dos mesmos.

2. Participação

2.1. O número de inscrições por evento é limitado a 500 atletas.

2.2. A participação nesta prova é voluntária e da responsabilidade exclusiva de cada participante, pela sua condição física e de saúde, não devendo existir qualquer condicionante clínica que os impeça de praticar desporto ou outro tipo de esforço físico, isentando a organização do evento de toda e qualquer responsabilidade por eventuais acidentes ou ocorrências decorrentes do desenvolvimento da competição.

2.3. É obrigatório o uso de placa identificativa, colocada na frente da bicicleta de forma visível e fácil identificação assim como capacete de ciclismo homologado e equipamento adequado, não sendo permitida a nudez, chinelos ou outros acessórios que comprometam a segurança dos participantes.

3. Categorias / Provas / Programa Desportivo

Categoria (M/F)	Idades	Duração
Sub-7/Sub-9	5/8 anos	1 Manga Destreza + 500m CRI
Sub-11	9/10 anos	Destreza; XC-3 a 4 Km
Sub-13	11/12 anos	XC-3 a 5 Km
Sub-15	13/14 anos	XC-7 a 10 Km
OPEN Escolas Ciclismo	5/14 anos	Igual escalões de competição
Sub-17	15/16 anos	00h45 – 01h00
Sub-19	17/18 anos	01h00 – 01h15
Sub-23	>19 anos	01h20 – 01h40
Elites	≥ 19 anos	01h20 – 01h40
Masters 30	30/39 anos	01h00 – 01h15
Masters 40	40/49 anos	01h00 – 01h15
Masters 50	50/59 anos	01h00 – 01h15
Masters 60	≥ 60 anos	01h00 – 01h15
Paraciclismo – Categoria D	≥ 19 anos	01h00 – 01h15
OPEN M/F	≥ 19 anos	00h45 – 01h00

3.1. O percurso será apresentado em formato caminhada no dia 14 de junho às 17H:



✓ Esta caminhada com o nome de Caminhada Solidária de Reconhecimento do XCO Oeiras 2025, para além de apresentar o percurso, terá um cariz solidário, uma vez que será feita uma recolha de bens alimentares não perecíveis para serem entregues a famílias carenciadas da

Freguesia de Barcarena;

- ✓ Os donativos são facultativos;
- ✓ No dia da prova continuará a recolha dos bens;
- ✓ Esta caminhada é aberta todos, e não é exclusiva aos atletas.

3.2. Em cada prova o número de voltas a percorrer por categoria, será determinado pelo colégio de comissários.

Hora	Categorias
09h30	Categorias Femininas, Sub-17, Masters 50/60, Paraciclismo, OPEN
11h30	Elites/Sub23, Sub-19, Masters 30/40
14h30	Escolas de Ciclismo

Programa Desportivo (sujeito a alterações)	
XCO Oeiras 2025 ACL	
07h30 - 09h00	Secretariado XCO
08h00 - 09h00	Treinos Livres XCO
09h00	Encerramento da confirmação das Inscrições C1 e C2
09h05	Reunião Diretores Desportivos
09h15	Chamada para corrida C1 (Todas categorias Femininas + Cadetes + M50 + M60 + Paraciclismo + OPEN)
09h30	Corrida C1
11h15	Chamada para corrida C2 (Elites + Sub23 + Juniores + M30 + M40)
11h30	Corrida C2
13h00	Entrega de Prémios corrida C1 e C2
Encontro Regional de Escolas de Ciclismo / vertente BTT	
12h15 - 13h45	Secretariado Escolas
13h15 - 14h15	Treinos Livres Escolas
13h45	Encerramento da confirmação das Inscrições escolas
14h15	Reunião Diretores Desportivos - Escolas
14h30	Destreza – Sub-11
14h30	Prova XC – Sub-13
15h30	Destreza – Sub7 / Sub9
15h30	Prova XC – Sub-11
16h15	Prova XC – Sub-15
17h00	Entrega de Prémios

4. Inscrição / Confirmação / Reunião DD

4.1. As inscrições realizam-se no site da UVP/FPC em: www.fpciclismo.pt/inscricoes, até às 23h59 de 18/06/2025;

4.2. inscrição tem as seguintes taxas:

