

30 de junho de 2019



GUIA DA PROVA

Casa do Povo Abrunheira

ACBL ASSOCIAÇÃO DE CICLISMO DA BEIRA LITORAL SANGALHOS

LICOR BEIRÃO O LICOR DE PORTUGAL

Pedro Gomes Const. Civil e Ladrilhos

Apresentação

Realiza-se no dia 30 de Junho de 2019, a 13ª edição da Maratona Rota do Baixo Mondego, uma organização da Casa do Povo de Abrunheira.

Este ano esta prova será o Campeonato Regional de XCM do Centro. Para informações mais detalhadas deve ser consultado o [Regulamento](#) disponibilizado pela Associação de Ciclismo da Beira Litoral.

Conforme regulamento da ACBL, todos os atletas Federados Masculinos terão obrigatoriamente de fazer a Maratona (70Km), sob pena de serem desclassificados.

No caso dos atletas Federados Master 50, Master 55, Master 60, Femininos, Juniores e Paraciclistas o percurso será Meia Maratona (40Kms).

Além da vertente competitiva, os atletas não federados poderão participar na categoria de promoção disponível em duas distâncias diferentes:

Meia – Maratona - Distância aproximada de **40Km** (dificuldade média)

Maratona - Distância aproximada de **70Km** (dificuldade média)

Inscrições

Todas as inscrições devem ser feitas na página da prova WWW.BTTMANAGER.COM, **até dia 27 de Junho de 2019 (inclusive)**.

A inscrição apenas é considerada válida, após pagamento.

Para mais informações e esclarecimentos, podem ser enviados para o correio eletrónico abrunheirabiketteam@sapo.pt,

Após a validação da inscrição será atribuído o Nº de dorsal, que poderá ser consultado na página da prova na lista de inscritos.

Preços para todos os participantes (masculinos e femininos):

Participantes (Não federado): **10€**

Participante Federado: **9€**

Para quem pretender almoçar, acresce **5€** ao valor da inscrição. Os acompanhantes pagam o mesmo valor.

Todos os inscritos terão direito a:

Seguro

Abastecimentos

Banhos Quentes

Programa

Dia 29/06/2019

Abertura do secretariado das 16H00 às 18H30

Dia 30/06/2019

07H45 - Abertura do secretariado da prova

09H00 – Encerramento do secretariado

09H00 – Abertura das boxes

09H25 – Encerramento das boxes

09H25 – Briefing

09H30 – Partida Federados

09H30 – Partida Promoção

12H00 – Almoço

Prémios

Entrega de prémios será feita logo que tenham chegado os 3 primeiros classificados de cada escalão.

Serão atribuídos prémios aos 3 primeiros classificados de cada categoria, conforme:

Federados

Masculinos

Juniores
Elites
Master 30
Master 35
Master 40
Master 45
Master 50
Master 55
Master 60

Femininos

Elites
Master 30
Master 40

Betetistas

Masculinos
Femininos

Promoção

Maratona

Masculinos

Meia Maratona

Masculinos
Juniors
Elites
Master 30
Master 40
Master 50
Femininos

Classificação por equipas federadas

Equipas Elite
Equipas Master

Responsabilidades

Para menores de 18 Anos, é necessária a entrega no secretariado do **termo de responsabilidade** assinado pelo encarregado de educação.

Todos os atletas federados devem fazer-se acompanhar da respectiva licença para levantar o dorsal.

Contactos

Página da Prova:

WWW.BTTMANAGER.COM

E-mail:

abrunheirabiketeam@sapo.pt

Contacto:

Rui Silva – 962490578 / 936123732

Secretariado:

Sede da Casa do Povo de Abrunheira

Entidade Organizadora:

Casa do Povo de Abrunheira
Rua da Casa do Povo
3140-000 Montemor-o-Velho

Telefone: 239 676 256

Localização Secretariado:

Latitude: 40°7'10.21"N

Longitude: 8°43'33.20"W

Dorsais

A atribuição de dorsais apenas será feita após o pagamento da respetiva inscrição e será feita de forma sequencial.

O dorsal é constituído pelo número identificador único, zonas para controlo e números de telefones úteis em caso de emergência.

