



GUIA TÉCNICO

7ª ETAPA COPA SESC MTB DOS VALES

SINIMBU-RS

CICLISMO SINIMBU & SESC SANTA CRUZ DO SUL

Sumário

1. O EVENTO:	2
2. PROGRAMAÇÃO:	2
3. COMITÊ ORGANIZADOR	2
REGULAMENTO ESPECÍFICO	3
4. CATEGORIAS:	3
5. INSCRIÇÕES:	3
6. PREMIAÇÃO:	4
7. IMPORTANTE! SAÚDE!	4
8. PERCURSOS	5
9. INFORMATIVOS:	6
REALIZAÇÃO:	7

1. O EVENTO:

A 7ª etapa da 3ª Copa Sesc MTB dos Vales ocorrerá no dia 12 de novembro de 2023 na Cidade de Sinimbu, é válida pelo campeonato em suas categorias oficiais conforme regulamento da Copa.

2. PROGRAMAÇÃO:

2.1 LOCAL

Sinimbu - Rio Grande do Sul

Concentração, largada e chegada: Sede JTI,. [CLIQUE AQUI PARA VER O MAPA](#)

2.2 DATA e HORÁRIO DO EVENTO

Domingo – 12 de novembro de 2023

7h as 8h15

Retirada do “kit atleta” na secretaria do evento.

8h15

Reunião Técnica

08h30

Início das largadas.

3. COMITÊ ORGANIZADOR

A 7ª etapa da Copa Sesc MTB dos Vales é um evento organizado pelo grupo de ciclismo Ciclismo Sinimbu de Sinimbu/RS, tendo sua parte técnica regida pelo Sesc Santa Cruz do Sul.

Função	Responsável	Email/telefone
Organizador Geral	Giovane Dolejal Zanetti	(51) 98139-7282
Coordenador de Inscrições	Sesc Santa Cruz	mrcosta@sesc-rs.com.br
Coordenador de Resultados	Cássio Rauber	crauber@sesc-rs.com.br

REGULAMENTO ESPECÍFICO

4. CATEGORIAS:

Para efeito de inscrição valerá a idade que o atleta tiver no dia 31/12/2023.

Categoria	Faixa etária (em 31/12/2023)
1) ELITE – Feminino	Critério Técnico – Idade livre
2) Sub 30 – Feminino	Até 29 anos
3) Master – Feminino	30 ou mais anos
4) ELITE – Masculino	Critério Técnico – Idade livre *Pontuação dobrada para Equipe.
5) Estreantes – Masculino	Critério Técnico – Idade livre *Ciclistas sem histórico em competições; **Participou no máximo de 2 etapas da Copa em anos anteriores.
6) Juvenil – Masculino	Até 16 anos *OBRIGATÓRIO a autorização (assinatura) de um responsável para competir em cada etapa.
7) SUB 30 – Masculino	17 – 29 anos
8) Master A1 – Masculino	30 - 34 anos
9) Master A2 – Masculino	35 – 39 anos
10) Master B1 – Masculino	40 – 44 anos
11) Master B2 - Masculino	45 – 49 anos
12) Master C - Masculino	50 ou mais anos
13) PARACICLISMO	Critério Técnico – Idade livre

5. INSCRIÇÕES:

- **As inscrições devem ser realizadas via site <https://www.sesc-rs.com.br/esporte/ciclismo-e-cicloturismo/>**
- **Prazo limite para inscrições é 08/11/2023**
- **As inscrições são limitadas para 200 atletas.**
- **Não serão aceitas inscrições após o prazo limite.**

O competidor poderá:

1º) optar por pagamento online através de Cartão de Crédito;

2º) optar pelo pagamento em qualquer Unidade Sesc/RS;

	Valor
Competição 3ª Copa Sesc MTB dos Vales	R\$ 80,00
Paraciclistas	Isento

6. PREMIAÇÃO:

- Premiação em medalhões para os 5 (cinco) primeiros colocados de cada categoria.
- Medalha de finisher para todos os atletas que não pegarem pódio.

7. IMPORTANTE! SAÚDE!

Para participar, os atletas devem estar em boa forma física. Sua saúde e bem-estar são de fundamental importância. Antes de se inscrever em uma competição, faça uma avaliação médica e procure um profissional para avaliar sua aptidão física. Todos(as) os(as) atletas participantes deverão estar em dia com rigorosa avaliação médica para realização da prova, pois a organização não se responsabilizará pela saúde dos(as) atletas;

Em caso de apresentação de quadro clínico de risco, o atleta que for atendido por médico da equipe do evento deverá acatar as orientações do profissional;

O coordenador da prova poderá, seguindo recomendação do médico ou enfermeiro responsável pelo evento, excluir o participante a qualquer momento;