Categorias	Taxa de Inscrição
Categorias de escolas de ciclismo	0 €
Atletas Federados Competição (M/F)	10 €
OPEN - Federados CPT e Não Federados	15 €

4.3. As inscrições efetuadas fora do prazo regulamentar têm uma taxa extra de 10€ por atleta e só poderão ser realizadas no site da UVP/FPC em: www.fpciclismo.pt/inscricoes, até às 23h59 do dia 19/06/2025. Não serão aceites inscrições no secretariado da prova;

4.4. A confirmação das Inscrições será efetuada no site da UVP/FPC em: www.fpciclismo.pt/inscricoes, até às 23h:59 de 19/06/2024. A verificação de licenças e autorizações por parte do Colégio de Comissários, decorrem no secretariado no dia da prova;

4.5. A reunião dos Diretores Desportivos decorre no local da prova no dia 22/06/2025.

5. Placas / Dorsais

O frontal/dorsal dos atletas, será atribuído sequencialmente pela ordem de inscrição. O frontal/dorsal atribuído ao atleta na 1ª prova que realiza, será o mesmo a utilizar nas restantes provas da Taça de Lisboa XCO.

Caso o atleta se inscreva só para Oeiras. Ser-lhe-á distribuído um dorsal.

6. Grelha de Partida

6.1. A chamada para a grelha de partida, será feita de acordo com a ordem de inscrição dos atletas (escolas de ciclismo) e pelo ranking da Taça de Lisboa XCO, após a 1ª Prova da Taça de Lisboa XCO, para as restantes categorias;

6.2. As partidas são dadas separadas por categorias, com um intervalo de tempo estabelecido pelo Colégio de Comissários, igual ou superior a 1 minuto (sujeito a alterações).

7. Classificações

7.1. Será efetuada uma Classificação por categoria;

7.1.1 Os corredores dobrados deverão terminar a volta na qual foram alcançados e abandonar a prova por uma saída situada junto da linha de meta. Serão classificados em função da ordem pela qual foram retirados do percurso, com indicação do número de voltas de atraso;

7.2. Serão estabelecidas duas classificações por equipas, uma para as equipas das categorias de escolas de ciclismo e outra para as restantes categorias;

7.2.1 A classificação por equipas das categorias de escolas de ciclismo, será estabelecida conforme o estabelecido no regulamento de Ciclismo de Iniciação 2024 – Classificação Geral por Equipas;

7.2.2 A Classificação por equipas (exceto categorias de escolas de ciclismo) será estabelecida com base nos três melhores resultados, obtidos numa ou mais categorias, desde que se classifiquem no mínimo de cinco (5) corredores nas categorias masculinas e no mínimo de três (3) corredoras nas categorias femininas;

7.2.3 Da classificação geral Elite/Sub-23 serão retiradas duas classificações Elites e Sub-23 em separado. Cada uma destas categorias contará independentemente para o apuramento da pontuação das equipas;

7.2.4 A categoria OPEN não conta para a classificação por equipas;

7.2.5 Em caso de empate, beneficia a equipa com maior número de primeiros lugares da equipa, maior número de segundos lugares e assim sucessivamente. Se ainda assim se mantiver o empate, o critério a utilizar será o critério de desempate do escalão mais alto. Ordem dos escalões para efeito de desempate:

1º ELITES Masculinos
2º ELITES Femininas
3º SUB-23 Masculinos
4º Sub-23 Femininas
5º JUNIORES Masculinos
6º JUNIORES Femininas
7º CADETES Masculinos
8º CADETES Femininas
9º MASTERS 30 Masculinos

10º MASTERS 30 Femininas
11º MASTERS 40 Masculinos
12º MASTERS 40 Femininas
13º MASTERS 50 Masculinos
14º MASTERS 50 Femininas
15º MASTERS 60 Masculinos
16º MASTERS 60 Femininas

8. Prémios / Cerimónias Protocolares

8.1. Serão atribuídos troféus/medalhas ao 1º, 2º e 3º classificado de cada categoria. Será atribuído troféu / medalha ao 1º, 2º e 3º classificado Sub23 masculino e feminina com a sua classificação a ser retirada da classificação geral Elite/Sub23. Serão atribuídos troféus à 1ª, 2ª e 3ª equipa classificada;

