

21 E 22
SETEMBRO
2019
4.0



DA NASCENTE À FOZ DO RIO CÁVADO
MONTALEGRE - ESPOSENDE

REGULAMENTO



DEFINIÇÃO

A 4ª edição do Transcávado btt-gps decorrerá nos dias 21 e 22 de setembro de 2019, O Transcávado 2019 será a confirmação de uma das mais desafiantes provas na modalidade de BTT. Que une nove concelhos: Montalegre, Terras do Bouro, Vieira do Minho, Póvoa de Lanhoso, Amares, Braga, Vila Verde, Barcelos e Esposende, desenhando percursos e histórias de pura superação, desde a nascente até à foz.

O percurso volta a ter o ponto de partida junto à nascente do Cávado, em Montalegre, percorrendo a margem direita/norte do rio Cávado, entre caminhos rurais e magníficas paisagens naturais até Esposende, por terras de média e alta altitude.

Depois do sucesso das edições anteriores explorar mais os trilhos que ladeiam o Rio Cávado valorizando a sua ecovia e a natureza no seu esplendor, no abraço de toda região hidrográfica, são alguns dos objetivos desta edição.

A participação do Transcávado é aberta a qualquer pessoa com mais de 18 anos de idade, de qualquer sexo ou nacionalidade.

O Transcávado 2019 terá desafios à medida de cada um e pode ser percorrido em duas etapas, na versão Transcávado Slow Race (dias 21 e 22), ligando Montalegre a Terras do Bouro, e, Terras do Bouro a Esposende, numa simbiose perfeita entre o lazer e o prazer de um grande desafio. E o Transcávado Race (dia 22), numa só etapa, em duplas ou individuais, numa vertente mais competitiva, destinada aos mais audazes, motivados pela oportunidade de superar os seus limites em plena harmonia com a natureza no seu estado mais puro e selvagem. Serão 150 Km de aventura. A organização assegura toda a logística deste evento, nomeadamente transporte de pessoas, bicicletas, mochilas, alimentação e dormidas, com recolha em Montalegre e Esposende. O Transcávado BTT-GPS é organizado pela empresa local Esposende 2000, EM- Atividades Desportivas e Recreativas em parceria com os Municípios de Esposende, Barcelos, Vila Verde, Braga, Póvoa de Lanhoso, Vieira do Minho, Amares, Terras do Bouro e Montalegre.



FORMATO

O Transcávado **Slow Race** será composto por duas etapas, numa vertente de lazer e aventura em BTT, de orientação por GPS e decorre nos dias 21 e 22 de setembro de 2019.

Dia 21 - Partida de Montalegre, junto à Câmara Municipal, e, chegada à escola EB 2/3 de Rio Caldo / Gerês (Terras de Bouro), sempre por trilhos próximos do Rio Cávado, numa distância aproximada de 80 Km. Grau de dificuldade: médio/elevado.

Dia 22 - Partida da escola EB 2/3 de Rio Caldo / Gerês (Terras de Bouro) e chegada zona ribeirinha de Esposende, Frente às Piscinas Foz do Cávado, em Esposende, sempre por trilhos próximos das margens do rio Cávado, numa distância aproximada de 70 Km. Grau de dificuldade: Médio.

O **Transcávado Race** é uma prova de superação em BTT, com orientação GPS e em autonomia, ligará a nascente do Rio Cávado, em Montalegre, à foz, em Esposende, numa vertente competitiva, durante 150 Km. Grau de dificuldade: Elevado

Dia 22 - Partida de Montalegre, junto à Câmara Municipal, e chegada à zona ribeirinha de Esposende, Frente às Piscinas Foz do Cávado, em Esposende, onde não faltará aventura, desfrutando de paisagens fantásticas desde a nascente até à foz do rio, numa distância aproximada de 150 KM.

