

24H
BTTF
2009
LISBOA



GUIA DO PARTICIPANTE



INTRODUÇÃO

Quando, em 2003, lançámos, pela primeira vez, as 24H BTT em Portugal, muitos foram os que nos chamaram loucos e que disseram ser um formato de prova que jamais teria sucesso ou adeptos. Fomos teimosos e num fim-de-semana de lua cheia, em Junho de 2003, em Vila de Rei, nós e mais outros 220 “malucos” que acreditaram em nós, juntamo-nos para participar, naquela que foi, uma experiência seguramente inesquecível para todos.

Somos, ainda, muitos os que temos essa experiência em comum, da qual nos orgulhamos, que continuamos a comparecer anualmente à chamada desta prova louca e mágica. A todos os que acreditaram em nós e nos apoiaram nessa primeira e memorável aventura o nosso muito obrigado.

A mágica propagou-se e hoje passados 7 anos desta aventura, a Escola Aventura apresenta, uma vez mais, a mais louca e mágica corrida do ano, as 24H BTT Lisboa 2009.

Se participa pela primeira vez neste tipo de prova tem de preparar-se para a emoção e para a adrenalina. Preparámos esta prova para si que gosta de praticar BTT ou que gosta de competir ou para si que simplesmente vem passar um fim-de-semana divertido com os amigos.

A prova tem a meta e toda a logística instalada no Lisboa Camping que reúne todas as comodidades para um bom acampamento: muita sombra, balneários, minimercado, snack-bar e piscina. Na zona de meta instalado junto à piscina vai estar montado todo o “circo” e tudo o que vai lá encontrar tem como único objectivo proporcionar-lhe a melhor prova possível: secretariado, assistência mecânica para a sua bicicleta, hospital de campanha da Cruz Vermelha, abastecimentos de barras e bebidas energéticas e até um serviço de massagens, tudo funcionará durante as 24H.

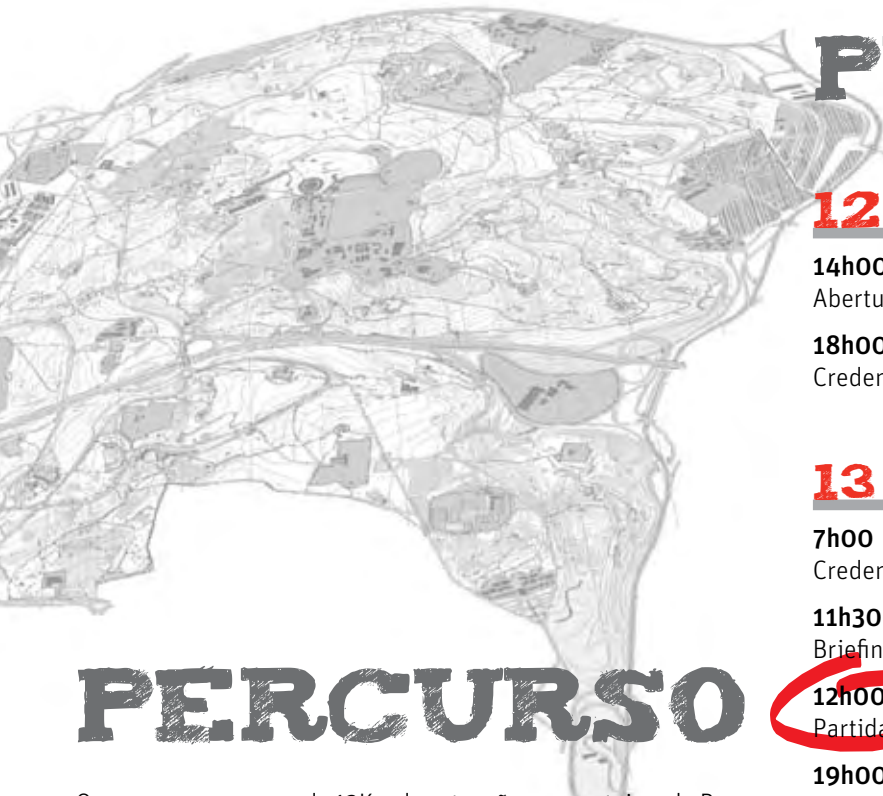
À sua espera está um percurso técnico e desafiante, pelos melhores singletracks do Parque Florestal de Monsanto. O percurso e a duração da prova - 24 horas - serão um verdadeiro teste à sua resistência física e psicológica, por isso insistimos no nosso lema: É preciso ter pedalada!

