



FREGUESIA ATIVA 2023

REGULAMENTO PROVA DE OBSTÁCULOS

1. ORGANIZAÇÃO

A prova de obstáculos é organizada pelo Município de Ponte da Barca, no âmbito do programa FREGUESIA ATIVA 2023.

2. INSCRIÇÕES

As inscrições devem ser realizadas até ao dia 17/05. A partir desta data não serão aceites mais inscrições. Para realizar a inscrição os munícipes devem-se deslocar à respetiva junta de freguesia.

3. DATA E LOCAL DA PROVA

A prova decorrerá no dia 20, entre as 14h30 e as 18h00. Os participantes inscritos devem-se apresentar na zona de partida 10 minutos antes da hora estipulada para iniciar a respetiva prova. Em anexo, será enviado o mapa da prova, bem como, os obstáculos que a constituem e no dia anterior à prova, será enviado um documento com a ordem de realização da prova e as penalizações a aplicar em caso de não ultrapassagem de determinado obstáculo.

4. EQUIPAS

Cada equipa é formada por dois elementos, ambos têm de realizar o percurso da prova no menor espaço de tempo possível.

Relativamente ao género as equipas poderão ser masculinas, femininas ou mistas.



5. PROVA

A prova consiste num percurso com aproximadamente 1500m entre o Choupal e o “Carvalhinho”, decorre em meio terrestre e aquático. É constituída por 7 a 9 obstáculos/desafios distribuídos pelo percurso, começa e termina no mesmo local.

O primeiro desafio consiste no transporte de pneus de trator de um local para outro, o segundo desafio consiste na passagem de uma zona com rolos de madeira, em que os participantes não podem contactar o solo. O terceiro obstáculo será uma barreira para ultrapassar/trepar, o quarto obstáculo consistirá na passagem de uma zona a rastejar, o quinto obstáculo será uma tirolesa de aproximadamente 4 metros de comprimento. O sexto obstáculo consiste na realização de um percurso com kayak em meio aquático e o sétimo desafio, consiste no transporte de bolas medicinais num determinado local.

Não estão previstos mais obstáculos, no entanto, até ao dia da prova podem ocorrer ligeiras alterações.

A partida será dada com intervalos regulares por forma a que as equipas não se encontrem nos obstáculos. Não ultrapassar um obstáculo por um ou ambos elementos da equipa dará direito a uma penalização, em tempo adicionado no final da prova.

6. CLASSIFICAÇÃO

A equipa vencedora em cada uma das categorias será a equipa que completar o percurso em menor tempo, depois de adicionadas as penalizações. Em caso de igualdade ganha a equipa com menos tempo de penalizações.

7. EQUIPAMENTOS

Os participantes devem ter em consideração que a realização da prova requer a entrada em meio aquático, por isso devem estar preparados para



tal. Os balneários do Complexo de Piscinas Municipais de Ponte da Barca estará à disponibilidade dos participantes.

8. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A prova poderá ser adiada caso as condições meteorológicas não permitam o convívio de todos os presentes.

Os casos omissos a este regulamento serão decididos pela organização.

9. MAPA



LEGENDA

- 1 – Partida/Chegada
- 2 – Deslocamento de pneus.
- 3 – Passar por cima de rolos de madeira
- 4 – Ultrapassar parede
- 5 – Rastejar
- 6 – Tirolesa
- 7 – Percurso com KAYAK
- 8 – Deslocamento de bolas medicinais.

