

# *Regulamento*

## *Portugal City Race 2019*



## Índice

1. Conceito .....	3
2. Modelo .....	4
3. Escalões .....	5
4. Calendário 2019 .....	6
5. Inscrições.....	7
6. Ranking.....	9
7. Prémios .....	9
8. Formato de competição e percursos .....	10
9. Contactos .....	11

## 1. Conceito

O conceito *City Race* tem tido um crescimento nos últimos anos em alguns países Europeus, sendo atualmente Londres uma das principais referências.

Em 2014 a criação do novo circuito “*City Race Euro Tour*” permitiu consolidar este conceito nas 4 cidades que integraram esta edição: Londres, Edimburgo, Porto e Barcelona.

Estes eventos consistem em provas de Orientação que decorrem em ambiente urbano e os percursos devem ser planeados para tempos dos vencedores que correspondam aos definidos no regulamento da Federação Portuguesa de Orientação para Distâncias Médias ou Longas.

Os percursos abertos têm também algumas alterações comparativamente aos existentes atualmente:

- Percurso Turístico: pontos localizados nas principais atrações Turísticas da área onde decorre a prova;
- Outros percursos que a organização considere relevantes.

Este tipo de eventos apresenta, além da componente competitiva, um vasto leque de objetivos:

- Aproximar a orientação dos centros urbanos, procurando com isso cativar um maior número de praticantes;
- Divulgar a excelência turística das cidades naturais de uma forma divertida e saudável;
- Apostar numa imagem unificada de forma a aumentar o impacto do conceito;
- Aumentar a experiência organizativa dos clubes;



## 2. Modelo

As etapas pertencentes ao calendário do Portugal City Race deverão ser planeadas como distâncias médias e/ou longas e deverão decorrer em ambiente urbano.

Além dos escalões de competição (definidos mais à frente), este evento deverá ter escalões que cativem e permitam a participação do maior público alvo possível. Assim, a definição de percursos turísticos e percursos de “Running” são aconselháveis.

Para complementar estas etapas, os clubes organizadores poderão criar outro tipo de eventos associados: estafetas, sprints em parques, mass starts, entre outros.



### 3. Escalões

**Escalões de competição:**

Escalão	Idade até 31 dezembro 2019
Formação	$\leq 12$
Juvenis M/F	$>12$ e $\leq 16$
Juniores M/F	$>16$ e $\leq 20$
Seniores M/F	$>20$
Veteranos I M/F	$\geq 40$
Veteranos II M/F	$\geq 55$
Veteranos III M/F	$\geq 65$
Veteranos IV M/F	$\geq 75$

**Escalões abertos (sugestões)**

- Open Curto
- Open Médio
- Open Longo
- *Turística* – Percursos com pontos de controlo em locais com interesse turístico
- Outros escalões que a organização considere adequados.



## 4. Calendário 2019

<b>Barcelos</b> 20 janeiro	<b>Gondomar</b> 31 março	<b>Vila do Conde</b> 13 abril	<b>Matosinhos</b> 14 abril	<b>Porto</b> 17-19 maio	<b>Penafiel</b> 2 junho	<b>Leiria</b> 8 junho
<b>Escolhe o teu caminho, escolhe a tua City Race nos recantos de Portugal!</b>						
<b>Alcobaça</b> 9 junho	<b>Santo Tirso</b> 30 junho	<b>Viseu</b> 6, 7 julho	<b>Cascais</b> 5 outubro	<b>Vila Real</b> 13 outubro	<b>Figueira da Foz</b> 10 novembro	

Evento	Data	Organização
<b>Barcelos City Race</b>	20 de janeiro	Amigos da Montanha
<b>Gondomar City Race</b>	31 março	Grupo Desportivo Luz Verde
<b>Vila do Conde City Race</b>	13 de abril	Grupo Desportivo 4 Caminhos
<b>Matosinhos City Race</b>	14 de abril	Grupo Desportivo 4 Caminhos
<b>Porto City Race*</b>	17 a 19 de maio	Grupo Desportivo 4 Caminhos
<b>Penafiel City Race</b>	2 de junho	Associação Desportiva do Cabroelo
<b>Leiria City Race</b>	8 de junho	Clube de Orientação do Centro
<b>Alcobaça City Race</b>	9 junho	Clube de Orientação do Centro
<b>Santo Tirso City Race</b>	30 junho	Trampolins de Santo Tirso
<b>Viseu City Race</b>	6 e 7 de julho	Clube de Orientação de Viseu
<b>Cascais City Race</b>	5 de outubro	Clube Português de Orientação e Corrida
<b>Vila Real City Race</b>	13 de outubro	Orimarão
<b>Figueira da Foz City Race</b>	10 de novembro	Ori-Mondego