O nosso propósito é que se divirta e que lembre este fim-de-semana por muito tempo.

Seja bem vindo às 24H BTT Lisboa 2009.

Ana Teles
Directora de Prova





PERCURSO

O percurso com cerca de 13Km de extensão, serpenteia pelo Parque Florestal de Monsanto passando por trilhos e estradões.

Há que ter atenção vários aspectos relacionados com a prova:

1 Trata-se de um percurso fitado mas não fechado, por isso, durante o trajecto pode existir circulação de carros e peões. Embora a PSP e organização estejam presentes nas travessias de estradas e nos locais de maior afluência de pessoas, há que respeitar as regras de trânsito e ter atenção aos peões.

2 O percurso tem várias zonas técnicas que apesar de não serem difíceis, requerem algum cuidado na sua transposição. Aconselhamos os atletas a fazer um reconhecimento do percurso no período previsto na sexta-feira.

Os obstáculos são:

- > escadas
- > singletracks entre as árvores
- > singletracks com vegetação cerrada
- > drops
- > descidas com valas, gravilha e pedras

Aconselhamos os atletas com menos experiência a transpôr com cuidado os obstáculos ou a desmontar.

3 A prova desenrola-se durante 24 horas pelo que os atletas deverão dosear o esforço durante o dia e a noite prevendo períodos de descanso e de reforço alimentar.

4 No percurso existirão vários pontos de abastecimento onde será fornecida água.

PROGRAMA

12 DE JUNHO sexta-feira

14h00

Abertura do percurso para reconhecimento

18h00 > 0h00

Credenciação dos atletas (zona de meta)

13 DE JUNHO sábado

7h00

Credenciação dos atletas (zona de meta)

11h30

Briefing

12h00

Partida

19h00

Início do período nocturno (colocar luzes nas BTT)

19h00 > 23h00

Jantar no self-service do parque de campismo

14 DE JUNHO domingo

7h00 > 11h00

Pequeno-almoço no self-service do parque de campismo

12h00 > 13h00

Final da prova

14h00

Cerimónia de entrega de prémios



CONTROLE DOS ATLETAS

Existirão diversos pontos de controle obrigatórios, espalhados pelo percurso, pelo que os atletas deverão manter bem visíveis os seus dorsais e pulseiras.

Os dorsais deverão estar colocados, tal como o nome indica, no dorso e é obrigatório usá-los sempre que o atleta estiver em prova.

Os atletas deverão seguir o percurso fitado e não tomar caminhos alternativos, sob pena de serem desclassificados.

Durante a prova existirão membros da organização, não identificados, a circular no percurso cuja responsabilidade será o controle do comportamento dos atletas em prova. Estes elementos reportarão à Direcção de Prova qualquer comportamento anti-desportivo que fará aplicar as sanções previstas no regulamento.

CLASSIFICAÇÕES

As classificações serão obtidas volta a volta, por um sistema electrónico com utilização de “chips” colocados na bicicleta, de acordo com as instruções em anexo.

Os tapetes de detecção dos chips serão colocados na meta para obtenção da classificação, no entanto serão colocados outros tapetes no percurso para verificação da passagem dos atletas e confrontação dos tempos de volta.

Os resultados obtidos serão verificados, analisados e validados pelos comissários da Federação Portuguesa de Ciclismo presentes em prova.

