

# CICLISMO FEMININO

# GUIA TÉCNICO

## TROFÉU MUNICÍPIO CANTANHEDE

Cantanhede  
Município



**DOMINGO**

17 março 2024

Partida: 09:30 - Parque da Pena

## PENA

Chegada: 12:00

## CANTANHEDE



CANTANHEDE CYCLING

# ADCC



Prova a contar para a primeira Taça de  
Portugal Feminina

[facebook.com/cantanhedecycling](https://facebook.com/cantanhedecycling)

[Instagram.com/cantanhedecycling/](https://Instagram.com/cantanhedecycling/)



2

Saúdo todas as ciclistas que disputam a Taça de Portugal Feminina e os Cadetes inscritos na Volta ao Concelho de Cantanhede, confiando que, num caso como noutro, a vossa participação será pautada por aquilo que dignifica qualquer atleta, ou seja, o entusiasmo, a motivação e o desportivismo que deve prevalecer em todas as competições.

Do ponto de vista institucional, quero enaltecer o espírito empreendedor e a capacidade organizativa que a Associação Desportiva Cantanhede Cycling evidencia mais uma vez este ano, ao proporcionar de novo condições adequadas às equipas de ambas as provas, e congratulo-me com o facto de terem definido um circuito que contempla a passagem dos pelotões por todas as freguesias do Município.

Felicitio por isso a entidade promotora, enaltecendo o extremoso cuidado com que encarou mais este desafio de voltar a colocar Cantanhede no mapa das competições de ciclismo, dando visibilidade à vertente feminina da modalidade com uma prova nacional e também ao excelente trabalho de formação que tem vindo a ser desenvolvido em Portugal ao nível dos escalões jovens.

Parabéns!

A Presidente da Câmara Municipal de Cantanhede



## Guia Técnico

### 1ª Taça de Portugal de Femininas 17 de março 2024 Troféu Município de Cantanhede

3

#### Conteúdo

1.Organização.....	4
2.Colégio de comissários.....	4
3.Localização.....	4
4.Categorias de Prova da Taça de Portugal.....	5
5.Inscrições.....	5
6.Regras de participação.....	5
7.Secretariado.....	5
8.Reunião de Diretores Desportivos.....	5
9.Andamentos.....	5
10.Classificações.....	5
11.Ranking individual.....	6
12.Classificação por equipas.....	6
13.Ranking por equipas.....	6
14.Ordem dos carros de apoio.....	7
15.Assistência técnica neutra.....	7
16.Radio-Volta.....	7
17.Antidopagem.....	7
18.Penalidades.....	7
19.Zona de Descarte.....	7
20.Cerimónias protocolares.....	7
21.Respeito pelo meio ambiente.....	8
22.Banhos.....	8
23.Mapa.....	8





### 1. Organização

A Taça de Portugal disputa-se em conformidade com os Regulamentos da UCI, da UVP/FPC e com o regulamento disponível em <https://www.fpciclismo.pt/regulamento-geral>, sendo o colégio de comissários a única entidade responsável pela aplicação dos mesmos.

4

#### Organização

Nome: Cantanhede Cycling  
E-mail: cantanhedecycling@gmail.com  
Telefone: (+351) 922 223 806

#### Diretor da organização:

Nome: Ana Ferraz  
E-mail: cantanhedecycling@gmail.com  
Telefone: (+351) 917 344 519

#### Secretariado:

Nome: Sandra Silva  
E-mail: geral@acbl.pt  
Telefone: (+351) 967 168 071

### 2. Colégio de comissários

Nome	Função
Luís Miguel Campos Mota Loureiro	Comissário Presidente
Catarina Ramos Figueiredo	Comissário 2
Aurélio Urbano Ferreira Duarte	Comissário 3
António José Pinto Rocha	Comissário Moto 1
Luis Carlos Conceição Aires Santiago	Juiz de Chegada
Pedro Miguel Silva Oliveira	Cronometrista
Luís Miguel Silva	Juiz Adjunto

### 3. Localização

Partida: C.C.R.Pena, Rua Vale de Naia, Pena, Cantanhede – 40.313975, -8.552826

Chegada: Rua dos Bombeiros Voluntários, Cantanhede



## 4. Categorias de Prova da Taça de Portugal

A prova destina-se às categorias de Sub 17 (Cadetes), Sub 19 (Juniões), Sub 23, Elites, Masters 30, 40, 50 e 60.

Categorias	Idades
Sub 17 F	15-16 anos
Sub 19 F	17-18 anos
Sub 23 F	19-22 anos
Elite F	≥ 17 anos
Master 30 F	30-39 anos
Master 40 F	40-49 anos
Master 50 F	50-59 anos
Master 60 F	≥ 60 anos

5

## 5. Inscrições

As inscrições devem ser feitas online no site da Federação Portuguesa de Ciclismo ([www.fpciclismo.pt/inscricoes](http://www.fpciclismo.pt/inscricoes)) até às 23h59 do dia 13/03/2024.

