



# V MARATONA DE BTT-XCM DE PAREDES DE COURA 2019

**V maratona**  
**BTT-XCM**  
**PAREDES DE COURA**

**12 OUTUBRO**

- 16h00** Abertura do Secretariado  
Sede da União de Freguesias da Vila e Resende
- 20h00** Encerramento do Secretariado  
Sede da União de Freguesias da Vila e Resende

**13 OUTUBRO**

- 08h00** Abertura do Paddock
- 08h00** Abertura do Secretariado  
Sede da União de Freguesias da Vila e Resende
- 09h00** Reunião com os Diretores Desportivos
- 09h30** Encerramento do Secretariado
- 09h30** Abertura do Controlo "0"
- 10h00** Partida da V Maratona de BTT de Paredes de Coura - RFA Cycles
- 14h30** Cerimónia de Entrega de Prémios aos 3 Primeiros Classificados de Cada Escalão em Competição
- 16h00** Encerramento do Controlo de Meta  
Encerramento da V Maratona de BTT de Paredes de Coura

Logos at the bottom: Municipality of Paredes de Coura, Federação Portuguesa de Ciclismo, Associação de Ciclismo do Minho, SALVAGGIO, Arrecadações Quinta da Moura, raizcarisma, CISION, POPPDISEIGN.

## GUIA INFORMATIVO 2019

## 1. Introdução

A V Maratona de BTT de Paredes de Coura 2019 - 5# Campeonato do Minho BTT XCM - Discover Melgaço, resulta de uma coorganização entre o Município de Paredes de Coura, e a Associação de Ciclismo do Minho, com a imprescindível colaboração da GNR e Bombeiros Voluntários de Paredes de Coura e de cerca de 50 Voluntários, oriundos das diversas freguesias do Concelho de Paredes de Coura, atravessadas pelos percursos das competições propostas.

A V Maratona de BTT XCM de Paredes de Coura, rege-se pelo Regulamento Particular aplicável à Taça de Portugal de Cross-Country Marathon XCM, aprovado em Reunião de Direção em 13/12/2018. Documento em (.pdf) consultável a partir da página web oficial da Federação Portuguesa de Ciclismo (FPC/UVP) -

<https://www.fpciclismo.pt/ficheirossite/09012019155601.pdf>

Esta competição, de XCM desenvolve-se por trilhos caminhos municipais e caminhos rurais do território do Concelho de Paredes de Coura, Tendo as provas como epicentro o Largo 5 de Outubro, (frente ao Tribunal) na Sede do Concelho de Paredes de Coura.

Para além das diversas categorias em competição, a prova destina-se igualmente a praticantes de BTT-XCM não federados, na vertente de lazer, os quais percorrerão exclusivamente o percurso da Meia-Maratona Lazer, com uma distância aproximada de 40,43 km.

Nas categorias de competição (Elites Masculinos; Master 30; 35; 40 e 45) após a 1.ª passagem pela linha de meta, os atletas terão ainda de percorrer o percurso suplementar da Maratona-Elites, com a quilometragem total de 77,6 km.

As atletas pertencentes à categoria (Elites Femininas bem como as Master 30 e 40 Femininas e os atletas masculinos pertencentes às categorias Master 50, 55 e 60, e os Para-ciclistas C e D,) seguindo o mesmo esquema de prova, percorrem o percurso suplementar da Maratona Feminina, a qual perfaz a quilometragem total de 65,5 km.

À semelhança dos anos anteriores, o Município de Paredes de Coura segura os atletas em prova e assegura os abastecimentos sólidos de 20 em 20 Km e o de fornecimento de água de 10 em 10 Km, que serão distribuídos pelo território de acordo com a quilometragem e as exigências dos percursos e da meteorologia no dia das provas.

Não haverá nesta Edição de 2019, atribuição prémios monetários.

As equipas dos atletas federados são responsáveis pela alimentação específica dos seus atletas.