Os participantes no **Transcávado Race** poderão fazê-lo nas seguintes categorias: **Individual ou duplas**



REGULAMENTO

A organização do evento é da responsabilidade da empresa local Esposende 2000 Atividades Desportivas e Recreativas, EM, Sociedade Unipessoal L.da, com sede na Av. Eng.º Eduardo Arantes e Oliveira, n.º 851, 4740-204 Esposende, Portugal

A organização é composta por:

- a) Concelho da administração
- b) Coordenador geral
- c) Secretariado
- d) Percurso
- e) Logística
- f) Segurança
- g) Comunicação e imagem

A direção e os controladores são "juízes de facto", pelo que as suas decisões são inquestionáveis. Os elementos da organização estarão devidamente identificados através de vestuário ou cartões identificativos visíveis.

PERCURSO

Tanto o percurso de um dia (**Transcávado Race**), como o de dois dias (**Transcávado Slow Race**), têm início Montalegre terminam na cidade de Esposende, e serão compostos por mais de 90% de caminhos rurais, trilhos, estradas florestais, não asfaltadas, ao longo das margens do rio Cávado.

Este percurso será um autêntico desafio onde não faltará magníficas paisagens numa verdadeira aventura, entre a foz e a nascente de um rio que atravessa os concelhos de Montalegre, Terras do Bouro, Vieira do Minho, Póvoa de Lanhoso, Amares, Braga, Vila Verde, Barcelos e Esposende.

Os participantes devem ter extrema atenção nos cruzamentos das vias públicas, sendo os mais perigosos devidamente identificados em Waipoint no GPS.



PARTICIPAÇÃO

Transcávado Slow Race

Por questões de segurança e logística, é estabelecido o limite de 10 horas para a conclusão da primeira etapa e 9 horas na segunda etapa.

Esta é uma versão lazer e sem qualquer caráter competitivo, será feito o registo eletrónico dos tempos de chegada apenas para controlo organizativo.

Transcávado Race

Por questões de segurança e logística, é estabelecido o limite de 13 horas.

Ao longo do percurso serão efetuados vários pontos de controlo de passagem, com recolha de tempos intermédios, locais estrategicamente escolhidos pela organização que serão do conhecimento dos participantes.

Após passagem pelo pórtico de meta será recolhido o tempo oficial de prova. Em relação às duplas, os dois atletas têm de chegar obrigatoriamente juntos, contabilizando o tempo de chegada o do último a cortar a linha de meta.

Em caso de dúvida do trajeto realizado, as equipas terão que entregar o seu GPS, para que a organização possa controlar o percurso efetuado.

Caso a equipa se recuse a entregar o seu GPS ou o mesmo não contiver o registo do percurso efetuado não poderá ser validada e será atribuído o tempo máximo para a realização da etapa. Os tempos de prova resultam da cronometragem feita pela organização e não dos tempos dos marcados no GPS dos participantes.

Poderão ser emitidas e divulgadas classificações gerais, não oficiosas nem completas, mas que permitam à organização providenciar a realização de pódios e cerimónia protocolar de entrega de prémios às equipas que completarem as primeiras posições de cada escalão em competição.



PENALIZAÇÕES

As penalizações serão em tempo ou desclassificação e serão aplicadas, no final da prova, da seguinte forma:

1. Ausência de marcação nos pontos de controlo: 90 minutos por cada ocorrência;
2. Conduta anti desportiva: desclassificação;
3. Cada Km fora do track definido 30 minutos;
4. Se por qualquer motivo, em situação de dupla, algum dos elementos tiver que desistir, é permitido ao outro elemento continuar em prova, sofrendo a equipa uma penalização de 90 minutos pela desistência do elemento;
5. Depositar lixo no percurso pode ser considerado como conduta anti desportiva e será tido em conta para efeitos de participação em futuros eventos promovidos pela organização;
6. Não é permitido a utilização de bicicletas elétricas ou com qualquer outro mecanismo auxiliar, que não exclusivamente a força física do próprio utilizador, na versão Transcávado Race e Duplas.