## 6. Regras de participação

Nas provas da Taça de Portugal Femininas as categorias de Sub17, Sub19, sub23, elites e masters (30, 40, 50 e 60), correm em conjunto, sendo a participação limitada ao máximo de 7 corredoras por equipa/categoria.

## 7. Secretariado

A verificação de licenças e autorizações por parte do Colégio de Comissários, bem como a atribuição dos frontais/dorsais, decorrem no secretariado da prova no horário previsto no programa da prova.  
Localização: C.C.R. Pena, Rua Vale de Naia, Pena, Cantanhede – 40.313975, -8.552826

## 8. Reunião de Diretores Desportivos

Diretores Desportivos: 09h00, C.C.R. Pena, Rua Vale de Naia, Pena, Cantanhede – 40.313975, -8.552826

## 9. Andamentos

Os andamentos máximos autorizados, na categoria de Sub 17 (Cadetes), serão limitados de acordo com o estabelecido em regulamento. É obrigatório a medição de andamentos à partida.

## 10. Classificações

São estabelecidas as seguintes classificações:

1º, 2º, 3º classificados por tempos das categorias descritas no ponto 4.



### 11. Ranking individual

Em cada prova serão atribuídos os seguintes pontos a cada categoria:

Class	Pontos	Class	Pontos
1º	50	6º	7
2º	35	7º	5
3º	25	8º	3
4º	15	9º	2
5º	10	10º	1

6

No caso de haver corredoras empatadas com o mesmo número de pontos o modo de desempate é o seguinte:

1. O maior número de 1.ºs lugares, o maior número de 2.ºs lugares, 3.ºs lugares, etc.;
2. Os centésimos de segundo considerados no CRI;
3. Caso o empate subsista, o melhor lugar obtido na última prova disputada.

### 12. Classificação por equipas

A classificação por equipas é determinada da seguinte forma:

1. A Classificação por Equipas será estabelecida com base nos três melhores resultados, obtidos numa ou mais categorias; Cadetes, Juniores, Sub23 e Elites, e apenas aquelas que classifiquem no mínimo três (3) corredoras no conjunto das categorias referidas.
2. Pela soma dos lugares alcançados, pelas três (3) primeiras corredoras da equipa.
3. A equipa vencedora é aquela que, somando os três melhores resultados, tem menos pontos.

No caso de haver equipas empatadas com o mesmo número de pontos, o modo de desempate é o seguinte:

1. Em caso de empate, beneficia a equipa com maior número de primeiros lugares dos seus corredores, maior número de segundos lugares e assim sucessivamente. Se o empate persistir, utiliza-se o critério de desempate do escalão mais alto.
2. Ordem dos escalões para efeito de desempate:

- 1º Elites
- 2º Sub-23
- 3º Juniores
- 4º Cadetes

### 13. Prémios monetários e Apoio às equipas

Conforme definido no regulamento da Taça de Portugal de Femininas e no Regulamento Financeiro em vigor.

### 14. Ranking por equipas

A Classificação por equipas da Taça de Portugal Feminina será definida pelo somatório de pontos obtidos em cada uma das provas da Taça de Portugal:

Tabela de atribuição dos pontos:

Class	Pontos	Class	Pontos
-------	--------	-------	--------





1º	25	6º	5
2º	20	7º	4
3º	15	8º	3
4º	12	9º	2
5º	7	10º	1

Desempate:

1 Em caso de empate, beneficia a equipa com maior número de primeiros lugares da equipa, maior número de segundos lugares e assim sucessivamente. Se o empate persistir, beneficia a equipa mais bem classificada na última prova da Taça de Portugal.

2 Caso o empate subsista, o melhor lugar individual obtido na última prova disputada

7

### 15. Ordem dos carros de apoio

A ordem dos carros de apoio na primeira prova da Taça de Portugal Femininas é determinada por sorteio. São elegíveis para ter direito a carro de apoio, as equipas com um mínimo de 3 corredoras inscritas independentemente da sua categoria

### 16. Assistência técnica neutra

O serviço é assegurado por 1 carros de apoio neutro

### 17. Radio-Volta

As informações da corrida são transmitidas na frequência XXXXXXX Mhz.

### 18. Antidopagem

O regulamento antidopagem da UCI-UVP-FPC aplica-se integralmente nesta prova. O controlo antidopagem realiza-se na Biblioteca Municipal de Cantanhede, junto à meta

### 19. Penalidades

Aplicação exclusiva da Tabela de Penalidades do regulamento da UCI / UVP-FPC.

