

# INSTRUÇÕES PARA PROVA

Brevet 200km e Desafio 90km – Queluz 06.10.18

Seguem algumas regras e recomendações para o dia da prova. Leiam até o final, são informações importantes com relação à Vistoria, ao percurso, PCs, passaporte, carro de apoio, medalha francesa, etc.



Recomendamos a Leitura do Regulamento em nosso Site/Blog:

[Regulamento São Paulo](#)

[Informações Importantes-Equipamentos Obrigatórios](#)

## Destacamos 3 itens do regulamento:

### **a) Carro de Apoio**

Somente os carros de apoio cadastrados junto à organização poderão servir de apoio ao ciclista nos PCs. O carro de apoio deve se deslocar entre os PCs rapidamente, sendo expressamente proibida sua parada no acostamento ao longo do percurso, ou qualquer outro local entre os PCs, o que caracterizará ajuda externa e consequente desclassificação do ciclista que está sendo acompanhado por este veículo.

**Lembre-se que no Audax o ciclista deve ser autossuficiente, sendo proibido qualquer tipo de apoio externo. O carro poderá dar apoio somente nos PCs, e nunca poderá acompanhá-lo na estrada. O cumprimento ao regulamento será exigido com rigor, pedimos aos ciclistas que fiquem atentos e expliquem aos condutores dos veículos como eles devem se comportar/proceder para que vocês mesmos não sejam penalizados. Contamos com a ajuda de todos.**

### **b) Resgate do Ciclista**

Não há a responsabilidade por parte da organização em resgatar no percurso ciclistas que, por qualquer que seja o motivo, tenham abandonado o brevet/desafio. Este resgate "poderá" ser realizado pela organização, e somente será feito dependendo da disponibilidade e itinerário dos veículos dos PCs, não cabendo a esta e seus voluntários a responsabilidade por qualquer dano que possa vir a ser causado ao equipamento durante o transporte, independente do motivo.

### **c) Medalha Francesa e Medalha do Audax Randonneurs São Paulo**

A medalha Francesa será entregue somente no final de 2017, quando recebemos todas as medalhas da França. A medalha de SP será entregue no final do Brevet/Desafio, desde que completado o percurso dentro do tempo limite para cada prova. Esta medalha já estava embutida no valor de sua inscrição, somente a Francesa teve que ser paga à parte.

## Para o dia da prova você precisa saber:

### 1) VISTORIA

As regras abaixo sobre a Vistoria serão seguidas e contamos com a colaboração de todos.

**Cheguem cedo para não atrasarem sua vistoria, a largada não será prorrogada!!!!**

#### **Programação da Vistoria / Largada**

**Local Vistoria / Largada: Praça da Igreja Matriz de Queluz**

5h30min - Início da Vistoria.

6h45min - Término da Vistoria e início do Briefing.

7h00min - Largada para quem fez a vistoria.

7h05min - continuamos a Vistoria para quem está atrasado.

8h00min - tempo máximo para Vistoria/Largada para quem estiver atrasado.

OBS: não haverá briefing depois da primeira largada, após vistoriados, podem partir para o seu pedal.

**IMPORTANTE: Quem largar depois das 7h obviamente estará perdendo tempo, já que o horário de início do Brevet/Desafio considerado será 7h.**

## **Briefing**

**No briefing serão dadas apenas informações urgentes, que possam surgir até o dia da prova, nele você não aprenderá o caminho, nem onde estão os PCs, portanto estude o percurso e planeje seu pedal antes!!!.**

## **ITENS OBRIGATÓRIOS PARA VISTORIA**

### **Colete refletivo**

Como o próprio nome diz, tem que ser refletivo, com faixas largas para boa visualização. Não serão aceitas camisas refletivas.

O exemplo mais simples que podem ser utilizados são aqueles modelos em X dos motoqueiros.

### **Farol dianteiro na cor branca e pisca traseiro na cor vermelha**

Destacamos atenção especial às exigências quanto a iluminação e sinalização do randonneur, **artigo 3** de nosso regulamento, onde destacamos:

**" É obrigatória a utilização de no mínimo 2 (duas) lanternas traseiras**, sendo que uma delas deverá estar instalada no seatstay ou no chainstay. Caso a utilização de bagageiros ou alforjes impeçam a instalação da iluminação neste ponto, a mesma deverá ser instalada em outro ponto igualmente visível. Um dos pontos de iluminação deverá **obrigatoriamente** operar no modo "fixo".

Salientamos que os randonneurs que não atenderem aos requisitos mínimos exigidos poderão ser desclassificados já na vistoria ou durante o decorrer dos brevets/desafios.