SECRETARIADO

O secretariado funciona através do site do evento em: www.transcavado.com, e do email secretariado@transcavado.com

Poderá efetuar o levantamento dos Kits de participante, obter esclarecimentos do evento, apoio ao carregamento track GPS, nos seguintes locais e horários:

Dia 19 e 20 de setembro

Esposende - Complexo Piscinas Foz do Cávado - 09h00 / 21h00

Dia 20 de setembro

Esposende - Complexo Piscinas Foz do Cávado - 09h00 / 21h00

Montalegre - Pavilhão Multiusos - 16h00/22h00

Dia 21 de setembro

Esposende - Complexo Piscinas Foz do Cávado - 09h00 / 21h00

Montalegre - Pavilhão Multiusos - 6h30 às 12h00 e das 16h00/22h00

Contactos:

Piscinas - 253 964 182

Coordenador - 966 706 638

Programa SLOW RACE

Dia 20 setembro - Sexta-feira

Esposende - Complexo Piscinas Foz do Cávado

Das 17h00 / 20h00 - acondicionamento de bicicletas para transporte para o local de partida - Montalegre, conforme solicitação prévia na ficha de inscrição.

20h00 - Transporte em autocarro desde Esposende para os participantes que desejem pernoitar em Montalegre, conforme solicitação prévia na ficha de inscrição.

A Organização disponibiliza aos participantes dormida em solo duro e banhos, no Pavilhão Multiusos de Montalegre, com acesso ao local até às 23h00.



Haverá um reforço alimentar simples que será distribuído no Pavilhão Multiusos de Montalegre, pelas 22h00.

NOTA IMPORTANTE:

- A organização apenas efetuará um **TRANSPORTE ÚNICO** de bicicletas e dos participantes **SLOW RACE**, para o local da partida.

- No ato da entrega / levantamento da bicicleta cada participante terá de efetuar um registo de controlo logístico.

Dia 21 setembro - sábado

Montalegre

7h00 / 8h30 - Levantamento das bicicletas no pavilhão multiusos / entrega de sacos dos participantes.

8h45 - Briefing

9h00 - Partida **SLOW RACE**

Terras do Bouro

13h00 - Previsão de chegada dos primeiros participantes à escola EB 2/3 de Rio Caldo / Gerês (Terras de Bouro) Final da 1.ª etapa

18h00 - Fecho de controlo

18h00 / 20h00 - banhos e acomodação para dormida em solo duro no pavilhão gimnodesportivo da escola EB 2/3 de Rio Caldo / Gerês (Terras de Bouro)

20h00 - jantar convívio na escola EB 2/3 de Rio Caldo / Gerês (Terras de Bouro), conforme solicitação prévia na ficha de inscrição.



Dia 22 de setembro - domingo

Terras do Bouro

07h00 / 08h30 - Pequeno almoço na escola EB 2/3 de Rio Caldo / Gerês (Terras de Bouro)

08h45 - Briefing

09h00 - Partida 2ª etapa SLOW RACE

Esposende- Meta

13h00 - Previsão de chegada dos primeiros participantes à zona ribeirinha de Esposende, Frente às Piscinas Foz do Cávado, em Esposende.

13h00 / 20h00 - Banhos nas Piscinas Foz do Cávado

15h00 / 20h00 - Lanche convívio

17h00 - Cerimónia de pódio

20h00 - Fecho de controlo

20h00 - Regresso dos participantes em autocarro e transporte de bicicletas para Montalegre, conforme solicitação prévia na ficha de inscrição.

Programa Race

Dia 21 de setembro - sábado

Esposende - Complexo Piscinas Foz do Cávado

Das 15h00 / 17h00 - acondicionamento de bicicletas para transporte para o local de partida - Montalegre, conforme solicitação prévia na ficha de inscrição.

17h00 - Transporte em autocarro desde Esposende para os participantes que desejem pernoitar em Montalegre, conforme solicitação prévia na ficha de inscrição.



Montalegre

18h00 / 23h00 - acomodação para dormida em solo duro e banhos, no Pavilhão Multiusos de Montalegre, com acesso ao local até às 23h00.