### 20. Zona de Descarte

Serão criadas e claramente identificadas zonas verdes que devem ser usadas para descarte. Encontram-se em todas as voltas a 8km da chegada.

### 21. Cerimónias protocolares

Devem comparecer na cerimónia protocolar as três primeiras atletas de cada categoria, a líder do Ranking e a primeira equipa.

As corredoras presentes nas cerimónias protocolares devem obrigatoriamente apresentar-se no pódio devidamente equipados com camisola, calções, sapatos de corrida ou sapatilhas e sem óculos escuros.



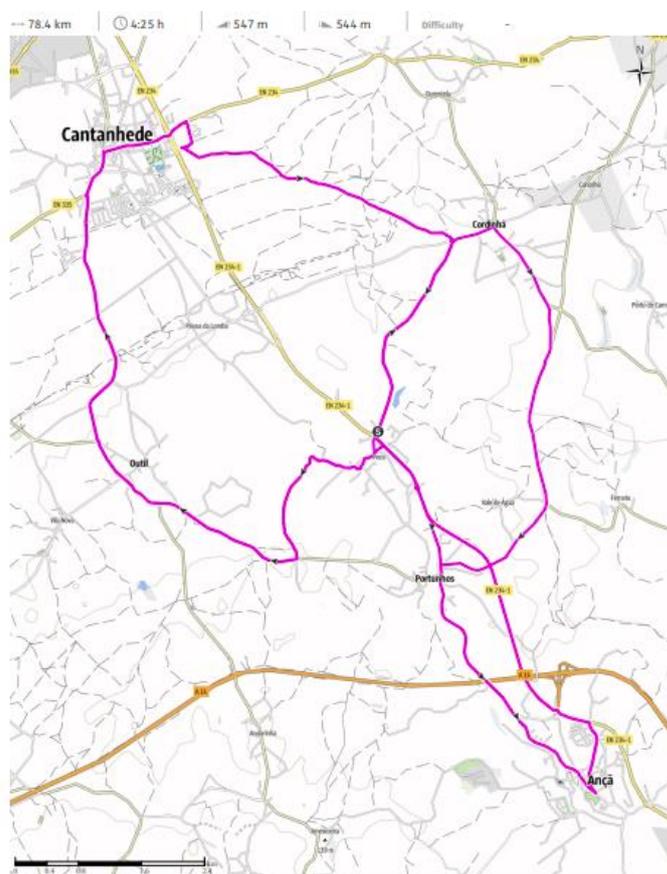
## 22. Respeito pelo meio ambiente

É extremamente importante que os atletas e todos os envolvidos reconheçam a necessidade de respeitar o meio ambiente e o impacto que deixam com a sua passagem. Os atletas estão proibidos de deixar no percurso materiais tais como embalagens de barras, gel ou outros.

## 23. Banhos

Os banhos estarão disponíveis no Pavilhão “Os Marialvas”

