

“Pelos Limites do Concelho” – Informação

Enquadramento

NINHO TEAM – Equipa Atletismo amadora do concelho de Porto de Mós, tem nos últimos anos estruturado um percurso a que chamou “Pelos Limites do Concelho”.

O Marco de estrada que identifica o início e fim deste percurso situa-se junto ao local de sede da equipa em Moinho do Franco – Serra da Pevide, a cerca de 200 metros da entrada norte da Ecopista de Porto de Mós.

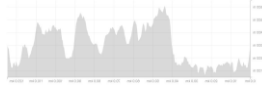
Coordenadas :

39.597134684556934, -8.837530127063777

Percurso

O percurso idealizado caracteriza-se por ser percorrido próximo dos limites do concelho. O percurso tem uma distância aproximada de 120 çkms com 3200 D+ Altimetria.

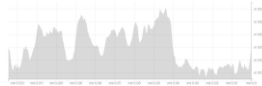
O percurso encontra-se dividido em 12 etapas com cerca de 10 kms cada.



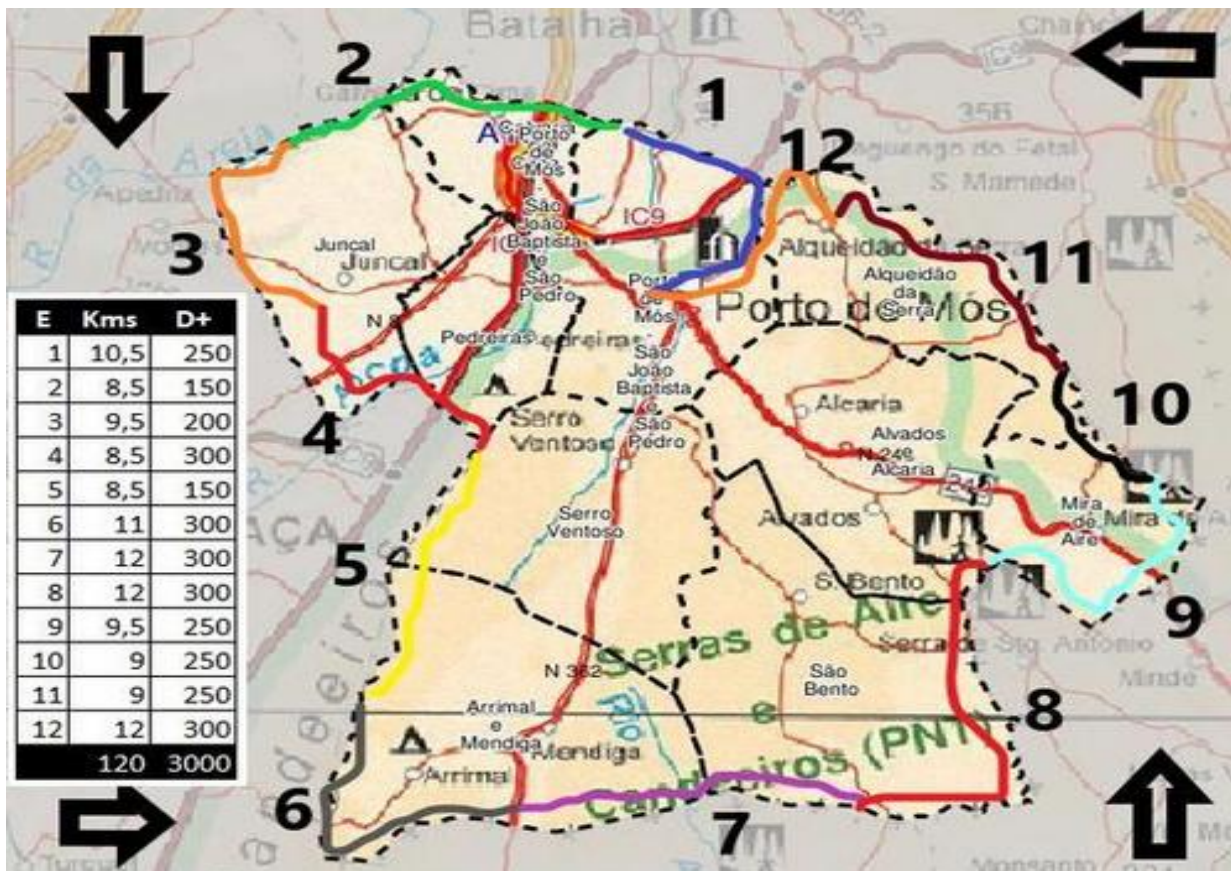
“Pelos Limites do Concelho” – Informação

É composto por alcatrão, estradão, trilhos e carreiros e, alguns locais com elevado desnível. Apenas é possível efetuar o percurso com recurso ao track ou convidando atletas que conheçam o percurso, tendo em conta que o mesmo não se encontra sinalizado. Pode ser realizado em modo caminhada, corrida ou BTT.



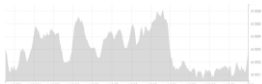


“Pelos Limites do Concelho” – Informação



Ficheiros do Percurso

Os ficheiros do percurso são disponibilizados gratuitamente na nossa página ninhoteam.pt, sendo atualizados periodicamente sempre que se justifique.



“Pelos Limites do Concelho” – Informação

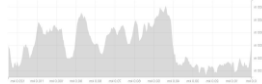
Podem também ser solicitados através do contato 918215491 (Marco Franco) ou na página Facebook Ninho Team.

