



**2024.06.29**

**SOAJO, ARCOS DE VALDEVEZ, PORTUGAL**

**NORMADBIKE – ASSOCIAÇÃO**

**NIPC 515 760 579**



## Índice

CONTROLO DE ALTERAÇÕES .....	3
1. NOME, ORGANIZAÇÃO E APOIO .....	3
2. CONCEITO, MODALIDADES DE PARTICIPAÇÃO E CATEGORIAS.....	3
3. LOCAL, DATA DE REALIZAÇÃO E HORÁRIOS .....	3
4. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO .....	4
5. AUTONOMIA E ORIENTAÇÃO .....	4
6. PERCURSO .....	4
7. BARREIRAS HORÁRIAS.....	5
8. TEMPO LIMITE .....	6
9. REGRAS DE SEGURANÇA.....	6
10. EQUIPAMENTO OBRIGATÓRIO.....	7
11. EQUIPAMENTO RECOMENDADO MÍNIMO .....	8
12. COMPORTAMENTO .....	8
13. TRACK.....	8
14. CONTROLOS DE PASSAGEM .....	9
15. ZONAS DE NEUTRALIZAÇÃO.....	9
16. DESISTÊNCIAS .....	9
17. VALIDAÇÃO DA PARTICIPAÇÃO .....	10
18. INSCRIÇÕES.....	10
19. SEGURO .....	11
20. SECRETARIADO .....	12
21. LEVANTAMENTO DO KIT DE PARTICIPANTE.....	12
22. FRONTAIS .....	12
23. LISTAGEM COM TEMPOS .....	12
24. PROGRAMA .....	12
25. ALTERAÇÃO AO PERCURSO OU CANCELAMENTO DO EVENTO.....	13
26. UTILIZAÇÃO DE BICICLETAS ELÉTRICAS.....	13
27. DIREITOS DE IMAGEM E DADOS DE INSCRIÇÃO.....	13
28. PROTEÇÃO DE DADOS .....	13
29. OUTROS .....	14



## CONTROLO DE ALTERAÇÕES

VERSÃO	DATA	DESCRIÇÃO / PRINCIPAIS ALTERAÇÕES
1.0	2024-01-10	Versão inicial

### 1. NOME, ORGANIZAÇÃO E APOIO

- 1.1. O Evento objeto deste Regulamento tem o nome “EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2024” (“Evento” ou “EPX2024”). Constitui a quarta edição, após as edições de 2021, 2022 e 2023.
- 1.2. A Organização do EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2024 é da responsabilidade da NORMADBIKE - ASSOCIAÇÃO, NIPC 515 760 579.
- 1.3. Conta com o apoio dos Municípios de Ponte da Barca, Arcos de Valdevez, Melgaço, Lobeira, Entrimo e Lobios, e da ADERE - PG.
- 1.4. A operacionalização do Evento é composta pela Direção do Evento, Direção de Segurança, Secretariado e Controladores de Passagem e de Tempos.
- 1.5. Os elementos da Organização estarão devidamente identificados através de vestuário alusivo ao Evento.

### 2. CONCEITO, MODALIDADES DE PARTICIPAÇÃO E CATEGORIAS

- 2.1. O EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2024 é um evento de BTT, sem qualquer intuito ou caráter competitivo, que assenta nos seguintes princípios e características: autonomia total, com orientação exclusiva por GPS, com elevado nível de dificuldade física e mental, e dificuldade técnica média-alta, com respeito pelo meio em que se desenrola.
- 2.2. O EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2024 pretende proporcionar aos participantes:
  - 2.2.1. O contacto com locais de elevado interesse natural, paisagístico, cultural, histórico, etnográfico e popular.
  - 2.2.2. Uma experiência física e mentalmente desafiante e enriquecedora, valorizando os valores da resiliência, superação pessoal e solidariedade.
- 2.3. Haverá as seguintes categorias de participação:
  - 2.3.1. Individual, masculino;
  - 2.3.2. Individual, feminino.
- 2.4. O EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2024 não tem caráter competitivo. Será divulgada uma lista com os nomes dos participantes, para cada uma das categorias de participação e percurso, indicando-se os tempos consumidos para completarem o Percurso.
- 2.5. A participação no Evento é voluntária, e da responsabilidade exclusiva de cada participante, que assume na totalidade os riscos inerentes à sua participação (sem prejuízo de a mesma estar coberta por apólice de seguro específica (ver seção 19).

### 3. LOCAL, DATA DE REALIZAÇÃO E HORÁRIOS

- 3.1. Data e local de partida e chegada: o EPX2024 realiza-se no dia 29 de junho de 2024. Tem início e fim em Soajo, Concelho de Arcos de Valdevez, Portugal.
- 3.2. Horário e tempo limite: por questões de segurança, o EPX2024 tem tempo limite para a sua realização. A partida será dada às 06:00:00 horas, e tem como tempo limite de realização 17:59:59 horas, terminando às 23:59:59 horas do mesmo dia, no mesmo local. A velocidade média prevista a título indicativo é de cerca de 11 km/h.
- 3.3. O controlo de chegada fechará às 23:59:59 horas do dia da partida. Todo o participante que termine o seu percurso para além do tempo limite não constará da listagem referida em 2.4.. Este controlo tem como objetivo primordial garantir a segurança dos participantes.