Os modelos tipo **"Knog Frog" mais simples (leds fracos) e similares não serão permitidos**, eles não iluminam de forma adequada, tornam a pedalada à noite, ou sob neblina e chuva um risco. Uma dúvida que muitos tem é que os mais rápidos pedalarão somente de dia, mas esquecem que o farol/pisca deverão ser utilizados em caso de chuva, tempestades, neblina, etc.

É altamente recomendado levarem pilhas reservas. Caso alguém fique sem pilhas poderá ser desclassificado se julgarmos que o ciclista não tem iluminação suficiente.

### **Capacete**

Quem esquecer não poderá participar dos 200km nem dos 90km.

### **Termo de Responsabilidade**

Deve ser impresso pelo participante, e preenchido e assinado para entrega no momento da vistoria.

Sem o termo assinado não poderá fazer sua vistoria.

Na Vistoria o ciclista deve se apresentar já com capacete e colete refletivo vestidos, e os itens de iluminação **devem estar presos à bike, obrigatoriamente.**

Leve seu Termo de responsabilidade já preenchido e assinado, não deixe para fazê-lo na hora, somente poderá permanecer na fila quem estiver com todos os itens. No final do texto está o Termo, basta preencher seu nome, RG e assinar.

Contamos com a colaboração de todos!! Baixe o [Termo de Responsabilidade](#)

## **2) PASSAPORTE**

**Na vistoria você receberá um Passaporte que identifica em qual prova você está inscrito.**

**Utilizaremos o "Passaporte" para controle da Vistoria e controle de passagem dos ciclistas nos PCs.**

Na vistoria o ciclista receberá o Passaporte com seu nome, já carimbado, comprovando que passou pela vistoria. O Ciclista deverá entregar o passaporte nos PCs para ser carimbado, comprovando sua passagem por aquele Posto de Controle.

É de responsabilidade do ciclista apresentar seu passaporte ao fiscal, a organização não se responsabilizará caso **"esqueçam"** ou **"não passem pelo PC"**, o que implicará na desclassificação do Brevet 200km ou Desafio 90km, sem possibilidade de apelação, é um regulamento.

Desta forma, fique atento para:

- não dê a largada sem o carimbo de vistoria, será desclassificado no próximo PC.
  - não **perca** ou **rasure** seu passaporte, sem a apresentação dele na chegada, com todos os carimbos nítidos, será desclassificado.
  - assim que chegar ao PC já apresente o passaporte imediatamente para não se esquecer.
  - estude o percurso para não se perder e passar batido nos PCs, e caso isto ocorra, você deverá voltar pedalando ao PC para comprovar sua passagem, não é permitido que você pegue carona para voltar.
- O Passaporte dobrado terá o tamanho de um RG, você receberá um saco plástico para protegê-lo, mas caso queira levar o seu fique à vontade.

### 3) PCs – POSTOS DE CONTROLE

**Na Largada e Chegada teremos água e frutas à sua disposição.**

**Nos PCs pelo percurso teremos frutas, lanche salgado, Gatorade e água à vontade para os ciclistas.**

Para o Desafio 90km teremos:

**PC0 – Largada – Vistoria – Praça da Igreja Matriz de Queluz.**

**PC1 – 45,5 km – Praça em Formoso – localizado na beira da estrada.**

**PC2 - Chegada – 91 km - Praça da Igreja Matriz de Queluz.**

Para o Brevet 200 teremos os PCs:

**PC0 – Largada – Vistoria – Praça da Igreja Matriz de Queluz.**

**PC1 – 45,5 km – Praça em Formoso – localizado na beira da estrada.**

**PC2 – 100,2 km – Armazém Carraro no distrito Rancho Grande – km 332 da rodovia SP68 – Estrada dos Tropeiros.**

**PC3 – 155 km – Praça em Formoso – localizado na beira da estrada.**

**PC4 - Chegada – 200,2 km - Praça da Igreja Matriz de Queluz.**

O PCs de Queluz possuem pouca estrutura, além do que é oferecido nos PCs, deverá utilizar os bares e pequenos restaurantes no entorno dos PCs e ao longo do percurso.

### 4) SOBRE O PERCURSO – vejam as planilhas de rota disponíveis no site.

O asfalto é de boa qualidade na maior parte do percurso, onde foram recapados recentemente. Alguns trechos apresentam um asfalto um pouco mais rugoso, utilizar um pneu 25mm para as Speeds seria recomendável para terem maior conforto.

Dentro das cidades ao longo do percurso encontrarão "paralelepípedos", de 1 a 2km, o que pede que tenham mais atenção, basta ir devagar quem estiver de Speed.

Não recomendamos o uso de rodas de Carbono neste percurso, mas claro é uma decisão do ciclista.