### 2. Custo de Inscrição

A participação na V Maratona de BTT de Paredes de Coura 2019, tem um custo de inscrição de cinco euros (5€euros) por atleta revertendo o valor das inscrições a favor da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Paredes de Coura, que há mais de 90 anos desenvolve em Paredes de Coura uma ação de cariz humanitária/social repartida pelas vertentes de combate a Incêndios florestais e urbanos; socorro de sinistrados, emergência médica, transporte de doentes e apoio à organização de competições desportivas. <https://www.facebook.com/BVPCoura/>

### 3. Ambiente

A V Maratona de BTT de Paredes de Coura 2019, 5# Campeonato do Minho BTT XCM - Discover Melgaço, é promovida no pressuposto das boas práticas ambientais e no estrito respeito, salvaguarda e proteção dos recursos naturais, pelo que se apela ao respeito pelas zonas de assistência, na perspetiva da boa gestão dos resíduos gerados pela prova.

### 4. Como Chegar a Paredes de Coura (Local da Prova)

Local de Partida e Chegada das Provas / Paddock: Largo 5 de Outubro (Junto ao Tribunal)

Rua do Largo 5 de Outubro: GPS - 41°54'46.76"N | 8°33'45.13"W

Google Maps: <https://goo.gl/maps/kbnw5pTdF9k>

### 5. Paddock

Localiza-se no Lg. 5 de outubro, (Frente ao Tribunal) onde funcionará toda a logística, as caixas de partida, chegadas, assistência médica e pódio.

Nas imediações existem parques de estacionamento à superfície e subterrâneos, cafés, restaurantes, pastelarias e outro comércio, capaz de satisfazer as necessidades dos atletas e do público.

O secretariado da prova, como habitualmente funcionará na sede da UF. da Vila e Resende, junto ao Paddock.

Os balneários e lavagem de bicicletas funcionarão nas Piscinas Municipais a 250 m do Paddock.

Na eventualidade de haver controle antidopagem, as colheitas decorrerão na Sede da União de Freguesias de Paredes de Coura e Resende, no mesmo local do secretariado.



## V MARATONA DE BTT-XCM DE PAREDES DE COURA 2019

---

o BTT XCM - Discover Melgaço - V Maratona de BTT XCM - ACM / Município de Paredes de Coura:

- o Meia-Maratona Lazer – 40,43 km
- o Maratona Elites - 77,78 km
- o Maratona Feminina – 65,34 km

### **Dia 12 de outubro de 2019**

16:00h - Abertura do Secretariado (Sede da União de Freguesias da Vila e Resende)

20:00h - Encerramento do Secretariado (Sede da União de Freguesias da Vila e Resende)

### **Dia 13 de outubro de 2019**

08:00h - Abertura do Paddock

08:00h - Abertura do Secretariado (Sede da União de Freguesias da Vila e Resende)

09:00h – Reunião com os Diretores Desportivos

09:30h - Encerramento do Secretariado;

09:30h - Abertura do Controlo “0”;

10:00h - Partida da V Maratona de BTT de Paredes de Coura 2019, 5# Campeonato do

Minho BTT XCM - Discover Melgaço

14:30h - Cerimónia de Entrega de Prémios aos 3 Primeiros Classificados de Cada Escalão em Competição.

