



Montalegre

Durante o século VIII, durante o período da Reconquista Cristã da Península Ibérica, estas terras foram constantemente atacadas pelos muçulmanos. Depois, e até à independência do Condado Portucalense, que deu origem ao Reino de Portugal, as terras de Montalegre integraram os domínios da Gallaeciense Regnum.

Montalegre é uma A fronteira Portugal-Espanha, conhecida pelo epíteto de A Raia (em castelhano: La Raya; em galego: A Raia), é a linha que divide os territórios da República Portuguesa e do Reino de Espanha. É a fronteira mais antiga da Europa, com alguns limites estabelecidos desde o tempo do Condado Portucalense e do Reino de Leão.

Limites entre o Reino de Portugal e o Reino de Leão até 1210, durante o domínio almóada no sul da Península.

De uma forma mais ampla, a raia é igualmente o espaço geográfico, de um e de outro lado da fronteira política, em que as populações partilham elementos históricos, linguísticos, culturais e económicos.

A força bruta das serranias e a hospitalidade das pessoas, fazem de Montalegre o destino ideal para descomprimir. Absolutamente a não perder.

Montalegre: frio e aconchego na terra das lendas e das serras Montalegre é um destino transmontano que encanta pela sua beleza natural, pelas suas gentes hospitaleiras e pela sua gastronomia saborosa. Por isso, uma escapadinha a esta terra é uma viagem às nossas origens, uma descoberta de um património único e valiosíssimo.

Leve roupa quente e confortável e aventure-se pelos trilhos montanhosos, pelas ruelas das aldeias e pela beleza das albufeiras. Garantimos que Montalegre não desilude e, depois de o visitar, não vai resistir a lá voltar.

MONTALEGRE: O CORAÇÃO DA REGIÃO BARROSÃ



Aldeias

Conhecer Montalegre é descobrir as suas aldeias, percorrer os seus pequenos povoados e deixar-se encantar pelas suas construções típicas em granito. Nestas localidades ainda se respira o espírito de comunidade e não há quem não se conheça e não se ajude nas atividades diárias, sobretudo ligadas à agricultura e à pecuária.

Assim sendo, são várias as aldeias que pode e deve visitar neste destino, mas se o tempo não chegar para todos, então recomendamos uma passagem por Vilarinho de Negrões, Pitões das Júnias e Travassos.

Trilhos

Podemos considerar os percursos pedestres uma moda, mas o que é facto é que são uma boa moda, pois aliam na perfeição desporto com Natureza. Assim, se gosta de caminhar, preferencialmente em ambiente natural, então saiba que Montalegre tem trilhos excelentes à sua disposição.

Trata-se de uma rede de percursos pedestres que cobre todo o território municipal e, além dos encantos naturais, pode também contar com exemplares muito interessantes do património cultural. Como sugestão, aconselhamos que faça a Rota do Contrabando, o Trilho de D. Nuno, o Trilho do Rio e/ou o Trilho do Ourigo.

Parque Nacional da Peneda-Gerês

É impossível falar ou ir a Montalegre, sem passar pelo Parque Nacional da Peneda Gerês, este icónico parque nacional que tem 26% da sua área total inserida, precisamente, no concelho de Montalegre.

Desta forma, pode fruir de uma paisagem única, selvagem e tentadora, onde há fragas, desfiladeiros e precipícios, “interrompidos” por aldeias centenárias caracterizadas pelas suas igrejas, capelas e espigueiros.



Não perca Vilarinho de Negrões, a aldeia que cresce sobre a água

Albufeiras

As albufeiras são outro elemento característico da paisagem barrosã, enquanto responsáveis pelo crescimento económico e demográfico do concelho e nelas é possível praticar desportos náuticos e atividades de lazer. As mais populares são as de Pisões, Venda Nova, Sezelhe e Paradela.

Gastronomia

Comer bem é uma característica comum a todas as regiões do nosso país. Contudo, cada zona tem as suas especialidades e Montalegre é especialmente conhecido pelo seu cozido, posta barrosã e cabrito. Assim sendo, antes de ir embora, não deixe de comprar produtos locais e típicos como o fumeiro, o pão de centeio, as compotas e o mel.