3.4. O Percurso desenvolve-se em Portugal e em Espanha.

## 4. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

- 4.1. A participação é aberta a participantes com pelo menos 19 anos de idade completados no dia do Evento, em condições de saúde compatíveis com a distância, acumulado e dificuldade física e mental do Percurso.
- 4.2. Conhecimento e cumprimento do conteúdo deste Regulamento.
- 4.3. Inscrição válida.
- 4.4. **Antes de se inscrever, o participante deve ter a plena consciência do seguinte:**
  - 4.4.1. O Percurso (secção 6) tem um elevado nível de dificuldade, quer a nível físico, quer mental, e dificuldade técnica média-alta. Aquele nível de dificuldade decorre da sua elevada extensão, acumulado (desnível positivo acumulado), duração, tipo de piso, de se desenrolar em locais com reduzida presença de população, e das condições climatéricas que, seja fruto da altura do ano em que se realiza, seja decorrente da amplitude de altitudes em que se desenvolve, se podem verificar;
  - 4.4.2. O Percurso deve ser cumprido em autonomia, sem recurso a auxílio externo;
  - 4.4.3. Ao participar no Evento, o participante deve estar totalmente preparado para tal e para gerir as dificuldades e problemas que podem advir neste tipo de evento.
  - 4.4.4. Deve informar a Organização de qualquer problema de saúde que tenha, para conhecimento prévio dos primeiros socorros, caso necessite, tais como: diabetes, hipertensão, asma e outros.

## 5. AUTONOMIA E ORIENTAÇÃO

- 5.1. O Evento realiza-se em total autonomia pelos participantes. Não é permitido o fornecimento de qualquer tipo de apoio ou ajuda externa.
- 5.2. É também proibida a circulação de carros de apoio aos participantes no percurso.
- 5.3. A ajuda externa é punível com a exclusão do Evento. No entanto, o participante poderá abastecer-se de água em fontes ou alimentos e bebidas em casas de particulares, cafés, lojas de qualquer especialidade e outros, alguns dos quais serão indicados no autocolante fornecido para o colar no quadro. A Organização não se responsabiliza pela qualidade dos mesmos.
- 5.4. É permitida e recomendada a entreatuda entre os participantes quando os mesmos se encontram no Percurso do Evento.
- 5.5. O Participante orienta-se pelos *tracks* para aparelho de GPS disponibilizados pela Organização com o Percurso.
- 5.6. Equipamento obrigatório: ver secção 10.
- 5.7. Equipamento recomendado mínimo: ver secção 11.

## 6. PERCURSO

- 6.1. O Percurso é efetuado em autonomia e guiado exclusivamente por GPS.
- 6.2. Existem **três percursos** (genericamente designados como “Percurso”), com as seguintes características<sup>1</sup>:

N.º	NOME	DISTÂNCIA	ACUMULADO
1º	Black Wolf	196 Kms	5.540 m
2º	White Wolf	177 Kms	5.120 m
3º	Green Wolf	135 Kms	3.995 m

<sup>1</sup> Sujeitas a eventuais alterações pontuais decorrentes de eventos de força maior.



- 6.3. Passam por quatro serras, de Portugal e de Espanha, nos pontos cicláveis mais altos das mesmas ou próximos dos mesmos, com significativas e diversas amplitudes de altitude.
- 6.4. O participante pode decidir no decorrer do Evento qual dos percursos realizará, uma vez que os mesmos se desenvolvem de forma sequencial, da seguinte forma:
- 6.4.1. No decurso do percurso “Green Wolf”, o participante pode, ao km 47, decidir entre prosseguir no mesmo, completando este percurso por inteiro, ou seguir para tentar fazer um dos outros dois percursos (“White Wolf” e “Black Wolf”);
- 6.4.2. Optando por prosseguir para tentar fazer os outros dois percursos (“White Wolf” e “Black Wolf”), o participante pode, ao km 156, decidir entre prosseguir para o percurso intermédio (“White Wolf”), ou seguir para tentar fazer o percurso mais longo e difícil (“Black Wolf”);
- 6.4.3. A decisão está, porém, condicionada pelo respeito pelas barreiras horárias definidas na secção correspondente (secção 7).
- 6.4.4. No final, a listagem referida na secção 2, será definida em função do percurso realizado, através da verificação do percurso gravado no GPS.
- 6.5. O Percurso é composto na sua maioria por caminhos, trilhos e estradas não asfaltadas. O piso é variado, compreendendo terra batida, calçadas, pedra solta, e outros. Na sua quase totalidade, é ciclável. Atravessa e cruza diversas estradas, devendo obrigatoriamente ser cumpridas as “REGRAS DE SEGURANÇA” (secção 9) e o Código da Estrada (em Portugal e em Espanha).
- 6.6. Apresenta uma dificuldade técnica variada e elevada (extrema) dificuldade física.