16:00h - Encerramento do Controlo de Meta – Encerramento da V Maratona de BTT de

Paredes de Coura 2019, 5# Campeonato do Minho BTT XCM - Discover Melgaço

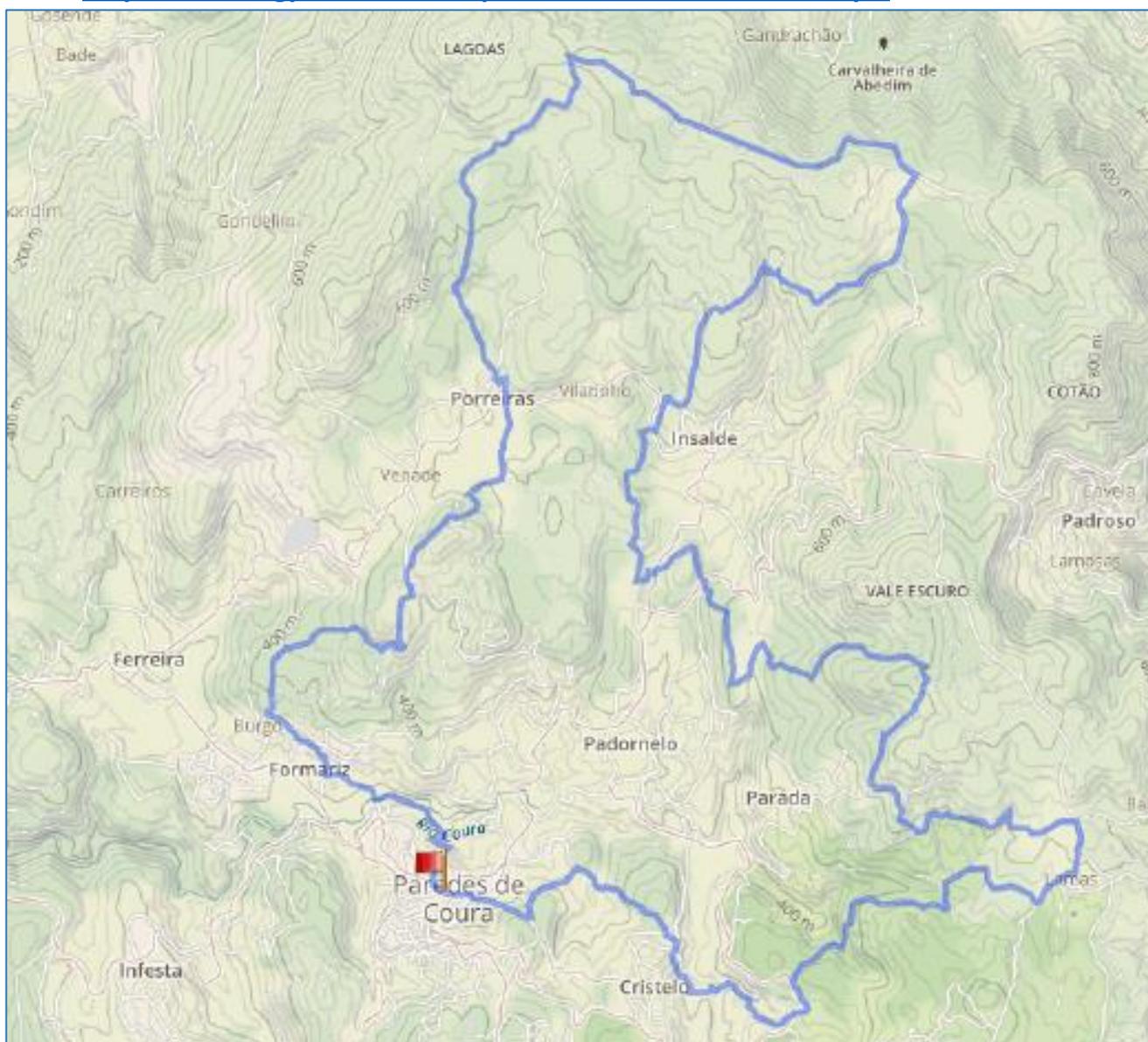
## **7.7 - Percursos E Altimetria**

## V MARATONA DE BTT-XCM DE PAREDES DE COURA 2019

---

As track`s dos percursos em formato digital (.kml/.gpx) que compõe a V Maratona de BTT de Paredes de Coura 2019, serão disponibilizadas oportunamente na página web oficial da Associação de Ciclismo do Minho ([www.acm.pt](http://www.acm.pt))