Sexta-feira 13

Nos últimos anos, este destino transmontano também passou a ser conhecido pelo evento que ali se realiza, sempre que é sexta-feira 13. Trata-se de um encontro que junta milhares de pessoas de vários pontos do país e é uma espécie de Noite das Bruxas com espetáculos piromusicais, animação de rua, concertos, dj's e queimadas.

Claro que devido ao momento de pandemia que atravessamos, estas realizações estão suspensas, mas assim que seja possível, e em totais condições de segurança, não perca uma sexta-feira 13 em Montalegre. Não se vai arrepender. Nem ter azar.

Castelo

O castelo é um elemento de destaque na paisagem, possuindo uma torre de menagem e revelando um cenário pitoresco, datando de final do século XIII. Serviu como ponto estratégico de defesa da fronteira, sendo monumento Nacional e um local de passagem obrigatória.

Ecomuseus

Já ouviu falar em Ecomuseus, dedicados ao território, e de que Montalegre foi pioneiro? Este Ecomuseu dedica-se ao estudo e divulgação da memória coletiva e funciona como um centro de divulgação das tradições de Barroso.

A sede fica junto ao Castelo, mas há outros polos espalhados pelo município como a Corte do Boi em Pitões das Júnias, o Centro Interpretativo das Minas da Borralha em Salto ou a Vezeira e a Serra em Fafião.

Serra do Larouco

Esta serra é o ponto mais alto de Montalegre, com uma altitude superior a 1500m e é um excelente miradouro, a partir do qual pode admirar a Serra do Gerês, a Serra do Barroso e a Barragem dos Pisões. Por isso, as vistas são incríveis e o local tem também interesse do ponto de vista arqueológico, já que se crê que por ali tenha existido um templo romano.

Lendas

Quase todas as localidades têm os seus mitos e lendas e Montalegre não é exceção, sendo que uma das mais famosas é a lenda da Ponte da Misarela ou Ponte do Diabo.

Assim, conta-se esta ponte terá mesmo sido construída pelo Diabo, em troca da alma de um criminoso foragido que tentava atravessar o rio Rabagão e a esta ponte estão ainda ligados vários rituais de fertilidade feminina.



Paisagem rural

Naturalmente que toda a paisagem é marcadamente rural e, além de belíssima, conta a história da região e da sua economia. Desta forma, a ligação do homem com a terra é aqui bem evidente, não fossem as manchas florestais e dos lameiros a marcar o cenário, onde é sempre possível avistar a raça autóctone da região, o gado barrosão, a pastar.

Neve

A neve pode ser um atrativo, sobretudo para aqueles que nunca a viram e a posição geográfica e as elevadas altitudes fazem de Montalegre um dos primeiros concelhos portugueses a, normalmente, exhibir neve. Portanto, até no inverno, há motivos para ir até este destino transmontano.

*GUIA TECNICO DA 4ª Prova da Taça regional de XCM da
ARCVR - CAMPEONATO REGIONAL DE XCM E 10º BTT
ACÁCIO DA SILVA*

3 DE JULHO DE 2022

APRESENTAÇÃO

*A 4ª Prova da Taça regional de XCM da ARCVR - CAMPEONATO REGIONAL DE XCM E 10º
BTT ACÁCIO DA SILVA*

Regulamentos UCI (provas internacionais) e UVP/FPC, sendo o colégio de comissários a única entidade responsável pela aplicação dos mesmos.

INFORMAÇÃO DA PROVA

A 4ª Prova da Taça regional de XCM da ARCVR - CAMPEONATO REGIONAL DE XCM E 10º BTT ACÁCIO DA SILVA destina-se exclusivamente aos atletas de competição.