## 7. BARREIRAS HORÁRIAS

7.1. Todas as transições e percursos têm barreiras horárias que devem ser respeitadas pelos participantes:

7.2. Percurso “Black Wolf”:

N.º	KMS	HORA DO DIA	HORAS DESDE INÍCIO
1	76	14:30h	8:30h
2	130	17:00h	11:00h
3	158	18:30h	12:30h
4	175	22:00h	16:00h

7.3. Percurso “White Wolf”:

N.º	KMS	HORA DO DIA	HORAS DESDE INÍCIO
1	76	14:30h	8:30h
2	130	17:00h	11:00h
3	157	19:00h	13:00h

7.4. Percurso “Green Wolf”:

N.º	KMS	HORA DO DIA	HORAS DESDE INÍCIO
1	79	15:00h	9:00h
2	123	19:00h	13:00h

7.5. Os participantes do “Black Wolf”, nas Barreiras 1, 2 e 4, que não cumpram com estes limites horários deverão utilizar o “track” fornecido denominado como “Fuga 1” (nas barreiras 1 e 2) e “Fuga 2” (na barreira 4). Ao seguirem por estas opções (“Fuga 1” ou “Fuga 2”) não constarão na listagem de tempos final.

7.6. Os participantes do “Black Wolf”, na barreira 3, que não cumpram com o limite horário, podem seguir (até às 19:00h) pelo percurso do “White Wolf”. Ao optarem por esta alternativa, os participantes manter-se-ão no Evento, e serão considerados na listagem de tempos final. Caso a hora de passagem exceda as 19:00h deverão utilizar



o “track” fornecido denominado como “Fuga 1”. Neste último caso (“Fuga 1”), não constarão na listagem de tempos final.

- 7.7. Os participantes do “White Wolf”, nas barreiras 1, 2 e 3, que não cumpram com estes limites horários deverão utilizar o “track” fornecido denominado como “Fuga 1”. Ao seguirem por esta opção não constarão na listagem de tempos final.
- 7.8. Os participantes do “Green Wolf”, na barreira 1, que não cumpram com este limite horário deverão utilizar o “track” fornecido denominado como “Fuga 1”, e na barreira 2 deverão utilizar o “track” “Fuga 3”. Ao seguirem por estas opções (“Fuga 1” ou “Fuga 3”) não constarão na listagem de tempos final.
- 7.9. Os participantes que decidirem continuar pelo percurso desrespeitando as barreiras horárias e a indicação da Organização serão excluídos do Evento e esta não se responsabiliza pelos mesmos, apenas sendo prestado todo o apoio necessário em casos de acidente, força maior ou outro que coloque em causa a segurança do participante, podendo os participantes ser responsabilizados por tal, e serem-lhes imputados eventuais custos daí resultantes.

## 8. TEMPO LIMITE

- 8.1. Os participantes têm 17:59:59 horas para completar o EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2024, ou seja, até às 23.59:59 h do dia 29 de junho de 2024. Tal implica uma média horária de cerca de 11 km/h para o percurso “Black Wolf”.

## 9. REGRAS DE SEGURANÇA

- 9.1. O percurso passa por vias públicas, em estrada ou fora de estrada, atravessa aldeias, vilas, baldios, acessos e serventia de propriedades privadas. Portanto, o percurso não estará fechado para uso exclusivo do Evento e, assim sendo, os participantes devem estar atentos ao facto de poder haver veículos, pessoas ou animais parados ou a circular, em qualquer sentido. Deverá ser cumprido, nestas situações, o Código da Estrada e regras de bom senso e segurança. O não cumprimento das regras do trânsito poderá levar à exclusão do Evento.
- 9.2. A travessia dessas vias, em particular as estradas, constitui potencial perigo para os participantes, quer pela falta de visibilidade quer pela velocidade dos veículos que nelas circulam. A fim de promover a segurança nestas situações, recomenda-se a todos os participantes a paragem durante alguns momentos para verificação.
- 9.3. O Percurso desenrola-se em locais onde é possível encontrar animais de grande porte, domésticos e selvagens, como gado bovino, caprino, ovino, cavalos/garranos, cães (particularmente de apoio ao pastoreio), ou outros. Em regra, são animais não agressivos, que não representam ameaça para o participante, mas recomenda-se abrandar a velocidade e cuidado ao passar junto dos mesmos, de modo a não os assustar e não provocar reações por parte dos mesmos.
- 9.4. Sempre que forem encontradas cancelas, devem as mesmas ser fechadas depois da passagem, de modo a garantir que o gado não saia do espaço que as mesmas delimitam, o que poderia causar acidentes.
- 9.5. As zonas percorridas são, na quase sua totalidade, em território do ambiente da Reserva da Biosfera Transfronteiriça / Transfronteiriza Gerês-Xurés, que compreende o Parque Nacional da Peneda-Gerês (PNPG), em Portugal, e o Parque Natural Baixa Limia Serra do Xurés (PNBLSX), em Espanha, onde é conhecida a existência de várias alcateias de Lobo-Ibérico. Não é provável o avistamento desta espécie já que são animais esquivos que evitam os humanos, mas os participantes devem zelar por se manterem no *track*, e não fazer barulho, de modo a não perturbar esta ou outras espécies faunísticas existentes nestes territórios.
- 9.6. A Organização pode impedir a participação de participantes que mostrem sinais de incapacidades físicas ou mentais para realizar o Percurso. Qualquer sinal de