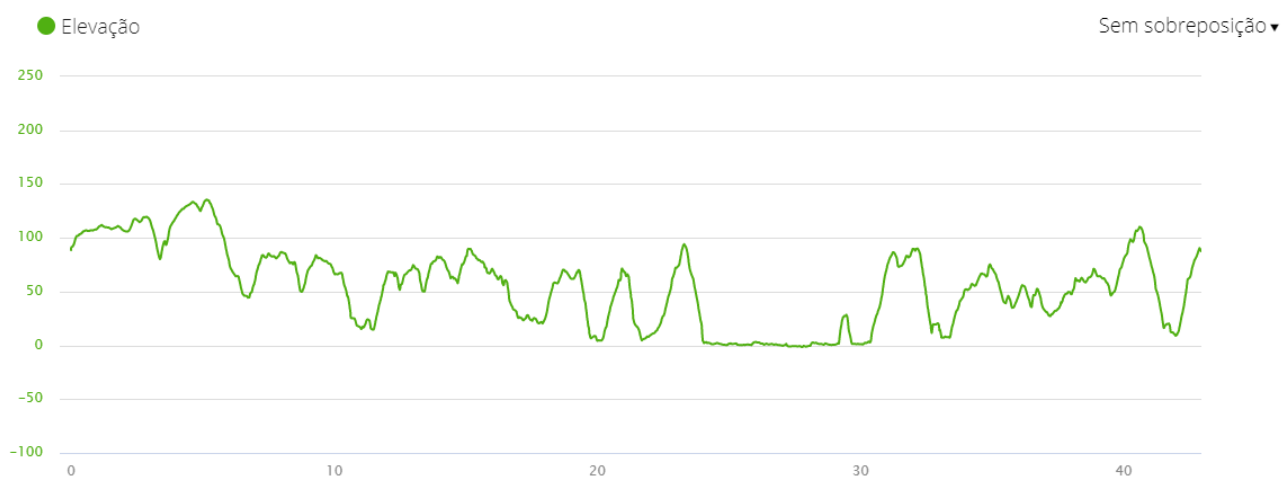
A formação da grelha de partida será feita em boxes de acordo com a numeração/cor dos dorsais.