URL - <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=fbkxlhcmhkvhqr>

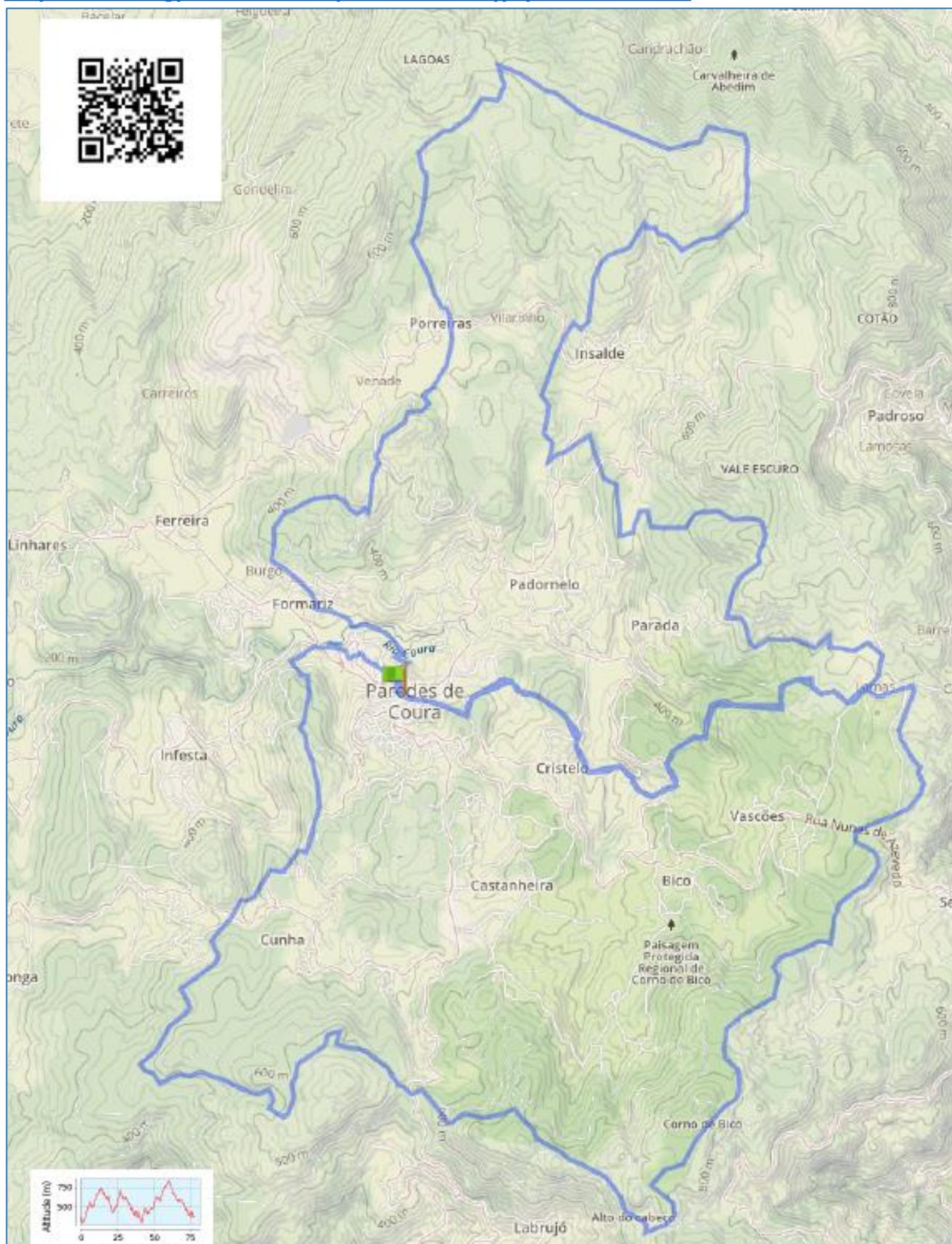


### Perfil Altimétrico



Maratona-Elites - Paredes de Coura 2018 – 77,78 km