embriaguez ou uso de drogas impedem a participação ou levam à exclusão do Evento.

- 9.7. Tratando-se de ambiente de média montanha, poderão ocorrer variações de temperatura e climatéricas significativas e repentinas, pelo que os participantes deverão estar munidos de equipamento que permita enfrentá-las com segurança, como sejam um corta-vento e um impermeável (em caso de tempo instável com probabilidade de ocorrência de precipitação), conforme secções 10 e 11.
- 9.8. A Organização dispõe de um Plano de Segurança, elaborado pela Direção de Segurança. Este inclui uma ambulância com um Médico e Enfermeiro que circulará, em Portugal, pelo Percurso, até ao último participante ter chegado ao local de partida. Em Espanha a segurança é proporcionada pelas autoridades locais, com as quais a Organização articulou os procedimentos para garantir a assistência e segurança dos participantes.

## 10. EQUIPAMENTO OBRIGATÓRIO

- 10.1. GPS – É um equipamento obrigatório e deve ter como requisitos mínimos a sua autonomia para a duração do Evento, com ou sem recurso a pilhas, baterias ou carregadores externos, e a possibilidade de gravar no mínimo 10.000 pontos. A validação de que o participante efetuou o percurso na sua totalidade pelos *tracks* definidos é efetuada exclusivamente pela verificação do percurso gravado neste equipamento. A não entrega do equipamento à Organização no final do percurso, para verificação do percurso gravado e efetuado, ou a não gravação do percurso na sua totalidade implica a exclusão do participante do Evento. Não serão aceites para verificação quaisquer outros equipamentos, como telemóveis ou “*smartphones*”.
- 10.2. Telemóvel – O uso do telemóvel ligado, pelos participantes, durante toda a sua participação no Evento, é obrigatório, por razões de segurança e para o caso de ser necessário contactar o participante. O mesmo deve ter registados os números de telefone contidos no frontal, nomeadamente os da Organização e das forças de segurança. O percurso passa por locais remotos, com potenciais falhas de cobertura na rede por parte dos operadores, pelo que se recomenda a utilização de mais do que um operador. Admite-se que, nalguns locais, nenhum dos operadores tenha cobertura. Alerta-se para a necessidade de os telemóveis deverem ter acesso a *roaming*, uma vez que o percurso se desenvolve em Portugal e em Espanha.
- 10.3. Capacete – O uso de capacete homologado é obrigatório, sempre que o participante se desloque na bicicleta. A inobservância desta regra dá lugar à exclusão imediata do participante do Evento.
- 10.4. Água – O participante deverá levar consigo durante todo o Percurso recipiente com, pelo menos, 0,5 litros de água. Aconselha-se a utilização de mochila de hidratação (“*Camelbak*”). Alerta-se para o facto de, durante zonas extensas do percurso, poder não haver acesso a água potável, o que, acrescido da possibilidade de ocorrência de temperaturas elevadas, pode colocar em risco a saúde do participante.
- 10.5. Luzes – O participante deve utilizar uma luz dianteira, de cor branca, e uma traseira, de cor vermelha. As luzes deverão estar montadas e ligadas na bicicleta ou no capacete a partir das 21:00 horas, como elemento sinalizador da presença do participante. A inobservância desta norma implica a exclusão do participante do Evento.
- 10.6. Indumentária - O participante poderá envergar uma indumentária à sua escolha, não sendo permitida a nudez, o uso de chinelos / sandálias, ou outros acessórios que comprometam a segurança dos participantes.





## 11. EQUIPAMENTO RECOMENDADO MÍNIMO

- 11.1. Bateria extra ou carregador para telemóvel;
- 11.2. Bateria extra ou carregador para GPS;
- 11.3. Vestuário: corta-vento, impermeável;
- 11.4. Pneus: câmara-de-ar com gel (duas) ou “mousses”, desmonta pneus, bomba de ar, cartuchos de CO<sub>2</sub>;
- 11.5. Transmissão: desmonta corrente, elo rápido para a corrente, óleo;
- 11.6. Kit de ferramentas multi-usos;
- 11.7. Manta térmica;
- 11.8. Outros: apito, protetor solar e óculos.