Padock



Altimetrias

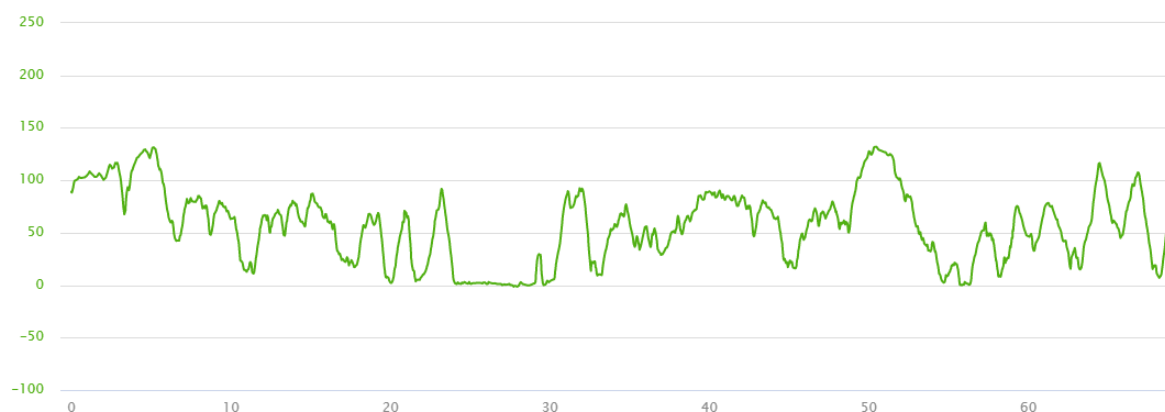
Meia-Maratona



Acumulado: 971M

Distância: 43Kms

Maratona

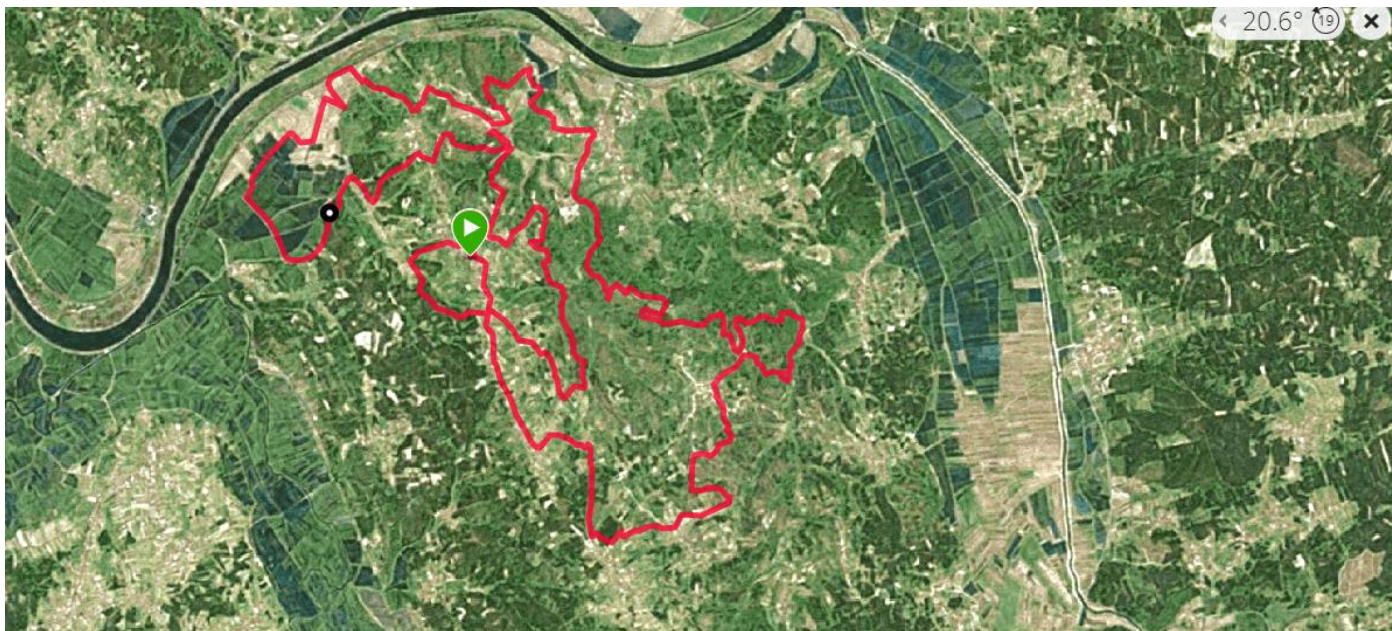


Acumulado: 1541M

Distância: 70Kms

Planimetria

Meia-Maratona



Maratona



Zonas de Abastecimento

As zonas de abastecimento são de 1 abastecimento para a Meia Maratona e um ponto de água, e 3 zonas de abastecimento para a Maratona e dois pontos de água. Sendo que a ZA1 e ponto de água da Meia Maratona são coincidentes com a Ponto de água e ZA1 da Maratona.

Dependendo das condições climáticas poderá a organização adicionar pontos de água.

Zonas de Abastecimento para a Meia Maratona



	Km de percurso	Local	Hora previsível de passagem	Coordenadas
ZA1 (sólidos e líquidos)	18,5Km - MM	Verride Largo Dr. Alves Guardado	10H15	Latitude: 40° 8'0.69"N Longitude: 8°42'34.35"W
Ponto água - PA (coincidente com a Maratona)	31Km MM	Reveles – Junto cemitério	10H50	