<https://www.gpsies.com/map.do?fileId=oqysycffwmauinwh>



## Perfil Altimétrico

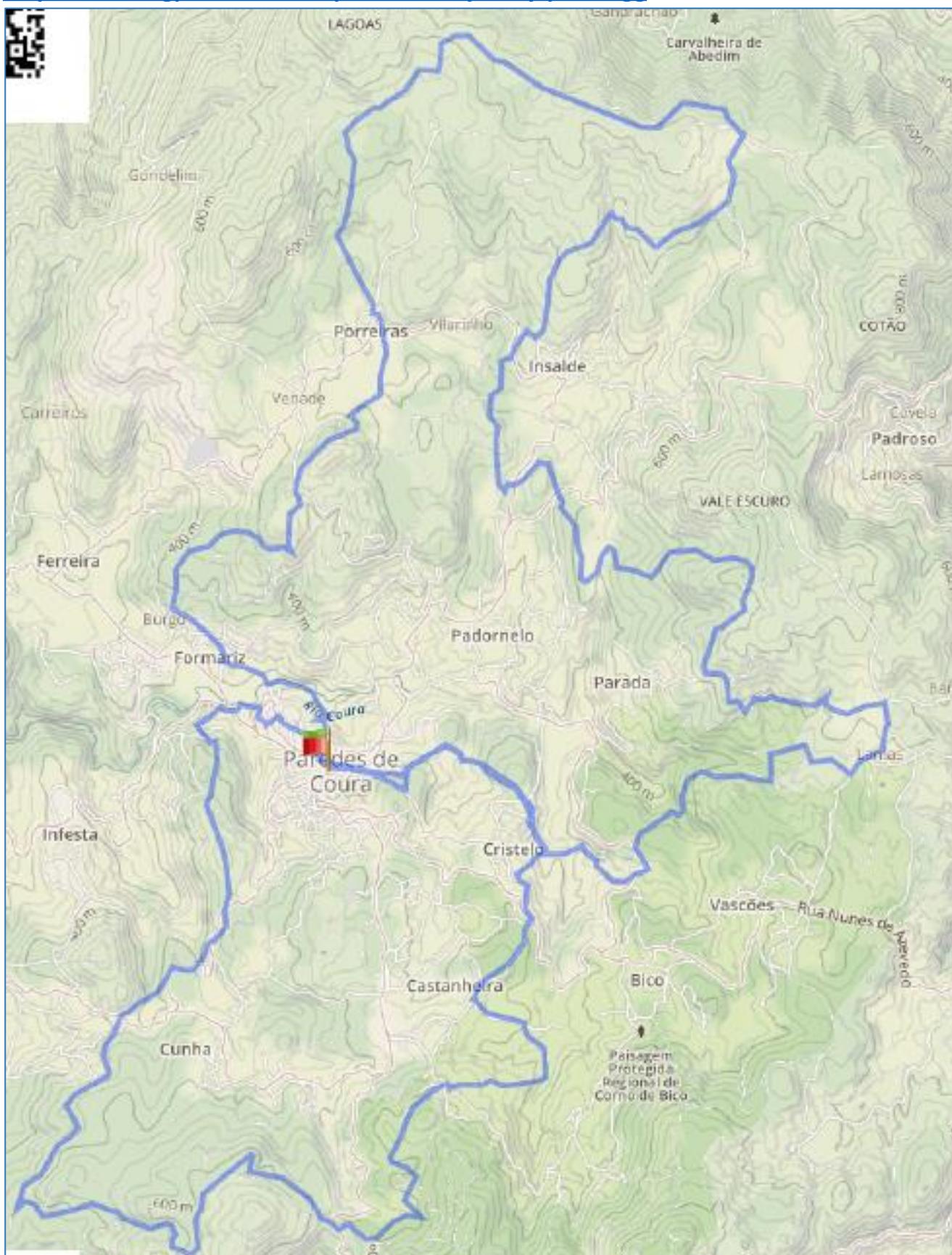
## V MARATONA DE BTT-XCM DE PAREDES DE COURA 2019