8.2. É obrigatória a presença dos 3 primeiros classificados da classificação individual de cada categoria e 3 primeiras equipas da classificação por equipas nas cerimónias protocolares;

8.3. Na cerimónia protocolar os atletas deverão obrigatoriamente envergar o equipamento de competição das suas equipas e usar sapatos de competição ou sapato desportivo tipo sapatilha (ténis). É proibido o uso de chinelos;

8.4. A não presença dos atletas e equipas na cerimónia protocolar, implica perda do prémio, tanto individual como por equipas, salvo situações devidamente justificadas pelos corredores ou pelos seus Diretores Desportivos e aceites pelo Presidente do Colégio de Comissários.

9. Informação da Prova

Zona de Meta – Nirvana Studios / Valejas / Barcarena / Oeiras 38°43'58"N – 9°16'00"W
Secretariado - Zona de Meta – Nirvana Studios

Local Controlo Antidopagem – <https://maps.app.goo.gl/diqFQVkjRBGtV7z8A> Localização dos vestiários, duches e casas de banho – Valejas Atlético Clube Localização da zona de lavagem de bicicletas – Nirvana Studios

Equipa Técnica

Diretor da Organização / Prova: Nuno Alves

Coordenador da Logística do Controlo de Dopagem: Nuno Alves, Licença nº 57080,
Telemóvel 938405943, email: sportpontocome@gmail.com

Diretor Técnico / Percurso: João Carvalhinho

Coordenador de Controladores: Paulo Catalão

Controladores: A designar

Diretor do Recinto: Rui Gago

Colégio de Comissários: ACL Médico: A definir

Cronometragem: ACL

Speaker: António Macedo

Meios de Emergência Médica

Hospital: Hospital São Francisco Xavier e Amadora Sintra

Bombeiros: Bombeiros Voluntários de Barcarena

Nº Apólice de Responsabilidade Civil: 207640796

Nº Apólice de Acidentes Pessoais: 11708318

10. Informações Técnicas

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

<https://maps.app.goo.gl/bdxAXt5kehoHfivB9>



11. Comportamento em prova

11.1. Os participantes que seguem montados nas bicicletas terão precedência sobre os que levam a bicicleta à mão. Quem não seguir montado na bicicleta deverá deslocar-se junto da berma do caminho e em passagens estreitas desobstruir a via quando se aproximar alguém montado na bicicleta;

11.2. Os participantes que se preparam para ultrapassar outro deverão dar indicação vocal da sua passagem, indicando o local por que passam (direita ou esquerda). Quem ultrapassa deverá ter todos os cuidados para não provocar acidentes; Na luta por posições, os participantes não devem interferir corporalmente ou com a bicicleta de modo a impedir a progressão de outro. Em situações de conflito ou falta de desportivismo detetadas por controladores, os participantes em causa serão penalizados com a anulação de uma volta, após audição das partes;

11.3. A utilização de atalhos ou a saída do circuito num ponto e a entrada nouro ponto distinto terá como consequência a desclassificação do participante ou da equipa;

11.4. O não cumprimento da totalidade do percurso na íntegra, implica a desclassificação da prova;

11.5. Não é permitido circular no percurso em sentido inverso ao da prova, sob pena de

desclassificação;

11.6. Os atletas não devem impedir a progressão de outro atleta, sob pena de desclassificação;

11.7. Todos os participantes estão sujeitos ao Controlo Antidoping, por isso é obrigatório fazer-se acompanhar de documento identificativo, não podendo abandonar o local da prova sem se certificarem se estão, ou não, selecionados;

11.8. Quando solicitada a identificação do atleta pelos membros do Colégio de Comissários, terá a mesma de ser apresentada, sob pena de desclassificação;

11.9. A Organização apela a todos os participantes, que não abandonem embalagens vazias ao longo do percurso. Deverão fazê-lo estritamente na GREEN ZONE após as zonas de abastecimento. Os atletas que não cumpram este ponto, serão desclassificados;

11.10. Todas as situações omissas serão decididas pela Organização e Colégio de Comissários, em conformidade com os Regulamentos Gerais da Federação Portuguesa de Ciclismo;

11.12 A utilização de linguagem abusiva, profana ou obscena e qualquer outro tipo de comportamento não desportivo será penalizado com a anulação de uma volta;

11.13 A assistência no percurso só pode ser prestada por outros participantes inscritos;

11.14 Todo o comportamento antidesportivo e/ou anti ambiental implicará a desclassificação do participante e impossibilitará o mesmo de voltar a inscrever-se em futuras eventos;

11.15 Os atletas que forem vistos fora das marcações serão desclassificados;

11.16 A Organização apela a todos os participantes, que não abandonem embalagens vazias ao longo do percurso. Deverão fazê-lo estritamente nos contentores e sacos disponibilizados pela Organização na Partida, ao longo do percurso e na Chegada.