Será disponibilizado um serviço de ambulância para atendimento emergencial aos atletas e remoção aos hospitais da rede pública de saúde;

O (a) atleta ou seu (sua) acompanhante poderá decidir pela remoção ou transferência para hospitais da rede privada de saúde, eximindo a Comissão Organizadora de qualquer responsabilidade ou reembolso pelas despesas decorrentes do atendimento médico;

7.1 CONDUÇÃO NA LARGADA:

- O atleta deverá se apresentar rigorosamente no horário de largada;
- O atleta deverá se apresentar com o número de identificação visível na parte frontal do guidão;
- Atleta não poderá largar sem capacete de segurança;
- O atleta deverá estar com o capacete na cabeça e afivelado;

7.2 CONDUÇÃO NO PERCURSO:

- O atleta não deve impedir o progresso de outros competidores;
- Não é permitido utilizar ou receber ajuda externa;
- Não é permitido qualquer tipo de auxílio de outro competidor com o intuito de vantagem física, como empurrar outro competidor e manobra de gancho;
- A Comissão Organizadora não se responsabilizará por equipamentos removíveis da bicicleta;
- O atleta deverá trafegar pelo leito direito da estrada;
- Os atletas não poderão trocar de bicicleta durante o percurso com outro competidor, tão pouco substituir sua bicicleta por outra durante o percurso;
- Será permitida substituição de câmeras furadas e manutenção mecânica durante o trajeto;
- O competidor deverá respeitar as marcações de trajeto do início ao fim do percurso;

- O competidor não poderá realizar manobras bruscas de zig-zag durante o percurso e no sprint final no momento de chegada, caso aconteça configurará como impedimento do progresso de outros competidores.

7.3 DEMAIS OBSERVAÇÕES:

- O resultado final da prova será pela ordem de chegada sendo cronometrado seu tempo a partir da largada oficial de sua categoria.
- A competição ocorrerá em estradas com trânsito aberto aos veículos, sendo seu fluxo controlado por motos de apoio;
- Casos omissos a este regulamento, serão decididos pela organização do evento, tendo como base as regras da Confederação Brasileira de Ciclismo.
- As inscrições são pessoais e intransferíveis (caso haja troca ou repasse da inscrição, os envolvidos serão desclassificados da prova e suspensos do evento).

8. PERCURSOS

Categoria	Percurso
1) ELITE – Feminino	Longo
2) Sub 30 – Feminino	Curto
3) Master – Feminino	Curto
4) ELITE – Masculino	Longo
5) Estreantes – Masculino	Curto
6) Juvenil – Masculino	Curto
7) SUB 30 – Masculino	Longo
8) Master A1 – Masculino	Longo
9) Master A2 – Masculino	Longo
10) Master B1 – Masculino	Longo
11) Master B2 - Masculino	Longo
12) Master C - Masculino	Curto
13) PARACICLISMO	Curto

Serão dois percursos sendo um curto com aprox. 43Km de distância e altimetria de 1.350m e um percurso longo de aprox. 51km com 1.700m de altimetria. Os percursos por estarem passando em grande parte por propriedades particulares que apresentam porteiras, cercas eletrificadas o trajeto será disponibilizado mais próximo a prova de maratona

***Prazo máximo para finalizar 13:00, sendo que após este horário, os atletas que estiverem no percurso serão recolhidos pelo veículo vassoura.**

8.1 ÁREA DE ABASTECIMENTO

As áreas de abastecimento.

9. INFORMATIVOS:

9.1 SEGURO e ACOMODAÇÕES

Seguro de vida e hospitalar para todos os atletas

Ambulância exclusiva no evento para atendimento do início ao término.

Banheiro e duchas estarão a disposição dos atletas para higiene pessoal.

Lava jato para lavar a bicicleta.

Prazo máximo para finalizar 13:00 , sendo que após este horário, os atletas que estiverem no percurso serão recolhidos pelo veículo vassoura.

9.2 HOSPEDAGEM

Hotel 3 Irmãos

Av. Gal Flores da Cunha, Sinimbu - RS

Telefone: (51) 98631-1183

<https://maps.app.goo.gl/i7XrnkYDSzAqQ1pQ9>

Pousada Gralha Azul

Linha Pinhal Santo Antônio, Sinimbu/RS - RS

Telefone: (51) 99714-5664

<https://maps.app.goo.gl/5EqW1R9bHJEX9jqFA>

Pousada Recanto de lazer Haas

Linha Rio Grande, Sinimbu/RS - RS

Telefone: (51) 99796-9160

<https://maps.app.goo.gl/isqzQJNZGncAiyCB9>

REALIZAÇÃO:



APOIO:



PATROCÍNIO:



Sinimbu, outubro de 2023