- Tipo de prova: BTT
- Data da prova: 3 de Julho de 2022
- Localização: Largo do Município -Montalegre
- Organização: ARCVR-BTT Montalegre e Município de Montalegre

EQUIPA TÉCNICA

- Presidente da Organização: José Albino Capelas Ferreira
- Diretor da prova: Albino Rebelo
- Logística: Paulo Costa
- Médico / Enfermeiro da prova: Miguel Ângelo
- Percursos: Júlio Pereira
- Partidas e Meta: Carlos Costa
- Comissários Do Conselho Regional de Arbitragem da ARCVR
- Coordenador Técnico: Albino Rebelo
- Comunicação e imagem: ARCVR / Município de Montalegre
- Equipa de Cronometragem: ARCVR
- Fotógrafo: a designar

A 4ª Prova da Taça regional de XCM da ARCVR - CAMPEONATO REGIONAL DE XCM E 10º BTT ACÁCIO DA SILVA

A Prova disputa-se num só único dia;

As inscrições serão realizadas em www.fpciclismo.pt prazo limite 23h59 do dia 29 de Junho de 2022

São admitidos em competição MARATONA ELITE; os corredores das categorias de:

MARATONA ELITE	
Elites Masculinos	
Master 30, 35, 40,45 Masculinos	
MARATONA CURTA	MARATONA CURTA
MASCULINOS	FEMININOS
Master 50, 55,60 e => 65	Elite, Master 30,40,50
Paraciclismo e EMTB	Paraciclismo e EMTB

- Os participantes com licença FPC-Competição Uvp terão que efetuar a sua inscrição no site da fpc ([Federação Portuguesa de Ciclismo \(fpciclismo.pt\)](http://Federação Portuguesa de Ciclismo (fpciclismo.pt))) Nesta Classe os atletas terão que solicitar ainda a ARCVR um dorsal anual, neste link [Inscrição para atribuição de Dorsal da Arcvr época 2022 | ARCVR](#) ate terça feira da semana da prova.

Classe	Idade	Dorsal
Elites Masculinos	➤ de 19 anos	1-39
Elites Femininos	➤ de 19 anos	700-710

Master 30 Masc.	Dos 30 aos 34 anos	300-349
Master 30 Fem.	Dos 30 aos 39 anos	750-759
Master 35 Masc.	Dos 35 aos 39 anos	350-390
Master 40 Masc.	Dos 40 aos 44 anos	400-449
Master 40 Fem.	Dos 40 aos 49 anos	760-769
Master 45 Masc.	Dos 45 aos 49 anos	450-498
Master 50 Masc.	Dos 50 aos 54 anos	500-531
Master 50 Fem.	Dos 50 aos 69 anos	770-775
Master 55 Masc.	Dos 55 aos 59 anos	550-589
Master 60 Masc.	Dos 60 aos 64 anos	600-621
Master 65 Masc.	= * 65 anos	600-621
E-MTB M e F	➤ de 19 Anos	680-690
Paracilismo C, D	➤ de 19 Anos	800-810

Haverá um Open destinado aos atletas de CPT, com regulamento particular destinado a esta prova. Podem ainda participar atletas de promoção sem licença da FPC-Uvp as inscrições serão feitas no site do organizador www.cm-montalegre.pt

Pag.2

- Nesta Classe os atletas terão que solicitar ainda a ARCVR um dorsal anual, neste link [Inscrição para atribuição de Dorsal da Arcvr época 2022 | ARCVR](#) ate terça feira da semana da prova.



As classes etárias para esta prova são:

MEIA MARATONA OPEN CPT
Juniões, Elites, Master 30,35,40,45,50, 55,60 65 e E-MTB Masc. E Fem.
Femininas => 18 Anos

Classe	Idade	Dorsal
Femininos	Dos 18 aos 69	650-660
Juniões	Dos 17 aos 18 anos	270-280
Elites Masculinos	Dos 19 aos 29	40-63
Master 30	Dos 30 aos 34 anos	820-849
Master 35	Dos 35 aos 39 anos	850-880
Master 40	Dos 40 aos 44 anos	900-930
Master 45	Dos 45 aos 49 anos	931-950
Master 50	Dos 50 aos 54 anos	951-970
Master 55	Dos 55 aos 59 anos	971-989
Master 60	Dos 60 aos 70 anos	990-999
E-MTB	Dos 18 aos 70 anos	680-690