12. Equipamentos

12.1. Cada participante em prova deverá obrigatoriamente de usar capacete, homologado para a prática do ciclismo, colocado corretamente, quer circulem montados quer a pé;

12.2. Caso seja detetado algum participante no circuito com o capacete mal colocado poderá ser parado pela organização e obrigado a colocar o capacete corretamente;

12.3. Cada participante é responsável pela utilização de roupa e outro equipamento adequado à prática do ciclismo e às condições meteorológicas previstas para o local.

13. Alterações ao Regulamento

13.1. O presente regulamento não será modificado na sua generalidade. Compete exclusivamente à Comissão Organizadora aprovar alguma correção que considere oportuna, que será divulgada na página da prova e no secretariado;

13.2. Qualquer retificação será comunicada, com data de aplicação dessas alterações, a todos os inscritos na prova através dos contactos colocados na inscrição;

13.3. Todas as situações omissas serão decididas pela Organização e Colégio de Comissários, em conformidade com os Regulamentos Gerais da Federação Portuguesa de Ciclismo.

14. Interpretação e Jurisdição

14.1. Todos os participantes ao inscreverem-se, aderem e aceitam sem restrições o presente Regulamento;

14.2. Todos os Anexos e Aditamentos ao presente Regulamento, que a organização entender publicar, terão força de lei, do mesmo modo que o Regulamento;

14.3. À organização não poderá ser imputada qualquer responsabilidade no que respeita a acidentes e suas consequências, quer tenham sido causados pelos participantes, quer tenham sido estes as vítimas, quer provenham ou não do veículo do participante. Do mesmo modo não lhe será imputada qualquer responsabilidade, quanto às consequências de infração às leis, regulamentos e códigos em vigor, a qual deverá ser suportada pelos infratores;

14.4. A organização não é responsável pelo estado de saúde dos participantes e alerta para o facto de se tratar de uma manifestação desportiva que requer cuidados específicos de preparação física e psicológica pelo que manifesta esta preocupação a todos os inscritos;

14.5. Todas as dúvidas sobre a interpretação do Regulamento e demais casos relacionados com a prova serão analisadas e decididas pela Comissão Organizadora;

14.6. organização do evento reserva-se o direito de aplicar sanções que poderão ir até à desclassificação ou exclusão da prova, a qualquer participante que não respeite à letra o presente Regulamento, ou que, por qualquer forma, prejudique o bom nome, imagem e prestígio da mesma e/ou qualquer dos seus promotores. Nenhuma responsabilidade poderá ser imputada aos organizadores por eventuais prejuízos que de uma decisão deste tipo possam advir.

15. Estacionamento

O Estacionamento fica fora da NIRVANA STUDIOS.

Existem dois parques. Aconselhamos o parque #2 caso esteja a chover.

PARQUE #1

<https://maps.app.goo.gl/JqjCxqMatQhvSDxy6>

PARQUE #2

<https://maps.app.goo.gl/Lk95oELfogLTCGa4A>



16. Estacionamento Equipas

O Parque das equipas fica no estacionamento #1.

<https://maps.app.goo.gl/s8WUmzezcoeZ7szt7>



17. Secretariado

O Secretariado é no pavilhão 14/15, e abre às 7H.