## 24. Mapa





### 25. Percurso

Km » km «		Alt.	Percurso	Horários de passagem		
				36 Km/h	34 Km/h	32 Km/h
0	81,1		<b>Partida Simbolica - Pena, Rua Vale da Naia</b>	09:30	09:30	09:30
0,1			Semáforos, à esquerda para Coimbra			
0,7			Rotunda, em frente			
1,4			À direita para <b>Portunhos</b>			
0	79,1		<b>Partida Real, junto ao Centro Cultural</b>	09:33	09:33	09:33
2,8	76,3		À direita para <b>ANÇÃ</b> / R 25 de Abril / R Dr. Lino Cardoso		09:34	09:34
4,4	74,7		À esquerda para R. S. Sebastião / R. Santa Maria / R. Outeiro do Paço		09:37	09:37
5,4	73,7		Nos semáforos, à esquerda para N234-1		09:39	09:39
5,8	73,3		Rotunda da A14, em frente pela variante para Cantanhede		09:39	09:40
9,5	69,6		Na rotunda das Bombas AB, em frente, direção Cantanhede		09:45	09:46
10	69,1		PENA, placa		09:46	09:47
10,3	66,0		Nos semáforos, à direita para Cordinhã		09:47	09:48
13,3	65,8		Rotunda da Rolha Balrada, à direita na 1ª saída - <b>Cordinhã</b>		09:52	09:53
14	65,1		À direita para o centro, Rua Cruz e Rua Quinta do Monção		09:53	09:54
15,2	63,9		À direita para Portunhos		09:55	09:56
19,3	59,8		<b>Portunhos</b> , placa		10:02	10:04
19,7	59,4		À esquerda, para Rua Dona Antónia		10:02	10:04
22,1	57,0		À direita para <b>ANÇÃ</b> / R 25 de Abril / R Dr. Lino Cardoso		10:06	10:09
23,6	55,5		À esquerda para R. S. Sebastião / R. Santa Maria / R. Outeiro do Paço		10:09	10:11
24,6	54,5		Nos semáforos, à esquerda para N234-1		10:11	10:13
25	54,1		Rotunda da A14, em frente pela variante para Cantanhede		10:11	10:14
28,8	50,3		Na rotunda das Bombas AB, em frente, direção Cantanhede		10:18	10:20
29,3	49,8		À esquerda, nos semáforos para <b>Pena</b> , centro (BA)		10:18	10:21
29,5	49,6		À direita para centro		10:19	10:22
30,4	48,7		À esquerda para Rua 25 de abril		10:20	10:23
30,8	48,3		<b>Início Sterrato</b>		10:21	10:24
31,8	47,3		<b>Final Sterrato</b> , à direita		10:23	10:26
32,1	47,0		Rotunda, à direita para Outil		10:23	10:26
34,6	44,5		<b>Outil</b>		10:27	10:31
35,1	44,0		Rotunda, Café Nacional, em frente para Cantanhede		10:28	10:31
37,7	41,4		<b>Cantanhede placa</b>		10:32	10:36
38,6	40,5		À direita para o centro, EN 335 Rua Dr António José de Almeida		10:34	10:38
39,2	39,9		Rotunda no empedrado junto à CMC, à direita Rua dos Bombeiros		10:35	10:39
39,4	39,7		Lombas (2) no empedrado		10:35	10:39
40,1	39,0		<b>META, Cadetes e M50F/M60F</b> , Junto à Biblioteca (1ª passagem)		10:36	10:40
40,2	38,9		Rotunda Bombeiros Voluntários, à esq. p/ Rua Dr. Albano Pais de Sousa		10:37	10:40
40,4	38,7		Rotunda da bp, à esquerda, sentido Mealhada		10:37	10:41
40,7	35,6		À direita para Hiper Continente		10:37	10:41



Km »		km «	Alt.	Percurso	Horários de passagem	36 Km/h	34 Km/h	32 Km/h
<p><b>Troféu Município de Cantanhede TP Femininas</b>  <b>Data: 17/03/2024 Hora partida: 09:30</b></p> <p>Concentração: Rua Vale da Nala - 8h00                  Secretariado: CCRPena                  Chegada: Rua dos Bombeiros Voluntários - Cantanhede</p> <p>40,1km's - Cadetes F. e Master 50 F e 60 F                  59,6km's - Juniores F e Master 30 F /40 F                  79,1km's - Sub23 F. e Elites F.</p>								
41,1	38,0			À direita	➔	10:38	10:38	10:42
41,2	37,9			À esquerda para Cordinhã (estrada estreita das vinhas)	➔	10:38	10:38	10:42
42,3	36,8			Passagem de nível, desativada (BA)	⚠	10:40	10:40	10:44
42,4	36,7			Curva perigosa (BA)	⚠	10:40	10:40	10:44
45	34,1			Rotunda da Rolha Bairrada, na 2ª saída à direita para Pena	⊙➔	10:45	10:45	10:49
47,5	31,6			Pena		10:49	10:49	10:53
47,8	31,3			Semáforos, em frente para o centro	⬆	10:49	10:49	10:54
48,1	31,0			À direita para centro	➔	10:50	10:50	10:54
49	30,1			À esquerda para Rua 25 de abril	➔	10:51	10:51	10:56
49,6	29,5			Início Sterrato	⚠	10:52	10:52	10:57
50,5	28,6			Final Sterrato, à direita	➔	10:54	10:54	10:59
50,8	28,3			Rotunda, à direita para Outil	⊙➔	10:54	10:54	10:59
53,8	22,5			Outil	⬆	10:59	10:59	11:04
54,6	24,5			Rotunda, Café Nacional, em frente para Cantanhede	⊙	11:01	11:01	11:06
57,6	18,7			Cantanhede		11:06	11:06	11:11
58,4	20,7			À direita para o centro, EN 335 Rua Dr António José de Almeida	⊙➔	11:07	11:07	11:13
59	20,1			Centro, Rotunda no empedrado junto à CMC, à direita Rua dos Bombeiros	⊙➔	11:08	11:08	11:14
59,1	20,0			Lombas (2) no empedrado	⚠	11:08	11:08	11:14
59,6	19,5			<b>META, juniores e M30F/M40F, Junto à Biblioteca (2ª passagem)</b>	🚲	11:09	11:09	11:15
79,1	0,0			<b>META, Sub23 e Elites, Junto à Biblioteca (3ª passagem)</b>	🚲	11:41	11:41	11:49