

Eolic 200

Ílhavo | Parque Eólico do Caramulo | Vouzela

MANIFESTO

Powered by COXE Cycling Club

APRESENTAÇÃO

O EOLIC 200 é um passeio sem competição, sem prémios e sem pódio, guiado apenas por GPS e em total autonomia.

O embate é na Serra do Caramulo e em pleno Outono, atravessamos pequenas e peculiares aldeias esquecidas durante a subida mais longa e terminamos no Caramulinho, o ponto mais alto desta Serra. Numa espécie de cinematógrafo, atravessamos todo o Parque Eólico com gravilha a sério, muita... e descemos à Ponte do Caminho de Ferro em Vouzela, vamos agora sempre ao lado do Rio Vouga durante uns belos quilómetros de Ecopista e torcemos a acalmia com uma subida ao troço do Rally de Portugal; das Minas do Braçal à Casa do Guarda, terminando no Gavião... mergulhamos depois nos campos agrícolas da Zona Lagunar da Ria de Aveiro até terminar em Ílhavo.

DATA | HORA | LOCAL

O EOLIC 200 realiza-se a 10 de Outubro de 2026, com partida às 6h00 no Mercado de Ílhavo.

O Secretariado funciona no dia 9 de Outubro das 18h00 às 21h00 no Mercado de Ílhavo, e a partir das 05h00 no mesmo local antes da partida.

As regras de trânsito são cumpridas escrupulosamente em todas as estradas, caminhos agrícolas e florestais do percurso.

Não há policiamento, não há paragens de circulação, cortes de via, nem cruzamentos desimpedidos pela organização. Sempre de responsabilidade inteiramente tua.

ITINERÁRIO

Ílhavo → Pateira de Fermentelos → Requeixo → Águeda → Belazaima do Chão → Mosteirinho → Lugar do Boi → Malhapão de Cima → Caramulo → Penoita → Vouzela → Lafões → Ribeiradio → Foz do Rio Mau → Minas do Braçal → Casa do Guarda → Gavião → Albergaria-a-Velha → Frossos → São João de Loure → Oliveirinha → Quintans → Ílhavo

BICICLETA E EQUIPAMENTO

Capacete obrigatório durante todo o percurso.

Não são permitidas bicicletas eléctricas.

Não é permitida a troca de bicicleta, apenas de componentes e só em autonomia.

NOTA: és responsável pela tua segurança e pela tua logística, planeia a iluminação com a mesma atenção que dedicas à alimentação e à hidratação.

AUTONOMIA E LOGÍSTICA

O EOLIC 200 é feito em total autonomia. Toda tua alimentação, água e material são transportados por ti ou adquiridos ao longo do percurso, no comércio tradicional das aldeias e lugares.

Não é permitido reservar ou contratar qualquer tipo de apoio logístico antes do evento.

Equipas de assistência são expressamente proibidas. A assistência entre ciclistas é permitida. A ajuda espontânea de terceiros durante o percurso é permitida.

Um gesto de solidariedade entre os participantes, no meio do nada, vale muito e é esse o conceito e o espírito do COXE!

PERCURSO GPS

O percurso GPS será entregue em formato GPX, a todos os participantes via e-mail, 8 dias antes da data do evento. Segue apenas o track GPS fornecido pela organização.

Em caso de algum bloqueio imprevisto - obras, deslizamentos, árvores caídas ou enxurradas, podes sair do track e regressar ao percurso o mais rapidamente possível.

Se saíres temporariamente do track (para comer, descansar ou qualquer outra necessidade), debes regressar ao ponto exacto onde saíste e continuar a partir daí.

O mesmo se aplica em caso de emergência médica ou mecânica: utilizas o meio de transporte necessário, regressas ao mesmo ponto e retomas o percurso.

COMPORTAMENTO

Respeita muito a natureza. A Natureza é Deusa do COXE.

Não deixes nada para trás. Recolhe o teu lixo e leva sempre as embalagens vazias de nutrição contigo.

Estuda o percurso com antecedência e planeia cada detalhe: alimentação, hidratação, iluminação e descanso. A dimensão e altimetria do EOLIC 200 exige preparação e lucidez: Controla os esforços e não subestimes o cansaço acumulado. A falta de descanso compromete os reflexos e a tomada de decisão e isso tem consequências reais.

Sê respeitoso com os outros participantes, cordial e simpático com as populações locais e os aldeões que encontrares ao longo do caminho.

Somos uma equipa pequena a fazer isto só por amor, sê gentil também com o STAFF do COXE.

O QUE ESTÁ INCLUÍDO:

- Café de Boas-Vindas e Folar de Vale de Ílhavo.
- Acompanhamento na partida e chegada.
- Seguro de Responsabilidade Civil e Acidentes Pessoais.
- Track GPS.
- Chip de localização - com monitorização em tempo real.
- Caneca Personalizada do EOLIC 200
- Media Car COXE Cycling Club.
- Balneários e WCs
- Pernoita em solo duro no Mercado de Ílhavo, nas noites de 9 para 10 e de 10 para 11 de Outubro.
- Possibilidade de montar tenda em parque fechado e coberto.
- Rojões à Moda da Bisavó Resende com Pão de Vale de Ílhavo.

INSCRIÇÃO E PAGAMENTO

As inscrições devem ser efectuadas mediante o preenchimento do formulário disponível na nossa página em coxe.cc , no Instagram do Coxé Cycling Club.

O pagamento pode ser realizado por transferência bancária:
NIB PT50 0023 0000 4578 6413 0709 4 ou MB Way para 965 175 636

NOTA: só o pagamento confirma e valida cada inscrição.

Não haverá devolução do valor da inscrição nos 30 dias anteriores à data do evento.

O prazo de inscrição decorre de 15 de Julho de 2026 a 5 de Outubro ou até ao preenchimento do número máximo de participantes (50).

VALORES DE INSCRIÇÃO: 80€

PARTICIPAÇÃO

O passeio está aberto a qualquer ciclista maior de 21 anos, federado ou não-federado na FPC.

ASSISTÊNCIA

A organização não presta assistência técnica nem dá abastecimentos durante o percurso. O Media Car do COXE estará presente em pontos essenciais para monitorização, mas não prestará apoio físico ou material aos participantes. Ao longo do trajecto existem fontes de água potável e o comércio local onde é possível abastecer água, comida e bebidas. Em caso de dificuldade ou emergência, contacta sempre o COXE pelos números de emergência disponibilizados.

SEGURANÇA

O COXE não se responsabiliza por danos em bicicletas, equipamentos ou outros incidentes ocorridos durante o evento. Os trackers GPS são entregues no Secretariado. Durante o percurso, devem mantê-los sempre ligados (têm bateria para vários dias) e bem acondicionados. O botão de emergência é apenas para situações de extrema necessidade. Em caso de perda ou dano do dispositivo, o participante fica responsável pelo custo da sua substituição.

DESISTÊNCIAS

Em caso de desistência (DNF), o participante é obrigado a comunicar imediatamente ao STAFF, via telefone/SMS e a desligar/devolver o tracker conforme as suas instruções.

O STAFF do COXE não garante a recolha e transporte em caso de desistências.

CASOS OMISSOS

Todos os casos omissos a este Manifesto serão analisados individualmente pelo Coxe Cycling Club, o qual será soberano nas suas decisões.

COXE Cycling Club

Rua Professor Pereira Teles, 11

3830-217 Ílhavo | Telefone 965 175 636

Email: coxecyclingclub@gmail.com

Contactos de emergência: 965 175 636 • 936 777 595 • 914 436 247