## 12. COMPORTAMENTO

- 12.1. Os participantes devem pautar-se por regras de respeito:
  - 12.1.1. Pelos outros participantes: é proibida a adoção de comportamentos antidesportivos e antiéticos. No caso de algum participante verificar que outro participante sofreu algum acidente ou que está com notórias dificuldades que coloquem em causa a sua saúde ou segurança, deve de imediato auxiliá-lo e contactar a Organização e as forças de Socorro. O respeito pela segurança do outro é um valor que se sobrepõe a qualquer outro (lembra-se que o EPX não tem intuito ou caráter competitivo).
  - 12.1.2. Pelo ambiente: não poluir, não destruir, não colher vegetação ou recolher animais, devendo manter-se exclusivamente no percurso. Recorda-se que este passa por diversas Zonas Protegidas, estando a autorização de passagem pelas mesmas dependente do rigoroso respeito pelas normas definidas para estes locais, e poderão ser encontradas no sítio na *internet* do ICNF<sup>2</sup> e do PNBLSX<sup>3</sup>.
  - 12.1.3. Pelas populações locais: ao passar nas estradas, caminhos, aldeias os participantes deverão ser corteses, e circular com cuidado para não colidir com ninguém;
  - 12.1.4. No caso de o participante pretender recolher imagens de pessoas, recomenda-se que seja pedida a devida autorização prévia.
  - 12.1.5. É expressamente proibida qualquer manifestação considerada obscena, quer seja através de grafismos, expressões sonoras ou visuais, em qualquer parte da apresentação física ou de equipamentos dos participantes, sendo a sua observação punida com a exclusão do Evento.

## 13. TRACK

- 13.1. No dia 27 de junho de 2024 a Organização enviará para o email indicado pelo participante quando da inscrição os *tracks* dos percursos, no formato GPX, para que sejam carregados nos equipamentos.
- 13.2. Este será o único meio de orientação de que os participantes disporão para seguir o percurso.
- 13.3. A linha de GPS poderá apresentar desvios relativamente ao caminho marcado no terreno. Os participantes deverão sempre seguir o caminho marcado no terreno mesmo que isso não corresponda exatamente à linha no GPS. São permitidos, nestes casos, desvios não superiores a 100 metros de cada lado face à linha do GPS.

---

<sup>2</sup> Instituto da Conservação da Natureza e das Florestas.

<sup>3</sup> Parque Natural Baixa Limia Serra do Xurés.





## 14. CONTROLOS DE PASSAGEM

- 14.1. O tempo gasto por cada participante será registado individualmente de forma automática por sistema de cronometragem eletrónica. O registo é feito com base num chip colocado no frontal do participante.
- 14.2. Será ainda registado individualmente de forma manual nos Postos de Controlo.
- 14.3. Será também verificado o equipamento GPS confirmando o percurso efetuado.
- 14.4. Com o objetivo de garantir a segurança dos participantes, minimizando o risco de que se mantenham no terreno em horas que impeçam a sua chegada dentro do tempo limite (secção 8) haverá controlo de passagem em Postos de Controlo.
- 14.5. Os Postos de Controlo estão localizados nos pontos do percurso identificados na secção “BARREIRAS HORÁRIAS” (secção 7), bem como em zonas não identificadas e não informadas aos participantes.
- 14.6. Os Postos de Controlo identificados estarão identificados no autocolante fornecido para a bicicleta.
- 14.7. Os Postos de Controlo identificados terão hora de fecho. (ver BARREIRAS HORÁRIAS, secção 7).
- 14.8. Nos Postos de Controlo identificados haverá pelo menos um elemento da Organização. Este será responsável pela anotação dos tempos de passagem, verificação de equipamentos obrigatórios e bem-estar do participante de forma a atestar a sua continuidade no Evento.
- 14.9. Todos os participantes que cheguem após a hora definida como fecho do Posto de Controlo identificado, terão de abandonar o *track* do Evento e seguir os *tracks* alternativos (fugas) fornecidos pela Organização.

## 15. ZONAS DE NEUTRALIZAÇÃO

- 15.1. O percurso decorre na sua maioria dentro dos limites do PNPG e do PNBLSX, passando por algumas zonas consideradas legalmente como áreas de Proteção Parcial de Tipo I e II;
- 15.2. Sendo as áreas de Proteção Parcial de Tipo I espaços que contêm valores naturais significativos e de grande sensibilidade ecológica, nomeadamente valores florísticos, faunísticos, geomorfológicos e paisagísticos, são necessários maiores cuidados e práticas ambientais menos perturbadoras pelo que a passagem dos participantes nestas zonas deve ser feita com especial cuidado e neutralidade, devendo os participantes moderar a velocidade de circulação, em cumprimento da Lei e das autorizações específicas obtidas das entidades legalmente responsáveis pela concessão das mesmas, o ICNF e o PNBLSX;
- 15.3. Assim, poderão vir a ser definidas zonas e / ou segmentos dentro das quais o tempo de passagem poderá não vir a ser considerado para efeitos do tempo final e de elaboração da listagem referida em 2.4..
- 15.4. O início e o final dessas zonas estarão devidamente identificados no local e no autocolante fornecido pela Organização aos participantes. Ainda, serão objeto de registo de tempos através de equipamento eletrónico que medirá o tempo de passagem, **o qual será objeto de dedução ao tempo final**.
- 15.5. É importante notar que, desta contingência, poderá resultar a situação de o tempo consumido final para efeitos da listagem referida em 2.4. poder não corresponder à ordem de chegada dos participantes à Chegada.