CPT (promoção) dorsais para Maratona a partir do nº 1000- Meia Maratona a partir do nº 1250

A reunião de prova será realizada na 5 feira (30/06/2022) anterior ao evento, pelas 21h00, via plataforma Zoom;

Não haverá confirmação de inscrições nem novas inscrições no local. A confirmação das inscrições deverá ser realizada na área do clube na plataforma da UVP-FPC até às 23h59 do dia 06 de Abril. Os atletas individuais devem fazê-lo através do e-mail geralarcvr1985@gmail.com;

Não haverá treinos oficiais no dia anterior;

Apenas são permitidos 3 elementos de staff das equipas com licença válida na UVP-FPC, sendo que na pista e no local de partida, apenas será autorizada a permanência de um elemento devidamente filiado;

Haverá distribuição de líquidos ou outros abastecimentos pela organização;

As cerimónias protocolares serão realizadas 15 minutos após a chegada do 3º classificado de cada classe etária na Maratona e Maratona Curta Competição

Não serão admitidas bicicletas no pódio;

No pódio por equipas, apenas será admitida a presença de um responsável da equipa: diretor, treinador ou atleta.

Pag 3

Os dorsais serão os fornecidos pela ARCVR na prova da Taça Regional de XCM no entanto terão que ser solicitados a Arcvr até 3ª Feira às 23h59 da semana em que se realiza a prova.

PROGRAMA

Sábado dia 2 de Julho de 2022

19:30 – Abertura do Secretariado na Praça do Município-Montalegre

22:00 – Encerramento do Secretariado.

Domingo 3 de Julho

07h30 Abertura do Secretariado Largo na Praça do Município Junto a Meta

9h15 Encerramento do Secretariado

09h15 Abertura das Boxes

09h25 Encerramento das boxes

09h30 Partida do Largo do Município em Montalegre

As partidas serão dadas conforme regulamento (ponto 5.4 Partida) da prova Box, 1,2,3, e 4

Banhos do Pavilhão Multiusos de Montalegre e lavagem de bicicletas próximo da meta.

Podios

Os Pódios 1º, 2º e 3º Classificados de cada classe etária serão realizados 20 minutos após a chegada do 3º classificado de cada classe etária, isto na prova de competição, no entanto o presidente do colégio de comissários informou os atletas sobre estes horários que por vezes e derivado a atrasos de alguns na chegada obriga a espera .

Os pódios do Open serão realizados dentro de horários possíveis desde que não coincidam com os pódios da competição.

Regras de Participação na Prova

Todos os elementos credenciados para uma prova deverão ser licenciados por uma federação

nacional, com exceção dos convidados, membros da comunicação social, membros das forças de segurança e tripulação das ambulâncias, reduzindo ao estritamente necessário o número de elementos em prova;

O ato de inscrição e/ou pedido de credenciação para a prova implica por parte de quem o faz, o conhecimento, aceitação expressa e cumprimento dos Regulamentos da UVP-FPC, bem como dos Regulamentos Particulares aplicáveis a essa prova;

Além da limitação de atletas participantes na prova, deverá existir uma limitação no número de membros do staff de cada equipa com acesso à Zona Reservada ao número estritamente necessário;

Os credenciados serão todos e quaisquer indivíduos pertencentes às equipas de competição, forças de segurança, elementos com funções técnicas na prova e ao órgão de comunicação oficial do evento;

O direito de acesso dos veículos credenciados à Zona Reservada à caravana da prova está reservado ao mínimo estritamente necessário para o desempenho das funções técnicas da prova.

Percursos e Altimetria

Maratona Elite 70 Km

Partida, no Largo do Município de Montalegre, Cambezes, Rio, Loivos, Fiães do Rio, Lamas, Fervidelas, Viade Baixo, Parafita, Penedones, Castanheira, Torgueda, Medeiros e chegada a Montalegre local de Partida.