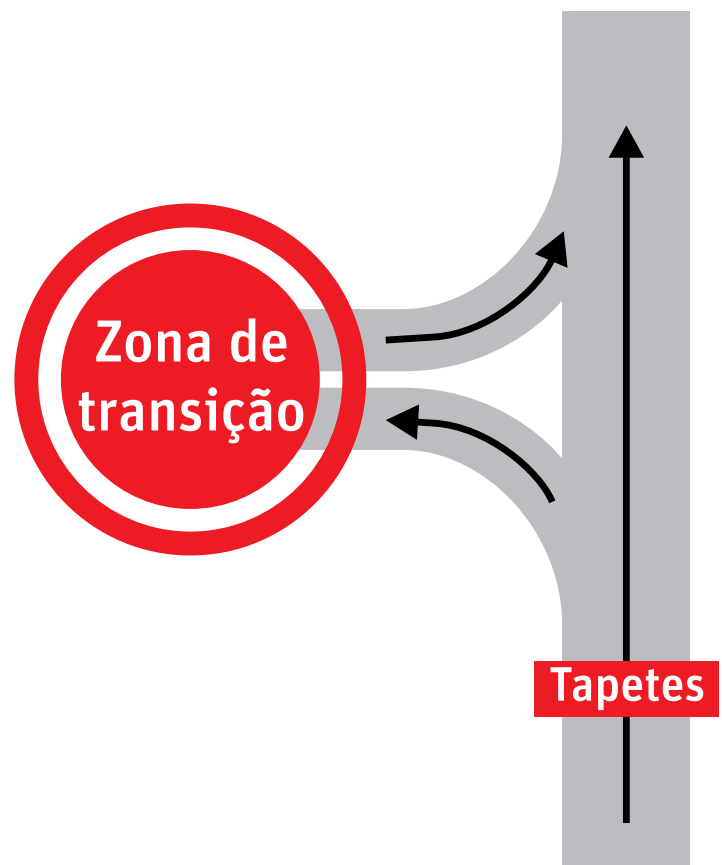
ZONA DE META E DE TRANSIÇÃO

A zona de meta está organizada conforme figura em baixo. Os atletas que pretendem trocar com os colegas da equipa ou simplesmente sair do percurso, devem fazê-lo apenas na zona de transição.

Os atletas que pretendem continuar para outra volta ao percurso não necessitam de passar pela zona de transição devendo seguir em frente na zona da meta.

Os atletas que pretendem voltar a entrar no percurso, devem fazê-lo apenas na zona de transição não precisando de passar pelos tapetes. Não o devem fazer sob pena de serem desclassificados.

A passagem nos tapetes é feita apenas no fim de cada volta e nunca no princípio.



CHIPS

A cada atleta será disponibilizado um “chip” mediante a entrega de uma caução (25€ por chip) que deverá ser entregue em cheque à ordem da Escola Aventura (1 cheque por equipa).

Cada atleta é responsável pelo seu chip e pela sua devolução à organização.

Os chips serão fornecidos na credenciação dos atletas e deverão ser colocados pelos próprios nas suas bicicletas de acordo as indicações abaixo.

O chip é fornecido a cada um dos atletas, dentro de um envelope.

Em cada envelope vem identificado o dorsal/atleta a que corresponde. É imprescindível consultar a lista de atribuição dos dorsais no website da prova - www.escolaaventura.com - para que não haja troca de chips entre os atletas das equipas.

Dentro de cada envelope encontra um chip e uma base (clip) onde este deverá ser encaixado (ver ANEXO I). A base e o chip são presos à suspensão da bicicleta, o mais abaixo possível, por meio de uma braçadeira plástica.

IMPORTANTE:

O chip nunca deverá ser colocado directamente na suspensão da bicicleta porque deixará de funcionar. Tem que ser colocado sempre com o clip ou base por baixo.