## 16. DESISTÊNCIAS

- 16.1. A Organização fornecerá a todos os participantes os números de telefone relevantes, que constarão no frontal.



- 16.2. Os participantes que decidam desistir, devem informar a Organização através dos números de contacto que constam no frontal.
- 16.3. Numa adversidade, acidente ou falência física ou psicológica, a decisão da Organização, médico, polícia ou qualquer outra autoridade competente é soberana. O participante terá de se submeter à sua autoridade.
- 16.4. Em caso de emergência ou incapacidade de continuar no Evento devem ligar para os contactos fornecidos pela Organização, conforme 16.1.. Apenas no caso de tal não ser possível, pode ligar diretamente para as organizações de auxílio de emergência (especialmente se estiver em locais que só permitem chamadas de emergência).
- 16.5. A decisão de desistir do Evento, por qualquer motivo, deverá ser comunicada imediatamente à Organização.
- 16.6. No caso de desistência sem o devido aviso à Organização, que cause uma operação de busca e resgate, os custos resultantes desse procedimento serão imputados ao participante que não cumpriu o dever de informar a sua desistência.

## 17. VALIDAÇÃO DA PARTICIPAÇÃO

- 17.1. A validação da participação é efetuada com base na verificação da gravação da totalidade do percurso pelo GPS do participante bem como pelos registos efetuados pela Organização nos Postos de Controlo.

## 18. INSCRIÇÕES

- 18.1. PERÍODO E FORMA: As inscrições abrem no dia 18 de janeiro de 2024 às 21:00h (hora portuguesa, 22.00h, hora espanhola), e estão disponíveis no sítio oficial do Evento ([www.extremepenedaxures.pt](http://www.extremepenedaxures.pt)), e fecham no dia 17 de junho de 2024 às 23:59h, ou até se preencher o número máximo de inscrições, definidas em 18.3..
- 18.2. VALIDAÇÃO E REJEIÇÃO
  - 18.2.1. Uma inscrição só ficará efetiva depois de validada pela entidade organizadora do EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2024.
  - 18.2.2. As inscrições só serão válidas após a validação do pagamento na plataforma de inscrição.
- 18.3. NÚMERO MÁXIMO DE INSCRIÇÕES: o EPX2024 está limitado a um número máximo de 165 inscrições validadas. Adicionalmente são consideradas 15 inscrições para atribuição a elementos da organização. As inscrições encerram após atingido esse número.
- 18.4. PERCURSOS: a inscrição é única para os três percursos. A opção do percurso é feita apenas no dia, no decorrer do Evento.
- 18.5. PREÇOS
  - 18.5.1. Primeira fase: entre os dias 18 e 31 de janeiro de 2024: € 43,00. O pagamento tem de ser efetivado até ao final do prazo indicado na referência multibanco gerada quando do processo de inscrição (24 horas).
  - 18.5.2. Segunda fase: entre 1 de fevereiro de 2024 e 17 de junho de 2024 € 50,00. O pagamento tem de ser efetivado até ao final do prazo indicado na referência multibanco gerada quando do processo de inscrição (24 horas).
  - 18.5.3. Não serão aceites as inscrições e pagamentos efetuados após estes prazos.
- 18.6. PAGAMENTO
  - 18.6.1. O pagamento deverá ser efetuado através da referência multibanco gerada quando do processo de inscrição, no prazo aí indicado (24 horas).
  - 18.6.2. No caso de participantes que não possuam conta bancária numa instituição financeira portuguesa, o pagamento poderá, excecionalmente, ser efetuado por transferência bancária, para um IBAN a indicar ao inscrito que se encontre em tais condições.



18.6.2.1. O inscrito que se encontre nessa situação deverá enviar um email à organização ([extremepenedaxures@gmail.com](mailto:extremepenedaxures@gmail.com)), com cópia do email gerado pela plataforma de inscrição, de modo a que o pagamento possa ser efetivado no mesmo prazo que os restantes inscritos.

18.6.2.2. A organização informará, por email, qual o IBAN para o qual deve ser dirigida a transferência bancária. Deve ser enviada cópia do comprovativo da mesma, por email, para a organização ([extremepenedaxures@gmail.com](mailto:extremepenedaxures@gmail.com)). Caso a transferência não se concretize no prazo de 24 horas, a inscrição não será considerada válida.

