



# REGULAMENTO



erdal  
Guimarães



## **Polvoreira Bike Challenge X Trilho do Fundador Prof. Orlando Lemos REGULAMENTO**

**1.** O Polvoreira Bike Challenge e X Trilho do Fundador Prof. Orlando Lemos é um evento que se realiza no dia 26 de Outubro 2025 e pretende fomentar a prática de ciclismo de todo o terreno, sendo este da responsabilidade da Junta de Freguesia de Polvoreira e da Associação Erdal, contando também com a colaboração da Associação de Ciclismo do Minho.

**2.** O evento é dirigido a todos os amantes de desportos de ar livre e de contacto com a natureza, designadamente em atividades de bicicletas, ou de caminhada.

**3.** O trilho terá uma distância de aproximadamente 35 km, com uma dificuldade avaliada em Média/Alta (grau de dificuldade 4 em escala até 5), um mini-trilho/passeio de 10 km com uma dificuldade avaliada em Baixa (grau de dificuldade 2 em escala até 5), e uma caminhada de montanha com aproximadamente 8 Km.

**4.** Esta atividade não tem carácter competitivo, sendo que se trata apenas de um passeio.

**5.** O percurso estará marcado com fitas reaproveitáveis, e devidamente sinalizado, pelo que todos os participantes terão que respeitar o itinerário, exceto para o mini-trilho/passeio e caminhada que serão guiados e acompanhados por elementos da organização.

## **Polvoreira Bike Challenge X Trilho do Fundador Prof. Orlando Lemos REGULAMENTO**

**6.** Os percursos abrangem caminhos públicos e privados e as vias públicas estarão abertas ao trânsito comum, estando previstos atravessamentos em locais onde possam circular veículos, pessoas ou animais, pelo que se exige precaução e respeito pelo Código da Estrada.

**7.** Durante toda a atividade, é obrigatório o uso de capacete, telemóvel, sistemas próprios para o transporte de água (porta-bidon, “camelback”, ou outros) e equipamento adequado às condições do tempo e da prova (designadamente vestuário, cortavento, manta térmica, etc.).

**8.** Todos os participantes estão cobertos por um Seguro de Acidentes Pessoais, que cobre riscos resultantes da participação do Polvoreira Bike Challenge e X Trilho do Fundador Prof. Orlando Lemos.

A participação só é permitida a menores de 18 anos mediante a apresentação e assinatura do termo de responsabilidade por parte do responsável do menor, que dessa forma assegura a sua boa condição física e psíquica e que reúne as competências necessárias para as exigências da prova, não se responsabilizando a organização por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela sua participação.

**9.** Os participantes terão que respeitar todas as instruções emanadas pelos responsáveis da organização, nomeadamente os horários.

**10.** A organização disponibilizará os primeiros socorros, considerados essenciais, de forma gratuita.

## **Polvoreira Bike Challenge X Trilho do Fundador Prof. Orlando Lemos REGULAMENTO**

Todos os participantes nas provas devem estar conscientes das condições físicas em que se encontram, devendo gozar de boa saúde e com uma preparação física e psíquica apta a esforços longos, bem como devem estar preparados para terrenos acidentados e condições climatéricas difíceis e extremas.

**11.** A organização do passeio "Polvoreira Bike Challenge e X Trilho do Fundador Prof. Orlando Lemos" ADVERTE todos os participantes que não se responsabiliza pelos danos sofridos pelas suas bicicletas, durante a realização do evento, devendo entender-se que, todos os participantes, no ato da inscrição conhecem e assumem os riscos inerentes à prática do BTT.

**12.** Para participar neste evento, devem os interessados inscrever-se no formulário existente no site da Associação de Ciclismo do Minho ([www.acm.pt](http://www.acm.pt)) e procurando Polvoreira Bike Challenge e X Trilho do Fundador Prof. Orlando Lemos (inscrições )

**13.** Inscrição para o trilho, tem o custo de 14,00 €, e para o mini-trilho/passeio e caminhada o custo de 5,00 €.

**14.** As inscrições só serão validas após respetivo pagamento, e incluem atribuição de dorsal (exceto caminhada), seguro desportivo, abastecimentos durante e no final da prova, banhos, lembranças finisher e outras ofertas que a organização consiga reunir.

## **Polvoreira Bike Challenge X Trilho do Fundador Prof. Orlando Lemos REGULAMENTO**

**15.** A data limite para os interessados poderem inscrever-se e proceder ao respetivo pagamento é dia 24 de outubro 2025 até as 19:00h através da plataforma ou no local de partida até às 8.30h do dia 26 de outubro.

**16.** A partida (09:00h) e chegada do passeio terá lugar na Rua Adérito Cunha e Silva (junto ao estacionamento inferior do Cemitério) da freguesia de Polvoreira, concelho de Guimarães.

**17.** A organização disponibilizará, no final do passeio e só para os inscritos, vestiários e duches.

**18.** Sensivelmente a meio do percurso e no final existirá um posto de abastecimento de sólidos e líquidos.

**19.** Pede-se a todos os participantes que adotem uma postura ecológica, não deitando embalagens, garrafas e outros detritos para o chão, deixando os trilhos limpos, tal como os encontraram.

Prestar auxílio, dentro do possível, aos participantes que tenham sofrido um acidente ou avaria mecânica.

Para uma melhor fruição do passeio, pede-se a todos os participantes, que não sigam montados na bicicleta, o favor de se desviarem para a berma do caminho a fim de dar passagem aos participantes mais rápidos e que sigam montados na bicicleta.

## **Polvoreira Bike Challenge X Trilho do Fundador Prof. Orlando Lemos REGULAMENTO**

Os participantes que se preparem para ultrapassar, deverão dar indicação oral da sua passagem e ter os necessários cuidados para não provocar acidentes.

**20.** Ao inscrever-se no Polvoreira Bike Challenge e X Trilho do Fundador Prof. Orlando Lemos, significa que o participante autoriza a organização a gravar, total ou parcialmente, e fotografar a sua participação na perspetiva de promover e divulgar imagens do passeio nos meios de comunicação social ao seu dispor, sem o direito de reclamar qualquer compensação económica.

**21.** Cabe à organização analisar e decidir sobre eventuais casos omissos, significando a inscrição nas provas total adesão e aceitação do presente regulamento.