---



**Maratona-Feminina - Paredes de Coura 2019 – 65,34 km**

<https://www.gpsies.com/map.do?fileId=jxxitryqmlzlugg>



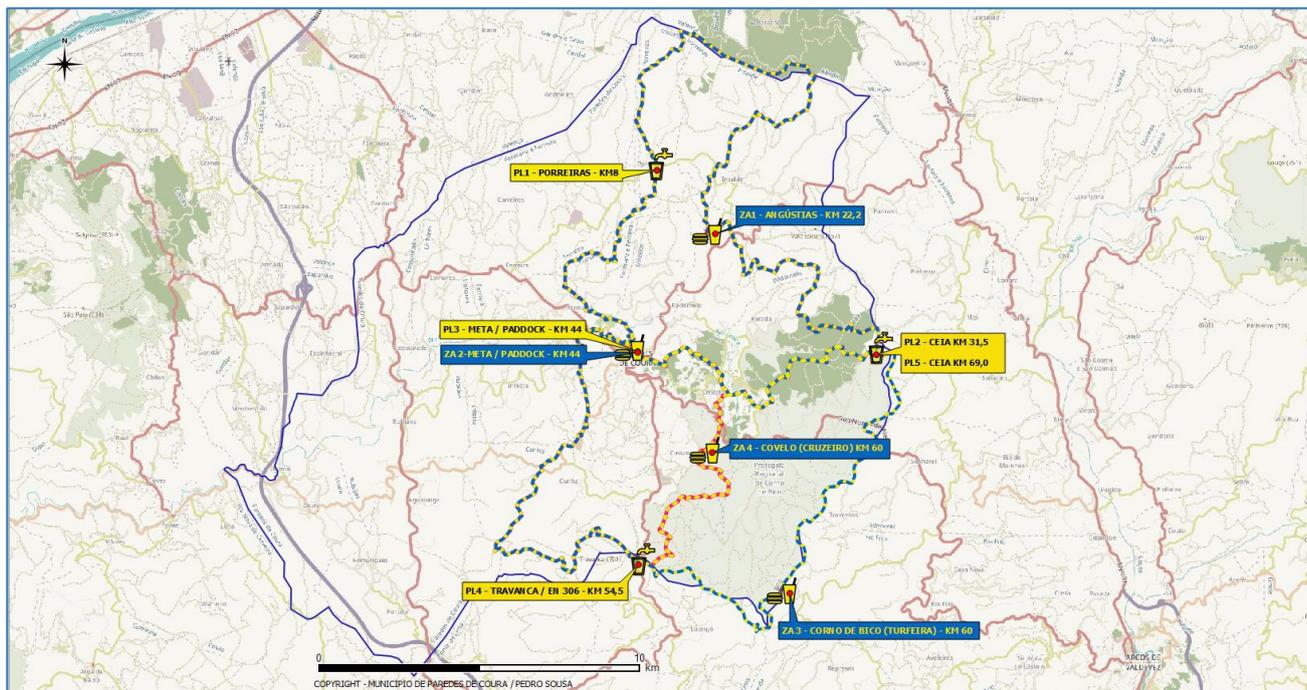


## 8. ZONAS DE ABASTECIMENTO EQUIPAS E REFORÇOS ALIMENTARES

## V MARATONA DE BTT-XCM DE PAREDES DE COURA 2019

Os reforços alimentares e pontos líquidos promovidos pela organização, destinam-se a todos os atletas em prova. As equipas de atletas federados, são responsáveis pela alimentação específica dos seus atletas.

### Mapa Geral de Localização das Zona de Assistência (ZA) e Pontos Líquidos (PL)



#### ZA 1 Angústias Padornelo (22, 2 km da prova)

Coordenadas: 41°56'14.05"N | 08°32'25.11"W

URL - <https://goo.gl/maps/RpJgUjZVjRR8dKux9>

Percurso Sinalizado a Partir do Paddock.

#### ZA 2 - Paddock: Largo 5 de Outubro (44 km da Prova)

Coordenadas: 41°54'46.70"N | 8°33'43.47"W

URL: <https://goo.gl/maps/kbnw5pTdF9k>

#### ZA 3 – Corno de Bico / Turfeira do Lameiro das Cebolas (60 km da Maratona Elites)

Coordenadas: 41°51'41.55"N | 08°31'12.60"W

URL: <https://goo.gl/maps/Q4HMLugtYkddZdB88>

Percurso sinalizado a partir do Paddock.