Segurança

Este percurso deve sempre ser efetuado em formato “treino” não existindo qualquer prova ou competição associada ao mesmo. Como em qualquer treino efetuado cada atleta deve tomar as medidas de segurança necessárias.

Inscrição / Golas

Não existe qualquer tipo de inscrição. No entanto sempre que o atleta queira ou deseje alguma informação adicional ou algum tipo de apoio poderá comunicar ao Ninho Team antecipadamente que vai efetuar determinado tipo de etapa e que objetivos/ gola se propõe tentar obter.



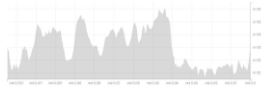
“Pelos Limites do Concelho” – Informação Quadro de Honra / Golas

É possível ao atleta obter determinada gola tendo em conta a realização de determinado objetivo.

Nota : A aquisição da gola é sempre opcional (Donativo para o Ninho Team para apoio na manutenção do site)

São 8 os níveis de golas possíveis de atribuir/coleccionar na volta ao concelho.

Gola Dourada	
1 Atleta - 120 kms	Preta
Estafeta de 2 Atletas - 60 kms	Castanha
Estafeta de 3 Atletas - 40 kms	Roxa
Estafeta de 4 Atletas - 30 kms	Verde
Estafeta de 6 Atletas - 20 kms	Amarela
Estafeta de 12 Atletas - 10 kms	Branca
120 kms corrida/caminhada (por etapas)	Laranja
120 kms BTT Individual	Vermelha

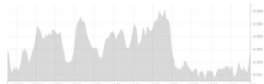


“Pelos Limites do Concelho” – Informação



Golas de BTT disponíveis : Laranja Volta por etapas e Vermelha (Volta Completa)

Gola dourada, entregue a todos os atletas que conseguirem conquistar todas as golas referidas.



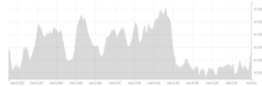
“Pelos Limites do Concelho” – Informação

Aquisição Gola

A Aquisição da Gola (opcional) só é possível se o atleta completar o percurso a que se propôs fazer.

As Golas tem um custo de 2 Eur e podem ser obtidas no Café Central – Porto de Mós ou pedido o seu envio via CTT.

A aquisição da gola é sempre opcional (Donativo para o Ninho Team para apoio na manutenção do site)



“Pelos Limites do Concelho” – Informação

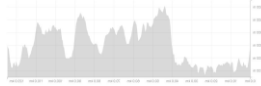
Ninho Team
“Pelos Limites do Concelho”

Passaporte Etapas Realizadas

Há um super-herói em todos nós, só precisamos da coragem para colocar a capa.



Nota : Poderão existir outro tipo de custos associado a cada evento como transportes , refeições ,etc... repartido por todos... sem qualquer carater lucrativo, no entanto cada atleta deve garantir os seus apoios e planeamento da sua logistica quando realiza estes percursos.

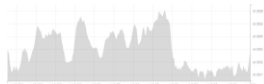


“Pelos Limites do Concelho” – Informação

Golas Adicionais

Periodicamente poderão existir golas adicionais que representam outro tipo de atividades organizadas pelo Ninho Team , no entanto as mesmas não são obrigatórias para o Atleta poder atingir a gola dourada nem existe obrigatoriedade em as adquirir.

Os restantes percursos a que chamamos de Golas Exclusivas tem um custo de 2 Eur e podem ser obtidas no Café Central – Porto de Mós.



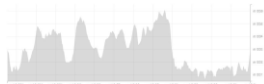
“Pelos Limites do Concelho” – Informação Receção Ficheiros

O ficheiro(s) da atividade pode ser enviado via facebook ou para o email NinhoTeam120@gmail.com , podendo enviar fotos também.

Depois de analisado os ficheiros são eliminados sendo apenas guardado o nome do atleta , tipo de percurso feito e tempo efetuado. Sempre que recebemos o ficheiro partimos do princípio de que o atleta permite a divulgação do nome, percurso e tempo efetuado , caso contrário deve comunicar a não permissão.

Quadro de Honra

No quadro de honra (disponível nas nossas páginas do grupo e no local partida) é possível consultar as golos atingidas por atleta e outros dados tais como tempos realizados individualmente ou por estafeta e outros dados estatísticos que sejam relevantes.



“Pelos Limites do Concelho” – Informação

Considerações Adicionais :

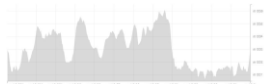
Os tracks/percurso dos Limites estão sempre sujeito a melhorias ou sugestões da vossa parte desde que as mesmas representem circular mais ainda nos limites do concelho ou por questões de segurança.

Nota importante :

É preciso ter a condição física adequada às características destes percursos.

Atendendo à necessidade de preservar um património natural do concelho pedimos que se mantenha em plena comunhão com a natureza e com os habitantes locais que encontre durante o percurso.

O Ninho Team não se responsabiliza por qualquer incidente ocorrido antes, durante ou após o treino do atleta nestes percursos públicos. Apenas disponibilizamos gratuitamente um track , sendo



“Pelos Limites do Concelho” – Informação

da inteira responsabilidade do atleta garantir a sua proteção e integridade física.

Sempre que possível estamos disponíveis para qualquer esclarecimento adicional através dos meios de contato referidos.

Sede Ninho Team :

Moinho do Franco – Serra da Pevide (Entrada norte ecopista Porto de Mós)

Página : <https://www.ninhoteam.pt>

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/ninhoteampm>

Instagram: <https://www.instagram.com/pmquinho/>

Email: ninhoteam120@gmail.com