Deverá usar o chip de acordo com estas instruções e não como viu ou como acha que deve funcionar melhor.

Na zona de credenciação estará exposta uma bicicleta com o chip montado para demonstração.



Chip



Base



Colocação do chip na base



Colocação da base com o chip na BTT



ASSISTÊNCIA MECÂNICA

A assistência técnica do evento ficará a cargo da Bicimax, que em parceria com os seus Agentes Autorizados TREK – Avalanche, Lisboa e Bicigal, Torres Vedras – assegurará aos participantes todo o acompanhamento necessário no desenrolar do evento:

- Resolução dos problemas mecânicos mais frequentes **GRATUITO**
- Ponto de lubrificação STARbluBIKE Bio Lube **GRATUITO**
- Reparações ou substituições de peças ou material de desgaste. É necessário que o participante solicite no local, sendo o custo da sua inteira responsabilidade. **PAGO NO LOCAL**
Assim e para comodidade de todos, estará disponível um terminal Multibanco.
- Ponto de assistência SOS e Tune Express da FOX Racing Shox, para que todos os utilizadores de forquetas e amortecedores desta marca obtenham as melhores performances **GRATUITO**

MASSAGENS

O serviço de massagens estará a cargo da **mG - Mário Gamito** nas seguintes condições:

Custo: 5€ , com direito a usufruir do serviço no decorrer das 24H, sem limite de utilização.

Será fornecido aos participantes uma pulseira de identificação, para melhor funcionamento do serviço.

KIT PARTICIPANTE

A cada participante será atribuído um kit composto por:

- 1 dorsal
- 1 placa BTT
- 1 pulseira
- 1 chip
- 1 t-shirt
- 1 senha para jantar
- 1 senha para pequeno-almoço

Todos estes itens são criteriosamente confirmados pela equipa da Escola Aventura aquando da organização dos kits, pelo que em caso algum se fornecerá mais senhas para jantar ou pequeno-almoço.

Para evitar qualquer confusão pedimos-lhe que confirme a existência das senhas no acto de recolha do kit participante.

REFEIÇÕES

A todos os participantes serão entregues, juntamente com o kit de participante duas senhas de refeição. Uma para o jantar de dia 13 e outra para o pequeno-almoço de dia 14.

As refeições serão servidas no self-service do parque de campismo.

Os acompanhantes que pretendam jantar no sábado poderão adquirir senhas no secretariado da prova pelo preço de 10€.

PARQUE DE CAMPISMO

Os atletas e seus acompanhantes poderão pernoitar em tenda no parque de campismo nas noites de sexta e sábado (12 e 13 Junho) pelo preço de 2,50€ por pessoa/noite. Este preço reporta-se unicamente à tenda porque os atletas poderão aceder ao parque gratuitamente.

Esta taxa dará direito a utilização de todos os equipamentos do parque, incluindo a piscina.

Os automóveis poderão entrar no parque sem custos adicionais. No entanto é aconselhável deixar os carros no exterior do parque de campismo. Serão indicados aos atletas e seus acompanhantes locais específicos para estacionar.

Os atletas têm um desconto de 10% no aluguer de bungalows.

ACOMPANHANTES

Os acompanhantes que pretendam jantar no dia 13 poderão adquirir senhas no secretariado da prova, após a partida (depois do meio-dia de sábado) pelo preço de 10€ - com limite máximo de 200 senhas.

PÚBLICO A ASSISTIR

As pessoas interessadas em assistir ao evento poderão aceder ao parque de campismo, como visitantes mediante o pagamento de 1€, não podendo pernoitar.

O público poderá aceder a qualquer ponto do percurso para acompanhar a prova e apoiar os atletas.

BIKE

VALA



24H BTT Lisboa | 24H MTB Lisboa



Self-service e minimercado
Restaurant and minimarket



Recepção | Camping reception



Balneários | Toilet-blocks



APOIOS