#### ZA 4 Castanheira - Covelo / Cruzeiro (60 km da Maratona Feminina)

Coordenadas: 41°53'29.32"N | 08°32'31.85"W

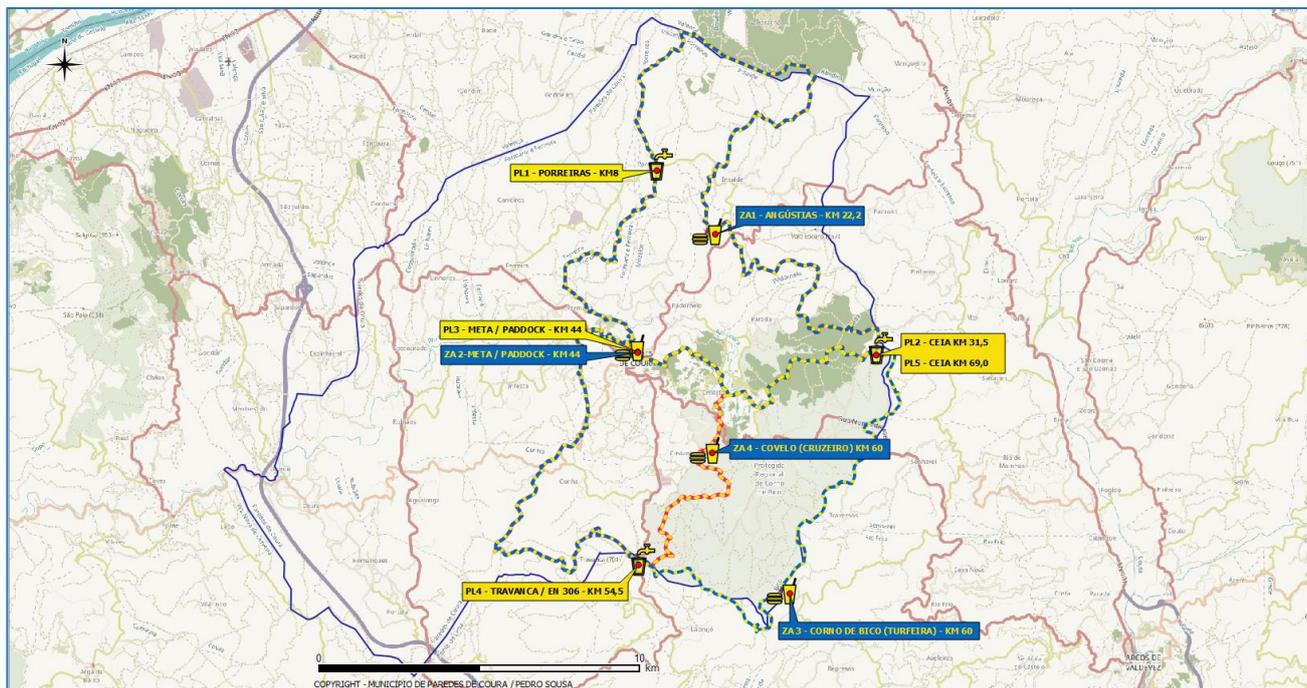
URL - <https://goo.gl/maps/Mym8nUdKMrcEvfrJ9>

Percurso Sinalizado a Partir do Paddock.

## 9. Pontos Líquidos:

## V MARATONA DE BTT-XCM DE PAREDES DE COURA 2019

Todos os Pontos assinalados no mapa, independentemente de serem locais de fornecimento de Alimentos sólidos (ZA), disponibilizam igualmente água aos atletas.



- 1 - km 8 - **Porreiras** (Estrada Municipal – Lugar das Almas)
- 2 - km 22,2 - **Padornelo Angústias** (Parque de Merendas) (**Meia Maratona**) (**ZA1**)
- 3 - km 31,5 - **Vascões** (CEIA) – Junto às Instalações do Futuro Centro de BTT de Paredes de Coura
- 4 - km 44.3 - **Largo 5 de outubro** (Paddock / Meta) (**ZA2**)
- 5 - km 54,5 – **Castanheira** -Travanca / EN 306
- 6 - km 60 - **Corno de Bico / Turfeira** (**Maratona Elites**) (**ZA3**)
- 7 - km 69 - **Vascões** (CEIA) – Junto ao Forno Comunitário
- 8 - km 60 - **Castanheira-Covelo/Cruzeiro** (**Maratona Feminina**) (**ZA4**)

## 10.Segurança

### Marcações e Cortes de Trânsito:

O percurso será todo ele marcado com fitas verticais indicando o sentido das viragens de direção, no interior das curvas, complementarmente serão aplicadas placas direcionais, de seguimento, de alerta para perigos eminentes, passagens por água, pontes, aproximação dos postos de controlo, zonas de assistência, etc.