18.6.2.3. A organização reserva-se o direito de não aceitar pagamentos por esta via.

## 18.7. CONTEÚDO

18.7.1. A inscrição de um participante inclui:

- Participação no Evento.
- Tracks GPS EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2024.
- Jersey oficial do EPX2024 (Apenas para inscrições validadas até 31/03/2024).
- Kit de participante (frontal + fitas zip + chip).
- Seguro de acidentes pessoais. As respetivas condições são referidas na secção seguinte. Ainda, serão comunicadas aos participantes por email para o email indicado quando da inscrição, logo que contratado o seguro. Aconselha-se a sua leitura, para que o participante esteja ciente das coberturas.
- Lembrança Finisher EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2024. Esta será atribuída pela ADERE-PG.
- Poderá vir a ser atribuída uma lembrança, em espécie, aos três participantes que, em cada categoria e para cada percurso, consumam o menor tempo para terminarem o percurso. Esta será atribuída pela ADERE-PG e pretende representar e divulgar o património existente nos Concelhos por onde o EPX2024 decorre. O valor monetário das mesmas não excederá, por participante, € 95,00. A entrega das mesmas far-se-á entre as 19:00h e as 20:30h do dia 29 de junho de 2024.
- Local para guardar as bicicletas na noite anterior ao Evento e imediatamente após o mesmo, até às 2:00:00 h do dia 30 de junho de 2024.
- Banhos.
- Refeição no final do Evento.

## 19. SEGURO

19.1. A Organização irá subscrever um seguro de Acidentes Pessoais e Responsabilidade Civil.

19.2. As coberturas do seguro de acidentes pessoais são as seguintes:

Garantias Contratadas	Capital Seguro	Franquia	Idade Máxima
1 Morte por Acidente	30 366,86 Euros		75
3 Invalidez Permanente por Acidente	30 366,86 Euros		75
9 Despesas de Tratamento por acidente	4 858,14 Euros	90 Euros	75
12 Morte simultânea da Pessoa Segura e Cônjuge	15.000 Euros		75
13 Despesas de Funeral (Gastos)	5.000 Euros		75
14 Despesas e/operações salvamento, busca, transp. sinistrado	1.000 Euros		75

19.3. Os valores apresentados poderão ser alterados, e serão atualizados na medida do obrigado por Lei.

19.4. O seguro de acidentes pessoais de que o participante beneficia por participar no Evento é válido no dia 29/06/2024, ou seja, entre as 00:00:00h do dia 29/06/2024 e as 24:00:00h do dia 29/06/2024, pelo que qualquer sinistro deixa de estar coberto a partir desse momento.

19.5. Os participantes possuidores de licença válida junto da FPC para a época de 2024 estão abrangidos pelo respetivo seguro de acidentes pessoais associado.



## 20. SECRETARIADO

- 20.1. Localiza-se nas instalações da Casa do Povo / Junta de Freguesia de Soajo.
- 20.2. Horário de funcionamento:
  - 20.2.1. No dia 28: entre as 17:00h e as 23:00h;
  - 20.2.2. No dia 29: entre as 4:30h e as 5:30h e entre as 14:30h e as 23:59h;
  - 20.2.3. No dia 30: até às 2.00h.

## 21. LEVANTAMENTO DO KIT DE PARTICIPANTE

- 21.1. O levantamento do mesmo deve ser feito nos dias 28 ou 29 de junho, no Secretariado, nos horários de funcionamento referidos na secção 20.
- 21.2. O kit do participante apenas será entregue ao respetivo participante, que deverá apresentar um documento identificativo válido (Cartão de Cidadão, Bilhete de Identidade, Carta de Condução).
- 21.3. O levantamento do kit de participante por terceiros apenas é permitido caso apresente fotocópia de documento de identificação e comprovativo da inscrição assinada pelo participante que autorize esse levantamento.

## 22. FRONTAIS

- 22.1. É obrigatória a colocação bem visível da placa de número de participante fornecida aos participantes (cf. Secção 18) na frente da bicicleta e no sentido em que este se desloca no terreno.
- 22.2. Um participante que se apresente num Controlo de Passagem sem esta placa poderá não ser controlado, sendo-lhe excluído do Evento.
- 22.3. Estas placas comportarão ainda publicidade aos parceiros principais do Evento, e em caso algum este espaço pode ser utilizado para outros fins.
- 22.4. O frontal contém ainda o chip destinado ao controlo eletrónico dos tempos de passagem.
- 22.5. O seu extravio importa no pagamento de € 30,00.

## 23. LISTAGEM COM TEMPOS

- 23.1. O EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2024 terá uma listagem ordinal elaborada com base no tempo consumido por cada participante para completar o percurso realizado, por ordem crescente, do menor ao maior, para cada categoria.
- 23.2. As listagens provisórias poderão ser afixadas no Secretariado do Evento ao longo do dia do Evento.
- 23.3. Posteriormente ao dia do Evento serão divulgadas as listagens finais no site do EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2024 para cada uma das categorias de participação e percurso.
- 23.4. Para efeitos da listagem final de tempos, os tempos serão contados em horas, minutos e segundos.