Altimetria Maratona Elite XXXXXXXXXXXX

ZA1-41°47'38.65"N / 7°53'26.83" O - Cruzamento S.Pedro M 514 Km 21

ZA2-41°45'09.10"N / 7°54'50.21"O - Entrada da Aldeia de Lamas Km 35

ZA3-41°46'40.82"N / 7°48'24.170"O – Entrada da Aldeia de Castanheira M 509 Km 55

Maratona Curta 50 Km

Partida, no Largo do Município de Montalegre, Cambezes Cotim, Viade de Cima, Parafita, Penedones, Castanheira, Torgueda, Medeiros e Chegada junto ao local de Partida Praça do Município em Montalegre

Altimetria Maratona Curta XXXXXXXXXXXX

ZA1-41°47'32.45"N / 7°53'02.120" O – Alto de Contim CM 1011 Km 23

ZA2- 41°46'40.82"N / 7°48'24.170"O – Entrada Aldeia de Castanheira M 509 Km 39



Início do percurso

Os primeiros kms serão efetuados Ruas e estradas de Montalegre e terão acompanhamento das motas e elementos do staff devidamente identificados, que irão monitorar os atletas.

Extensão

Percursos 4ª Prova da Taça Reg de XCM da ARCVR, 4ª Prova da Taça regional de XCM da ARCVR - CAMPEONATO REGIONAL DE XCM E 10º BTT ACÁCIO DA SILVA

- Maratona Elite: 70 Km (Acumulado positivo: 1800m)**
- Maratona Curta: 50 km (Acumulado positivo: 980m)**

Separação e confluência dos percursos

- Maratona Elite e Maratona Curta:**
- Separação: km 20.Km**
- Confluência: km 48(maratona elite) / km 27 (maratona curta)**

Prémios

Troféus para os três primeiros classificados de cada escalão etário e as equipas Elites e Masters (as três primeiras equipas)

Logística

Zona de Meta / Paddock / Secretariado – Largo do Município de Montalegre

Reunião de Equipas/Team Managers Meeting – online via zoom

Local Controlo Antidopagem: Largo do Município de Montalegre

Contactos:

ARCVR – Associação Regional de Ciclismo de Vila Real

Av^a Cidade de Ourense L 62 (Vigia Outlet)

5000-690 Vila Real

Tel. 938181355

E-mail: geralarcvr1985@gmail.com

Promotor do evento

Clube de Ciclismo de Montalegre- Município de Montalegre

Alino Rebelo contato 962648332

Largo do Município de Montalegre Telemóvel 913598975

E-mail: clubedeciclismodemontalegre@gmail.com

5270-414 Montalegre

Pag. 7

ATRIBUIÇÃO DE CAMISOLAS DE CAMPEAO REGIONAL DE XCM DA ARCVR EPOCA 2022

- 1- APENAS OS ATLETAS DE COMPETIÇÃO FILIADOS NA FPC, INDEPENDENTEMENTE DA ASSOCIAÇÃO EM QUE ESTEJAM FILIADOS, PODEM SER CAMPEÕES REGIONAIS**
- 2- A ENTREGA DE CAMISOLAS PODERÁ ACONTECER A QUANDO DA ENTREGA DE TROFEUS AOS VENCEDORES DE CADA CLASSE ETÁRIA, NÃO HAVERA DUPLICAÇÃO NA ENTREGA DE TROFEUS,**
- 3- A ATRIBUIÇÃO DE TROFEUS AOS VENCEDORES SERA EFECTUADA CONFORME A CLASSIFICAÇÃO NA SUA CLASSE ETARIA IDEPENDENTEMENTE DE SER ATLETA NACIONAL OU DE OUTRA FEDERAÇÃO.**
- 4- ESTA PROVA TERA DUAS CLASSIFICAÇÕES UMA DO CAMPEONATO REGIONAL DE XCM DA ARCVR EPOCA 2022 (PROVA UNICA) E OUTRA CLASSIFICAÇÃO PARA A TAÇA REGIONAL DE XCM DA ARCVR EPOCA 2022 QUE TERA SETE PROVAS.**