De modo a facilitar a assistência em locais remotos, serão igualmente sinalizados os percursos de acesso às “Zonas de Assistência” (ZA) a partir do Paddock.

Ao longo do percurso estarão estrategicamente colocados Comissários de Pista (CP) - membros da organização devidamente identificados com T`shirt retrorrefletora e identificador, a auxiliar a passagem dos participantes pelas estradas nacionais e municipais em estreita a colaboração da GNR.

De modo a promover a verdade desportiva, existirão ao longo dos percursos, postos de controlo normais e não declarados, nos quais serão aferidas as passagens dos participantes.

A entrada nos percursos da Maratona-Elites e Maratona-Feminina encerra (90 minutos depois da passagem do primeiro atleta de cada escalão), pelo que os participantes que pretendam efetuar o percurso correspondente à Maratona-elites ou à Maratona-Feminina deverão concluir a meia maratona antes desse horário.

O Controlo de meta encerra às 16:00 Horas, não sendo atribuídas classificações aos atletas que cruzem a meta depois desse horário, mantendo-se, no entanto, os serviços de chegada, até que chegue à meta o último elemento da organização (moto), atrás do último participante.

## 11. Sinalização - Tipologia



## Contactos

Diretor de Corrida/Segurança	933 267 400	Alberto Pires
Diretor de Percursos/Paddock	927 401 501	Pedro Sousa

## 13. Contactos:

### ORGANIZAÇÃO E INFORMAÇÕES

<b>Emergência Médica</b>	<b>112 / 933 267 400 / 927 401 501</b>
<b>Bombeiros Voluntários</b>	251 780 300
<b>Nº Nacional Emergência</b>	112
<b>GNR - Posto Territorial de P. de Coura</b>	251 782 123
<b>Colégio de Comissários / ACM</b>	914 507 246

## LINKS DOS ORGANIZADORES:

Associação de Ciclismo do Minho - <http://www.acm.pt/>

Município de Paredes de Coura - <https://www.paredesdecoura.pt/>

## APOIOS:

Federação Portuguesa de Ciclismo - <http://www.fpciclismo.pt/>

Encostas do Corno de Bico - <https://www.facebook.com/encostasdocornodebico/>

## PARCEIROS OFICIAIS:

**Raiz Carisma** - <http://www.raizcarisma.pt/>

**AFA Cycles** - <http://www.afacycles.com/>

**Arrecadações da Quintã - Guimarães**: <https://www.facebook.com/arrecadacoes/>

**ACM TV** - <http://www.amctv.pt/>

**Cision** – <http://www.cision.pt>

**Popdesign** – <http://www.popdesign.pt>

### **NOTAS IMPORTANTES:**

- A Organização reserva-se no direito de registar e de publicar imagens e/ou vídeos captados durante o desenvolvimento da competição, pelo que ao formalizarem a sua inscrição os atletas autorizam automaticamente a sua publicação em qualquer meio audiovisual.
- A Organização alerta os atletas para a necessidade de cumprirem escrupulosamente as disposições, regulamentares e legais, relativas à circulação no percurso, bem como à circulação na via pública.
- Em caso de abandono, os atletas não se deverão afastar do percurso sinalizado, percorrendo se possível a distancia ao comissário mais próximo, por forma a facilitar as operações de recuperação ou prestação de apoio médico/socorrismo.
- Durante as competições a organização manterá vários veículos em circulação (motos e Veículos 4X4) acompanhando os atletas e prestando o apoio possível.