**O percurso é feito em 90% na Estrada dos Tropeiros, apesar do pouquíssimo movimento de veículos, recomendamos que pedale sempre pela direita, o mais próximo possível da borda da pista, seguindo as Leis de Trânsito.**

**Este percurso de Queluz é muito exigente com relação à altimetria e a utilização de bikes de contra-relógio/Triathlon pode não ser a melhor alternativa.**

**Além da estrutura dos PCs, para abastecimento o ciclista deverá utilizar as muitas cidades ao longo do percurso, distantes entre 20-30km, onde poderá obter água e comida nos bares, lanchonetes e restaurantes destas cidades.**

Os principais pontos críticos, com alteração de direção/estrada são:

#### **Desafio 90 km**

**Sair de Queluz em direção a Areias.**

**Acesso para SP 68 - Estrada dos Tropeiros - 12,2 km pedalados - após passar pelo portal, no trevo seguir à esquerda em direção a Areias/São José do Barreiro. CUIDADO PARA NÃO ERRAR !!**

**entre 14 e 15 km pedalados - passando por dentro de Areias, sempre seguir na estrada.**

**entre 35,5 e 36,5 km pedalados - passando por dentro de São José do Barreiro seguir placas Centro e depois Bairro Formoso.**

**Bairro Formoso - 45,5 km pedalados - PC1 na Praça localizada na beira da Estrada retornar deste ponto para Queluz.**

**entre 54,5 e 55,5 km pedalados - passando por dentro de São José do Barreiro seguir placas Rodoviária/São Paulo e depois Areis/Queluz.**

**entre 76 e 77 km pedalados - passando por dentro de Areias, sempre seguir na estrada**

**Acesso para SP 058 - Estrada Dep. Nesralla Rubez - 78,8 km pedalados - entrar à direita sentido Queluz, logo depois atravessará o Portal. CUIDADO PARA NÃO ERRAR !!**

**Chegar em Queluz, atravessar a ponte e seguir para Igreja Matriz.**

## **Brevet 200 km**

**Sair de Queluz em direção a Areias.**

**Acesso para SP 68 - Estrada dos Tropeiros** - 12,2 km pedalados - após passar pelo portal, no trevo seguir à esquerda em direção a Areias/São José do Barreiro. **CUIDADO PARA NÃO ERRAR !!**

**entre 14 e 15 km pedalados** - passando por dentro de Areias, sempre seguir na estrada.

**entre 35,5 e 36,5 km pedalados** - passando por dentro de São José do Barreiro seguir placas Centro e depois Bairro Formoso.

**Bairro Formoso** - 45,5 km pedalados - **PC1** na Praça localizada na beira da Estrada

**65 km pedalados** - passando por dentro de Arapeí, sempre seguir na estrada

**entre 82,5 e 83,5 km pedalados** - passando por dentro de Bananal, seguir placas Centro e depois Barra Mansa/Dutra. **Você não seguirá para cidade de Barra Mansa, apenas deverá seguir estas indicações dentro da cidade de Bananal**

**Trevo SP 68 com SP 64** - 89,4 km pedalados - **continuar na Estrada dos Tropeiros, sentido Pouso Seco/ Angra dos Reis - NÃO seguir para Barra Mansa - CUIDADO!!!**

**km 332 da estrada - PC2** - "Armazém Carraro" localizado no distrito de Rancho Grande retornar deste ponto para Queluz

**Trevo SP 68 com SP 64** - 111,1 km pedalados - **continuar na Estrada dos Tropeiros, sentido Bananal NÃO seguir para Barra Mansa - CUIDADO!!!**

**entre 116,5 e 118 km pedalados** - passando por dentro de Bananal, seguir placas para Centro Histórico e depois sentido Arapeí.

**135,5 km pedalados** - passando por dentro de Arapeí, sempre seguir na estrada

**Bairro Formoso** - 155 km pedalados - **PC3** na Praça localizada na beira da Estrada

**entre 164 e 165 km pedalados** - passando por dentro de São José do Barreiro seguir placas Rodoviária/São Paulo e depois Areias/Queluz.

**entre 185 e 186 km pedalados** - passando por dentro de Areias, sempre seguir na estrada

**Acesso para SP 058 - Estrada Dep. Nesralla Rubez** - 188,2 km pedalados - entrar à direita sentido Queluz, logo depois atravessará o Portal. **CUIDADO PARA NÃO ERRAR !!**

**Chegar em Queluz, atravessar a ponte e seguir para Igreja Matriz.**

Os percursos estão no Ride With GPS:

Brevet 200km

<https://ridewithgps.com/routes/11695643>

Desafio 90km

<https://ridewithgps.com/routes/11695712>

As Planilhas de navegação podem ser baixadas no link:

[Abertura das Inscrições](#) - no item 2.

**Bom pedal a todos!!!**

**Audax Randonneurs São Paulo**