Haverá um reforço alimentar simples que será distribuído no Pavilhão Multiusos de Montalegre, pelas 22h00.

NOTA IMPORTANTE:

- A organização apenas efetuará um **TRANSPORTE ÚNICO** de bicicletas e dos participantes **RACE**, para o local da partida.

- No ato da entrega / levantamento da bicicleta cada participante terá de efetuar um registo de controlo logístico.

Dia 22 de setembro - domingo

05h30 / 06h30- Levantamento das bicicletas / entrega de sacos dos participantes

06h45 - Briefing

07h00 - Partida RACE

ESPOSENDE - META

15h00 - Previsão de chegada dos primeiros participantes à zona ribeirinha de Esposende, Frente às Piscinas Foz do Cávado.

15h00 / 20h00 - Banhos nas Piscinas Foz do Cávado

15h00 / 20h00 - Lanche convívio 15h00 / 20h00 - Lanche convívio

17h00 - Cerimónia de pódio

20h00 - Fecho de controlo

20h00 - Regresso dos participantes em autocarro e transporte de bicicletas para Montalegre, conforme solicitação prévia na ficha de inscrição.



INSCRIÇÕES

ABERTURA DAS INSCRIÇÕES:

As inscrições estão decorrem de 1 de maio a 7 de setembro

CUSTO DE INSCRIÇÕES

RACE: Individual masculino ou feminino: € 35,00 - Duplas € 70,00

SLOW RACE: Individual masculino ou feminino: € 35,00

Limite máximo de inscrições: 350 participantes

TRANSCÁVADO RACE 175 atletas

TRANSCÁVADO - SLOW RACE 175 atletas

As inscrições encerram quando se atingir o limite das inscrições pagas.

As inscrições deverão ser submetidas pelo formulário online no site do evento: www.transcavado.com

Após a submissão da inscrição, os inscritos passarão a constar numa lista provisória. Contudo, só integrarão a lista definitiva depois de validar a inscrição, efetuando o respetivo pagamento.

Os inscritos serão removidos da lista provisória se o pagamento não for efetuado nos 15 dias seguintes à data de inscrição.

O pagamento será efetuado por multibanco, mediante referência gerada no ato da inscrição



A INSCRIÇÃO INCLUI:

Participação na prova

Track de GPS

Placa frontal / pulseira de identificação

Seguro desportivo de acidentes pessoais

Dormida em pavilhão em solo duro

Banhos no pavilhão em **Rio Caldo / Terra do Bouro - Slow Race**

Jantar convívio - dia 21 em **Rio Caldo / Terras do Bouro - Slow Race**

Pequeno almoço - dia 22 em **Rio Caldo / Terras do Bouro - Slow Race**

Reforço sólido e líquido de aprox. 30 em 30 Km - **Race / Slow Race**

Bebida isotónica nos postos de abastecimento

Lubrificante nos postos de abastecimento

Tempos oficiais de percurso (após validação dos dados de registo GPS)

Zona para lavagem de bicicletas

Banhos aquando da chegada a Esposende

Reforço alimentar após prova na chegada - **Esposende**

Lembranças

Medalha de **Finisher**

Pódio: prémios para os 3 primeiros classificados **RACE** em duplas, individuais masculinos e femininos.



DESISTÊNCIAS DA PROVA

Se por qualquer razão um atleta / equipa decidirem desistir da prova, terá de imediato que informar a organização.

Isto poderá ser feito em qualquer posto de controlo / abastecimento ou telefonicamente.

Os contactos de emergência estarão presentes no frontal do atleta.

Qualquer desistência não comunicada à organização poderá desencadear uma operação de busca e resgate, que obviamente incorrerá em despesas para a organização. Estes custos, se os houver, serão debitados ao atleta/equipa que negligenciou em informa a sua desistência.