ZONA DE ABASTECIMENTO 1 – Meia Maratona – Verride

Latitude: 40° 8'0.69"N

Longitude: 8°42'34.35"W



Zonas de abastecimento da Maratona

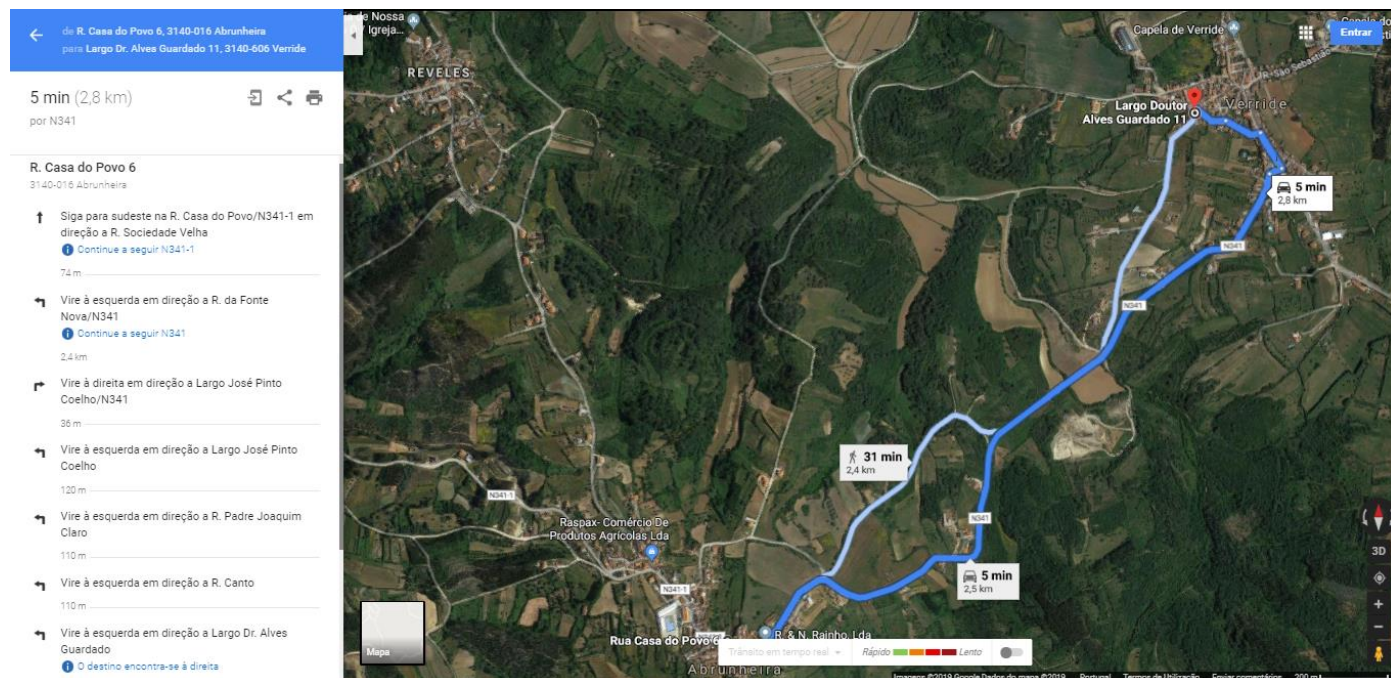


	Km de percurso	Local	Hora previsível de passagem	Coordenadas
ZA1 (sólidos e líquidos)	18,5Km - MM	Verride Largo Dr. Alves Guardado	10H15	Latitude: 40° 8'0.69"N Longitude: 8°42'34.35"W
Ponto água - PA (coincidente com a Meia -Maratona)	31Km MM	Reveles – Junto cemitério	10H50	
ZA2 (sólidos e líquidos)	40,5Km	Coles-Samuel - Igreja	11H15	Latitude: 40° 5'43.10"N Longitude: 8°42'19.39"W
ZA3 (sólidos e líquidos)	54,5Km	Azenha – Rua da Fonte (cruzamento)	11H45	Latitude: 40° 4'59.92"N Longitude: 8°43'57.44"W
Ponto água - PA	64,5Km	Serroventoso	12H10	

ZONA DE ABASTECIMENTO 1 - Maratona – Verride

Latitude: 40° 8'0.69"N

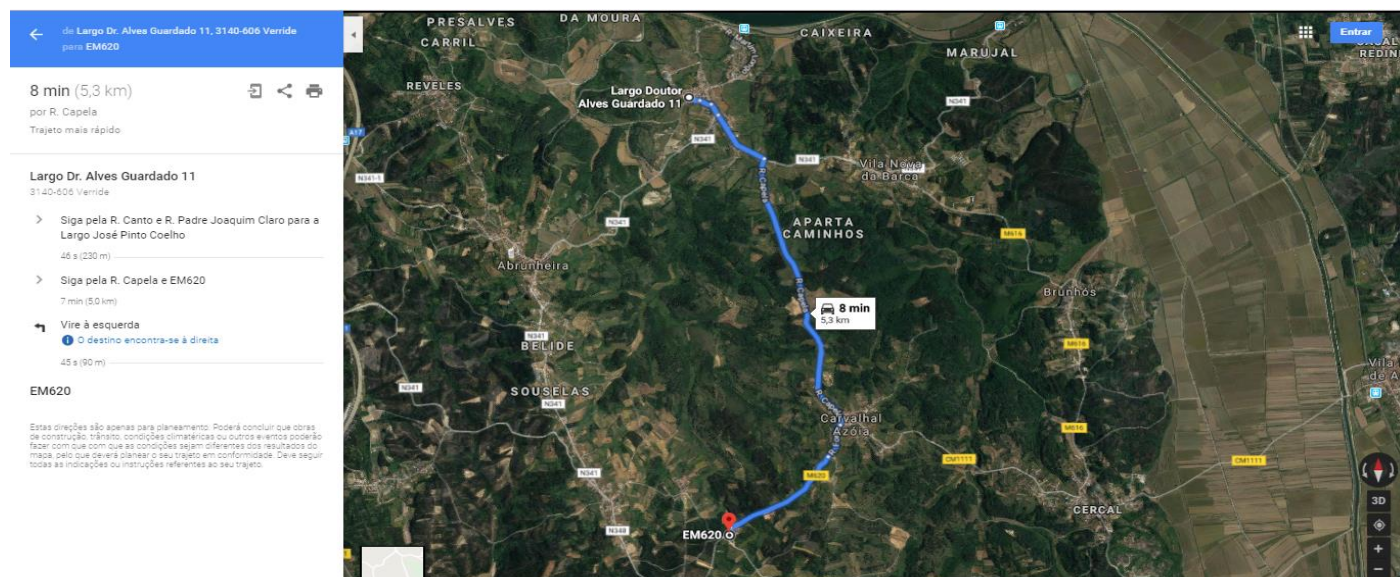
Longitude: 8°42'34.35"W



ZONA DE ABASTECIMENTO 2 - Maratona – Coles Samuel - Igreja

Latitude: 40° 5'43.10"N

Longitude: 8°42'19.39"W



ZONA DE ABASTECIMENTO 3 - Maratona – Azenha

Latitude: 40° 4'59.92"N

Longitude: 8°43'57.44"W

