



DESPORTO NA ESCOLA 2016/2017

PASSEIO DE CICLOTURISMO

Documento Orientador

Data: **6 de Junho**

Horário: 10.00 – 18.00 horas

Organização: CMC/MuitAventura

Tipo de atividade: Convívio

Escalões: Idade mínima 12 anos

Inscrição Definitiva: **22 de Maio**

- Cada participante é responsável pela apresentação da sua bicicleta em boas condições mecânica.
- Antes do embarque para o local de concentração, o(s) professor(es) responsável(is) deve confirmar as condições em que se encontra o equipamento de todos os intervenientes que participarão sob a sua responsabilidade na atividade.
- Cada bicicleta deve ser identificada, em zona bem visível, com DORSAL disponibilizado pela organização
- **Cada grupo, DURANTE O TRAJETO A PERCORRER, será colocado em determinada ordem e ficará sob a sua responsabilidade de um coordenador de grupo, não podendo, em caso algum, alterar a sua posição.**
- Cada escola participante, deverá apresentar 2 adultos (Coordenadores de Grupo) por cada 20 alunos pertencentes **OBRIGATORIAMENTE ao Corpo Docente do estabelecimento de ensino.**
- Os participantes nesta atividade devem cumprir, durante o trajeto efetuado de bicicleta, as regras normais de trânsito, salvo indicação em contrário, pelos elementos de segurança.
- Qualquer participante que por impossibilidade física ou avaria mecânica não possa terminar o percurso de bicicleta, deve aguardar, na berma da estrada, a passagem de carros de apoio, que o transportarão.
- Todos os participantes devem acatar, imediatamente, todas as indicações dadas pelos coordenadores das atividades, assim como, pelos elementos ligados à segurança.
- Durante o período de atividades, na Praia do Guincho, as bicicletas dos participantes ficarão guardadas em Parque Fechado e vigiado, não podendo, em caso algum, ser utilizadas.
- Durante o trajeto e, permanência na zona do Guincho, todos os participantes devem preservar o ambiente, nomeadamente só colocando o lixo e desperdícios, em recipientes apropriados.
- **ALIMENTAÇÃO** – Cada participante será portador do seu próprio almoço / lanche, que deverá ser acondicionado, de modo a ser transportado na sua bicicleta, com segurança.
- Todos os participantes devem ser portadores de material de proteção solar (chapéu / t-shirt / cremes) a fim de evitar o perigo de queimaduras ou insolação
- **CAPACETE CICLOTURISMO** – a utilização deste equipamento é obrigatório.
- É obrigatório todos os alunos serem portadores do **CARTÃO DE ESTUDANTE.**
- No final do Passeio será sorteada uma bicicleta e outros materiais entre todos os alunos participantes.

Itinerário | Percurso de ida e volta

9h00 - Agrupamento na Baía de Cascais – Esplanada dos Pescadores

10h00 – Partida da Esplanada dos Pescadores → Av. D. Carlos → Av. Da República → Estrada do Guincho → Praia do Abano

16h00 – Partida da Praia do Abano → Estrada do Guincho → Av. Da República → Av. D. Carlos → Baía de Cascais | **17h30** – Sorteio da Bicicleta e prémios diversos

18h00 – Regresso às Escolas