## 24. PROGRAMA

- 24.1. 28/06/2024:
  - 17:00h – Abertura do secretariado
  - 23:00h – Encerramento do secretariado
- 24.2. 29/06/2024:
  - 04:30h – Abertura do secretariado
  - 05:30h – Encerramento do secretariado
  - 06:00h – Partida



- 14:00h – Abertura do secretariado
  - 14:00h – Chegada esperada do primeiro participante do percurso “Green Wolf”
  - 15:00h – Chegada esperada do primeiro participante do percurso “White Wolf”
  - 16:00h – Chegada esperada do primeiro participante do percurso “Black Wolf”
  - 23:59h – Hora limite para a chegada dos participantes
- 24.3. 30/06/2024:
- 02:00h – Encerramento do secretariado

## **25. ALTERAÇÃO AO PERCURSO OU CANCELAMENTO DO EVENTO**

- 25.1. A Organização reserva-se o direito de cancelar ou adiar o Evento, sempre que as condições climatéricas ou outras de catástrofe natural, ou qualquer indicação das Autoridades (risco de incêndio, saúde ou outro) impeçam o bom desenrolar do mesmo, pondo em causa a segurança de participantes, organização, populações ou outros envolvidos.
- 25.2. A Organização poderá ainda eliminar troços, encurtar ou aumentar distâncias ou optar por caminhos alternativos, sempre que as condições Climatéricas ou outras de Catástrofe Natural, ou qualquer indicação das Autoridades (risco de incêndio, saúde ou outro) impeçam o bom desenrolar da mesma pondo em causa a Segurança de participantes, organização, populações ou outros envolvidos.
- 25.3. Sempre que ocorram as situações descritas nos pontos anteriores a Organização reserva-se ao direito de não devolver o valor das inscrições pagas, sendo que, se tal decisão for tomada:
- 25.3.1. Na véspera ou dia do Evento, a mesma será dada por cancelada.
- 25.3.2. Noutras circunstâncias, a Organização obriga-se a indicar uma data alternativa para a Organização do Evento.

## **26. UTILIZAÇÃO DE BICICLETAS ELÉTRICAS**

- 26.1. É permitida, salvo qualquer impedimento ou restrição imposto por legislação ou autoridade, a utilização de bicicletas elétricas.
- 26.2. Os participantes que utilizarem este tipo de bicicletas serão considerados na listagem de tempos logo a seguir ao último participante em bicicleta não elétrica.
- 26.3. A organização reserva-se o direito de não proceder a resgates de participantes quando o mesmo seja motivado por falta de bateria das bicicletas ou, não o sendo, a bateria não disponha de carga. Se se vier a verificar esta situação, a Organização reserva-se o direito de cobrar ao participante o custo do resgate.

## **27. DIREITOS DE IMAGEM E DADOS DE INSCRIÇÃO**

- 27.1. O EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS 2024 reserva-se o direito de utilizar as imagens captadas, bem como outros dados: tempos, dados de inscrição ou entrevistas, no decurso do Evento, para efeitos de promoção dos seus produtos e eventos.

## **28. PROTEÇÃO DE DADOS**

- 28.1. Os dados dos participantes indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos exclusivos de processamento no



Evento, sendo publicados nomeadamente na lista de inscritos, notícias diversas e listagem de tempos.

- 28.2. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um email para a organização para [extremepenedaxures@gmail.com](mailto:extremepenedaxures@gmail.com).
- 28.3. Os dados recolhidos no processo de inscrição serão tratados com o exclusivo propósito de gestão do Evento e de transmissão nos termos legais, nomeadamente para efeitos de faturação e apólice de seguro, não lhes sendo dado qualquer outro uso após o Evento, findo o qual serão eliminados.
- 28.4. O participante pode consentir na manutenção dos seus dados de contacto para efeitos de divulgação de edições futuras do EPX – EXTREME PENEDA-XURÉS por parte da organização.

## 29. OUTROS

- 29.1. O percurso passa por dois países, Portugal e Espanha, com dois fusos horários distintos. As horas referidas neste regulamento referem-se à hora legal de Portugal continental. A hora legal espanhola corresponde à hora portuguesa acrescida de uma (1) hora.
- 29.2. A Organização decidirá sobre todos os assuntos relacionados com o Evento e que não foram objeto de regulamentação ou sobre mal interpretações do presente Regulamento. A Organização poderá ainda decidir sobre a imposição de penalizações.
- 29.3. Este Regulamento poderá ser alterado, sem aviso prévio, bem como se se verificar que existe alguma omissão, incorreção ou texto que dê possibilidade a interpretação dúbia.
- 29.4. Qualquer alteração a este Regulamento será publicitada no site do evento ([www.extremepenedaxures.pt](http://www.extremepenedaxures.pt)) e / ou por envio do mesmo aos participantes por email, para o endereço de email indicado quando da inscrição.