

**CAMPEONATO NACIONAL**  **2026**

# **CICLO CROSSE LISBOA**

**11  
JANEIRO**

 **PARQUE  
DA BELA VISTA**



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
DE CICLISMO



LISBOA  
CÂMARA MUNICIPAL



ASSOCIAÇÃO  
DE CICLISMO  
DE LISBOA



**GUIA TÉCNICO  
CAMPEONATO NACIONAL CICLOCROSSE**

ad'visors  
advertising

# CAMPEONATO NACIONAL 2026



## ÍNDICE

APRESENTAÇÃO.....	2
INFORMAÇÃO DA PROVA.....	3
EQUIPA TÉCNICA.....	4
PROGRAMA.....	5
CARACTERÍSTICAS DA PROVA.....	6
PRÉMIOS E CERIMÓNIA PROTOCOLAR.....	8
LOGÍSTICA.....	9
CONTACTOS.....	10
APOIOS.....	11

# CAMPEONATO NACIONAL 2026



## APRESENTAÇÃO

O Campeonato Nacional é propriedade da UVP/ Federação Portuguesa de Ciclismo.

O Campeonato Nacional de CRO disputa-se em conformidade com os Regulamentos UCI (provas internacionais) e UVP/FPC, sendo o colégio de comissários a única entidade responsável pela aplicação dos mesmos.

O Campeonato Nacional de CRO destina-se exclusivamente aos atletas com licença desportiva de competição.

Esta prova está aberta à participação das seguintes categorias, de ambos os性os, conforme as faixas etárias: **Sub-13, Sub-15, Sub-17, Sub-19, Sub-23, Elites, Masters, Para Ciclismo e Open**

### Lisboa, a Cidade das Sete Colinas

Lisboa, a capital de Portugal, é também conhecida como a Cidade das Sete Colinas. Esta designação remonta à antiguidade, inspirada na geografia de outras grandes cidades históricas, como Roma.

As sete colinas de Lisboa – **São Jorge, São Vicente, Sant'Ana, Santo André, Chagas, Santa Catarina e São Roque** – oferecem miradouros deslumbrantes que revelam paisagens únicas sobre o rio Tejo, os bairros históricos e os telhados vermelhos que caracterizam a cidade.

Com uma história que atravessa séculos, Lisboa é uma fusão perfeita entre o antigo e o moderno. Ruas estreitas de pedra, elétricos amarelos, fachadas cobertas de azulejos e monumentos imponentes, como a Torre de Belém ou o Mosteiro dos Jerónimos, convivem com uma vida urbana vibrante, gastronomia premiada e uma oferta artística contemporânea.

Explorar Lisboa é também descobrir os seus bairros mais emblemáticos: **Alfama**, com as suas casas tradicionais e o som do fado a ecoar nas vielas; o **Bairro Alto**, onde pulsa a vida noturna; **Belém**, que guarda memórias dos Descobrimentos; e o **Chiado**, com o seu charme boémio e erudito.

Lisboa é, acima de tudo, uma cidade de luz – não só pela forma como o sol se reflete no Tejo, mas também pela energia e hospitalidade do seu povo. É um lugar onde a tradição se mantém viva, sem deixar de olhar para o futuro.

# CAMPEONATO NACIONAL 2026



## INFORMAÇÃO DA PROVA

- Denominação: Campeonato Nacional CRO – 2026 – LISBOA
- Tipo de prova CRO - Ciclocrosse
- Data da prova 11 de janeiro 2026
- Localização: Parque da Bela Vista, LISBOA (Portugal)
- Organização: |UVP-FPC | AC Lisboa | LXCycling – Academia de Ciclismo de Lisboa | Grupo Janz

As inscrições serão realizadas em [www.fpciclismo.pt](http://www.fpciclismo.pt) – prazo limite 23h59 do dia 7 de janeiro 2026 (quarta-feira).

Poderão ser realizadas no site da FPC com multa de 15 € até as 12h00 de 6ª feira dia 9 de janeiro de 2026 (sexta-feira).