**\*Integrados no Circuito Europeu City Race Euro Tour**





## 5. Inscrições

As inscrições deverão ser efetuadas na plataforma de gestão de prova da Federação Portuguesa de Orientação (<http://orioasis.pt>), no espaço dedicado a cada evento. Em caso de dificuldades no processo de inscrição, deverá ser enviado um e-mail para o contacto fornecido pela organização, com os seguintes dados:

- Nome(s) do(s) participante(s);
- Data(s) de nascimento;
- Nº telemóvel;
- Escalão de participação;
- Nome do Clube;
- Nº de filiado na FPO (caso não seja filiado na FPO o nº de Bilhete de Identidade);
- Nº do SI Card, caso tenha um. Na ausência deste, ser-lhe-á alugado um;

**NOTA: A participação de um mesmo atleta em dois escalões distintos (um aberto e um de competição) só é permitido nas seguintes condições:**

1. O de competição deverá sempre ser realizado em primeiro lugar;
2. O resultado no escalão aberto não é considerado para efeito de classificação;

### **Taxas de inscrição\* (por etapa do Portugal City Race)<sup>1</sup>**

<b>Até 20 anos</b>	3,00€
<b>Maiores de 20 anos</b>	5,00€
<b>Escolas <sup>2</sup></b>	1,50€

<sup>1</sup> Inclui seguro desportivo e aluguer de SI se necessário.

<sup>2</sup> Obrigatório apresentar declaração passada pela escola em como a atividade está abrangida pelo seguro escolar.



## 6. Ranking

O ranking será definido pelo somatório de pontos **das 7 melhores provas do atleta** (de um total de 13). O número de pontos atribuídos por etapa é definido pela fórmula seguinte:

$$\text{Pontos na etapa} = \frac{\text{Tempo do vencedor}}{\text{Tempo do corredor}} \times 1000$$

O ranking estará disponível na plataforma de gestão de eventos da Federação Portuguesa de Orientação (<http://orioasis.pt>).

## 7. Prémios

Troféu para os 3 primeiros classificados do ranking de cada escalão (masculino e feminino). A cerimónia de entrega de prémios será realizada na última prova do calendário.



## 8. Formato de competição e percursos

### Formato da competição

- Cada evento contará com uma prova urbana a contar para Portugal City Race. Contudo, a organização poderá (e deverá) incluir outro tipo de atividades no programa;
- Todas as etapas integradas no Portugal City Race deverão ter o formato de provas urbanas de distância média/longa:
  - ✓ Controlos: Tecnicamente acessíveis;
  - ✓ Escolha de opções entre pontos: deverá ser exigente obrigando o atleta a manter a concentração durante toda a prova;
  - ✓ Velocidade de progressão: Muito rápida;
  - ✓ Terreno: Ambiente urbano ou parques com muito boa progressão. Excecionalmente poderão ser incluídas zonas de floresta com boa progressão.
  - ✓ Mapa: 1:4000 ou 1:5000.

### Tempo dos vencedores:

#### Escalões Femininos

Classe	Distância Média	Distância Longa	Sprint
Juvenis F	20-25	20-25	12 - 15
Juniores F	20-25	30 - 35	
Seniores F	30 - 35	50 - 55	
Veteranos I F	30 - 35	40 - 45	
Veteranos II F	30 - 35	40 - 45	
Veteranos III F	30 - 35	30 - 35	
Veteranos III F	30 - 35	30 - 35	

#### Escalões Masculinos

Classe	Distância Média	Distância Longa	Sprint
Juvenis M	20-25	20-25	12 - 15
Juniores M	25-30	30 - 35	
Seniores M	30 - 35	60 - 70	
Veteranos I M	30 - 35	45 - 50	
Veteranos II M	30 - 35	45 - 50	
Veteranos III M	30 - 35	30 - 35	
Veteranos III M	30 - 35	30 - 35	

## 9. Contactos

Website: [cityrace.pt](http://cityrace.pt)

E-mail: [cityraceportugal@gmail.com](mailto:cityraceportugal@gmail.com)

Facebook Page: <https://www.facebook.com/cityraceportugal>