Em relação à participação por duplas, estas são indissociáveis a não ser em caso de acidente, problema mecânico ou deficiência física. Numa situação de desistência, a equipa não pode abandonar o elemento desistente, até este ser entregue a um elemento da organização (num dos pontos de controlo ou contactando a organização telefonicamente pelos números que serão disponibilizados). O desrespeito desta regra gera a desqualificação da equipa. O segundo elemento poderá prosseguir a sua etapa, sendo penalizado tal como previsto no artigo das penalizações do presente regulamento.

Desistências pré-prova:

Se comunicadas por e-mail até dia 1 de agosto de 2019, os atletas terão direito ao reembolso de 50% do valor da inscrição pago. Após essa data, não terão direito a qualquer reembolso.



ABANDONO COMPULSIVO

O diretor de prova, baseado no seu próprio julgamento, tem poderes para desclassificar ou não permitir a permanência em prova a atletas/duplas, que a dado momento apresentem qualquer um dos seguintes casos:

- Problemas de saúde física ou mental;
- Abuso ou violação premeditada do presente Regulamento de prova;
- Conduta anti desportiva;
- Ingestão exagerada de bebidas alcoólicas;
- Participar na prova sob influência de drogas alucinogénias;
- Abusivo desrespeito pelas leis vigentes, religiões ou costumes;
- Abuso desrespeito pelo meio ambiente (inclui lixo propositadamente deitado ao chão);
- Abusivo desrespeito pelas regras de trânsito;

APOIO MECÂNICO

A organização providenciará a assistência técnica às bicicletas dos concorrentes que contratarem esses serviços a título gratuito nos seguintes dias:

- 21 de Setembro no final da etapa **Slow Race** em Terras do Bouro
- 22 de Setembro na passagem **Race** em Terras do Bouro (km 80)

Todas as peças ou acessórios que venham a ser utilizados na reparação serão cobrados aos respetivos atletas.

ALOJAMENTO

O **Transcávado Slow Race** tem incluída a dormida em solo duro num pavilhão, no entanto, caso o participante assim o deseje, por opção pessoal, a organização desenvolveu algumas parcerias com comunidades de alojamento em Terras do Bouro e área circundante, informação que será publicada no site do evento.



MATERIAL ACONSELHÁVEL DURANTE A PROVA

A organização aconselha todos os participantes assegurarem o seguinte material durante a prova:

Câmara de ar
Remendos
Bomba Co2
Kit de ferramentas
Óleo para corrente
Pilhas/ Poder bank para GPS
Telemóvel (com bateria carregada)
Água e nutrição pessoal / sólidos

CLASSIFICAÇÕES

O **TRANSCÁVADO RACE** será ganho pelo atleta individual, masculino e feminino e melhor dupla, que somar o menor tempo no final da prova.

Haverá uma classificação geral e outra por escalões e prémios para os 3 melhores classificados. As classificações serão publicadas imediatamente no final do evento.

PRÉMIOS

Serão atribuídos medalhas de **Finisher** a todos os participantes que completarem o **TRANSCÁVADO SLOW RACE** ou o **TRANSCÁVADO RACE**, conforme regulamento da prova.

O vencedor da **TRANSCÁVADO RACE** será o atleta individual masculino ou feminino e pela dupla que somado menor tempo final da prova.

Serão atribuídos troféus/lembranças aos primeiros três classificados conforme as seguintes categorias do **TRANSCÁVADO RACE**:



Individual Masculino

Sub/Elite até 29 anos

Veteranos A - 30/39 anos

Veteranos B - 40/49 anos

Veteranos Carla- 50+ anos

Individuais Femininos

Sub/Elite até 29 anos

Veteranos + 30 anos

Duplas

Independente de idade / sexo

1ª Classificada

2ª Classificada

3ª Classificada

Prize Money

A organização premiará ainda à geral, os mais rápidos do **RACE** através da atribuição de um prémio monetário:

Melhor individual masculino - 100€

Melhor individual feminino - 100€

Melhor dupla - 200€

SEGURO

Os atletas inscritos no **SLOW RACE** e **RACE** estarão cobertos por apólice de seguro conforme Decreto Lei nº 10/2009, de 12 de janeiro, garantindo as seguintes coberturas e capitais:

Morte ou invalidez permanente absoluta: € 27.389,00

Despesas de tratamento e repatriamento 4.383,00 €

Despesas de funeral € 2.192,00



PROTEÇÃO

A todos os participantes é exigido o respeito pelas leis do Código da Estrada, uma vez que o Transcávado BTT-GPS também percorre estradas abertas ao trânsito. Quem não cumprir a lei será expulso desta e de futuras edições deste passeio.

A organização não poderá ser responsabilizada por qualquer acidente que o participante possa causar ou ser vítima, nem de eventuais dívidas contraídas pelos participantes antes, depois ou no decurso do passeio, nem de avarias ou extravios que possam sofrer bicicletas e/ou outros equipamentos dos participantes. Ao inscrever-se, o participante está implicitamente a isentar a organização de responsabilidade por perda ou deterioração de objetos pessoais sob qualquer circunstância.

A organização reserva-se o direito de efetuar as modificações que considerar oportunas, no percurso ou outras, sempre e quando estas se justificarem. De igual modo reserva-se o direito de admissão no Transcávado BTT-GPS os direitos de imagem

A aceitação deste regulamento significa que o participante autoriza a organização do Transcávado BTT-GPS a gravar, total ou parcialmente, a sua participação na mesma; autoriza a utilização da sua imagem na promoção e divulgação da imagem do Transcávado BTT-GPS sob todas as suas formas (TV, rádio, imprensa, fotos, DVD, internet, cartazes, flyers, etc) e cede todos os direitos relativos à exploração comercial e publicitária da mesma sem reclamar qualquer contrapartida económica.

A organização garante aos participantes o total respeito pela lei de proteção de dados.

O mero ato de inscrição neste evento pressupõe a aceitação integral deste regulamento, ao mesmo tempo que se renuncia a toda e qualquer ação legal contra a organização que possa derivar da participação no Transcávado BTT-GPS.

Os dados recolhidos no formulário de inscrição, no momento da inscrição, serão partilhados com a entidade parceira ONSALESIT, S.A. que se compromete a trata-los de forma confidencial e responsável, assegurando o seu tratamento em estrito cumprimento do RGPD, nos termos da sua política de proteção de dados e de privacidade.



OUTRAS INDICAÇÕES

A organização pede a todos os participantes o maior civismo com os detritos, embalagens e afins, devendo estes serem depositados em local apropriado.

A realização deste evento implica a ocupação da via pública, por conseguinte, tendo em conta que não haverá interrupção da circulação nem elementos da organização nos cruzamentos e entroncamentos ao longo de todo o percurso, todos os participantes devem obrigatoriamente cumprir as regras de trânsito.

O júri decidirá sobre todos os assuntos relacionados com a prova que não foram objeto de regulamentação ou sobre mal interpretações do presente julgamento. Este júri poderá ainda decidir sobre a imposição de penalizações.

Este regulamento poderá ser alterado, sem aviso prévio, se se verificar que existe alguma omissão, incorreção ou texto que dê possibilidade a má interpretação.

Ao presente regulamento poderão ser efetuados aditamentos que serão igualmente publicados na página de internet do evento.

O evento TRANSCÁVADO 2019 poderá ser cancelado em virtude de força maior, designadamente por razões meteorológicas que impeçam a sua realização ou por razões de segurança. A organização poderá cancelar a prova a qualquer momento, caso se verifique algum impedimento técnico ou infra estrutural aos quais seja alheia. Em caso de cancelamento 80% do valor das inscrições será devolvido num período máximo de 30 dias após a data prevista para a realização da prova.

Em circunstância alguma os participantes inscritos poderão reclamar qualquer indemnização de qualquer natureza. Os casos omissos serão analisados pela organização que será soberana nas suas decisões.



ORGANIZAÇÃO



COLABORADORES