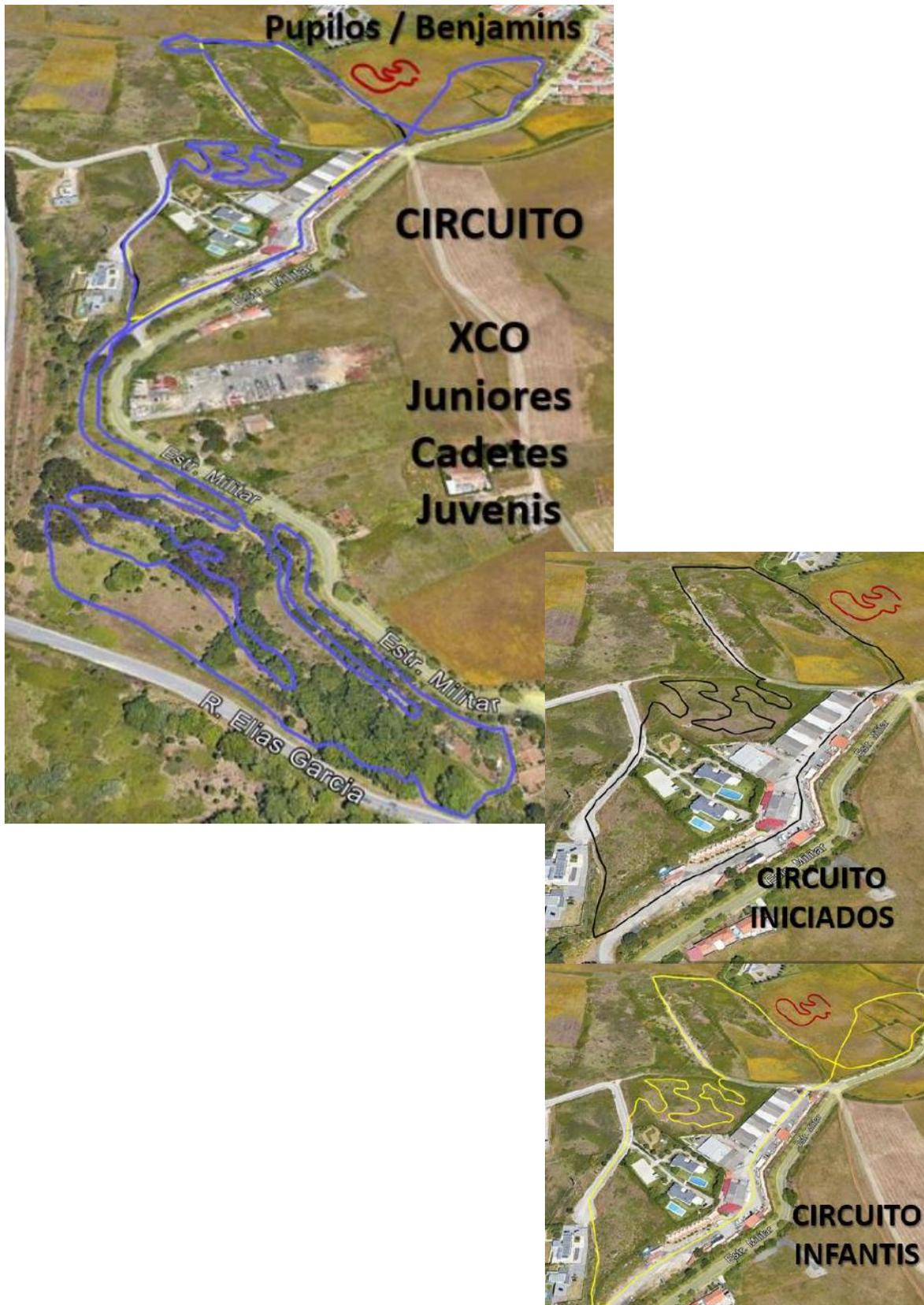
Os dorsais deverão ser levantados até 30 min antes do início da respetiva prova em que vai participar.

<https://maps.app.goo.gl/Ek7tWDS6aG1u2LbM6>



18. Circuitos

Sujeitos a alterações



CONTACTOS

UVP- Federação Portuguesa de Ciclismo

Rua de Campolide, 237 1070-030 LISBOA

T. 213802140

Associação de Ciclismo de Lisboa

Rua Aurora Celeste, 7 A, Adroana, 2645-632 ALCABIDECHE | CASCAIS

T. 218042406

Escola de Ciclismo de Oeiras – SPORT ponto COME

Rua da Pólvora nº 22 2730-278 Barcarena

sportpontocome@gmail.com | Telm. 938404943 / 964002399

A Organização

Nuno Miguel Fernandes Alves