Confirmações – A confirmação dos atletas será efetuada no secretariado de prova, dentro do horário estabelecido no Regulamento de CRO e Guia Técnico.

Reunião de Prova – Será enviado um comunicado na quinta-feira anterior com os aspetos principais a ter em conta

O circuito estará aberto para treinos livres (sem vigilância) no sábado dia 10 de outubro, dentro do horário estipulado.

Não haverá distribuição de líquidos ou outros abastecimentos pela organização;

A categoria Open CRO destina-se exclusivamente a corredores CPT ou com filiação diária e pressupõe o custo para atletas CPT de 10,00€, para atletas com filiação diária de 20€.

# CAMPEONATO NACIONAL 2026



## EQUIPA TÉCNICA

- Diretor da Organização: Goreti Pedrosa
- Diretor da Prova: Paulo Gaspar
- Diretor do Ciclocrosse: David Rosa
- Diretor Técnico: Pedro Vigário
- Médico da prova: A designar
- Comissário Presidente: a Designar
- Equipa de Cronometragem: UVP-FPC
- Comunicação e imagem: UVP-FPC
- Fotógrafo: UVP/FPC

## PROGRAMA

SÁBADO	
<b>09h00</b>	Treinos livres
<b>15h00</b>	Abertura do secretariado e confirmação de participantes
<b>18h00</b>	Encerramento do secretariado
DOMINGO	
<b>07h30</b>	Abertura do secretariado
<b>07h30</b>	<b>Confirmação de participantes</b>
<b>07h45</b>	Treinos oficiais
<b>08h30</b>	Encerramento da confirmação de participantes
<b>08h45</b>	Encerramento do circuito para treinos
<b>08h50</b>	Chamada Corrida C1
<b>09h00</b>	<b>Partida Corrida C1 - Campeonato Nacional da Juventude</b>
<b>09h30</b>	Chamada Corrida C2
<b>09h40</b>	<b>Partida da Corrida C2</b>
<b>10h30</b>	Chamada Corrida C3
<b>10h40</b>	<b>Partida da Corrida C3</b>
<b>11h30</b>	Treinos oficiais
<b>11h30</b>	<b>Cerimónia protocolar de entrega de prémios corridas da manhã</b>
<b>12h00</b>	Encerramento do circuito para treinos
<b>12h00</b>	Chamada da Corrida C4
<b>12h15</b>	<b>Partida da Corrida C4</b>
<b>13h00</b>	Chamada Corrida C5
<b>13h15</b>	<b>Partida da Corrida C5</b>
<b>14h30</b>	Chamada da Corrida C6
<b>14h45</b>	<b>Partida da Corrida C6</b>
<b>16h00</b>	<b>Cerimónia protocolar de entrega de prémios corridas da tarde</b>

## CARACTERISTICAS DA PROVA

Esta prova será realizada num circuito criado para o efeito na área do Parque da Belavista - Lisboa, com todas as condições de segurança. O percurso bastante diversificado com subidas, caixa de areia, saltos, descidas técnicas e outros, para garantir um espetáculo para todos

O número de voltas será informado pelos comissários após a passagem da primeira volta e a ultrapassagem ou aplicação da regra dos 80% será decidida pela organização e pelo painel de comissários e será comunicada no comunicado dos diretores desportivos.

## MAPA DO PERCURSO

Distância total: 3km



## CATEGORIAS E TEMPOS DE CORRIDA

Classe	Idade	Ano Nascimento	Tempo máximo
Sub-13 Femininos + Masculinos	11/12 Anos	2015/2014	15'
Sub-15 Femininos + Masculinos	13/14 Anos	2013/2012	20'
Sub-17 Femininos	15/16 Anos	2011/2010	30'
Sub-17 Masculinos	15/16 Anos	2011/2010	30'
Sub-19 Femininos	17/18 Anos	2009/2008	40'
Sub-19 Masculinos	17/18 Anos	2009/2008	40'
Elites Femininas	≥ 19 Anos	≥2007	45'
Masters 30 Femininas	30/39 Anos	1996-1987	30'
Masters 40 Femininas	40/49 Anos	1986-1977	30'
Masters 50 Femininas	≥ 50 Anos	≥1976	30'
Elites Masculinos	≥19 Anos	≥2007	60'
Masters 30 Masculinos	30/34 Anos	1996-1992	45'
Masters 35 Masculinos	35/39 Anos	1991-1987	45'
Masters 40 Masculinos	40/44 Anos	1986-1982	45'
Masters 45 Masculinos	45/49 Anos)	1981-1977	45'
Masters 50 Masculinos	50/54 Anos	1976-1972	45'
Masters 55 Masculinos	55/59 Anos	1971-1967	45'
Masters 60 Masculinos	60/64 Anos	1966-1962	40'
Masters 65 Masculinos	65/69 Anos	1961-1957	40'
Masters 70 Masculinos	≥ 70 Anos	≥1956	40'
OPEN CRO + Para Ciclismo	>19	≥2007	30

As provas do Campeonato Nacional CRO são divididas da seguinte forma: CRO

<b>Corrida 1</b>	Campeonato Juventude / Sub-13 e Sub-15 Masculinos e Femininas
<b>Corrida 2</b>	Masters Masculinos e Open
<b>Corrida 3</b>	Masters Femininos e Sub-17 Masculinos e Femininas
<b>Corrida 4</b>	Sub-19 Masculinos e Femininas
<b>Corrida 5</b>	Elites Femininas
<b>Corrida 6</b>	Elites Masculinos

# CAMPEONATO NACIONAL 2026



## PRÉMIOS E CERIMÓNIA PROTOCOLAR

Medalha para o 1º, 2º e 3º classificado de cada categoria. Camisola de Campeão Nacional ao vencedor de cada categoria.

As cerimónias Protocolares e entrega de prémios realizam-se nos horários do quadro anterior

É obrigatório a presença de todos os premiados de cada categoria.

Os atletas contemplados na cerimónia protocolar deverão obrigatoriamente envergar o equipamento de competição das suas equipas e usar sapatos de competição ou sapatilhas.

Não são permitidas bicicletas no pódio

## PLANO DE SEGURANÇA

**Staff Médico:** Cruz Vermelha Portuguesa 1 ambulância / 1 Médico/ 1 Enfermeiro / Socorristas

**Hospital:** Hospital Santa Maria

# LOGÍSTICA

## Parque da Bela Vista

<https://maps.app.goo.gl/Metd1bktLsJpJKqN6>

GPS: 38.75110963427508, -9.124785310486233



## Zona de Paddock Equipas (Entrada pelo portão lateral)

<https://maps.app.goo.gl/BgUAiUgcNS3afNA67>

GPS: 38.747248, -9.124243

**RESERVA DE ESPAÇO:** A entrada e montagem de tendas nesta zona carece de reserva, preencha o formulário aqui: <https://forms.office.com/e/izbD89srSa>

## ADOP

Casa de Apoio Parque da Bela Vista

GPS: 38.748862, -9.123957

# CAMPEONATO NACIONAL 2026



## CONTACTOS

### LXCycling - Academia de Ciclismo de Lisboa

Rua Francisco Miguel Duarte, Ed. B  
Parque Urbano do Calhau  
1500 - 286 Lisboa  
T: 966781446

[www.lxcycling.pt](http://www.lxcycling.pt)  
[geral@lxcycling.pt](mailto:geral@lxcycling.pt)

### Associação de Ciclismo de Lisboa

Rua Aurora Celeste, 7 A, Adroana  
2645-632 Alcabideche | Cascais  
T. 218042406

### UVP-Federação Portuguesa de Ciclismo

Rua de Campolide, 237  
1070-030 Lisboa  
T. 213 802 140  
[www.fpciclismo.pt](http://www.fpciclismo.pt)  
[mtbevents@fpciclismo.pt](mailto:mtbevents@fpciclismo.pt)

## Grupo WhatsApp CRO Comunicados e Resultados

<https://chat.whatsapp.com/HXzqdKp5D5YGlfcgRAeZvk?mode=wwc>



## APOIOS



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
DE CICLISMO



LX CYCLING  
ACADEMIA DE CICLISMO DE LISBOA