

# **RIO** nas **monta nhas**

**ATM / 2023**

A black and white line drawing of a person rappelling down a rope. The person is wearing a helmet, a harness, and boots. They are positioned to the left of the main text, with their rope extending towards the 'n' in 'nhas'.

FEDERAÇÃO DE ESPORTES  
DE MONTANHA DO ESTADO  
DO RIO DE JANEIRO

# REGULAMENTO DA GINCANA

## 1 - DAS DISPOSIÇÕES GERAIS

1.1 Este documento contém os dispositivos de regulamentação da GINCANA, que será promovida pela Federação de Esportes de Montanha do Estado do Rio de Janeiro, doravante denominada “Federação”, por intermédio da Comissão Organizadora da Gincana do Rio nas Montanhas 2023, doravante denominada “Comissão RNM/2023”, designada para tanto;

1.2 Estarão sujeitos aos termos deste Regulamento todas as pessoas que participarem da GINCANA, não sendo admissível a alegação de seu desconhecimento, uma vez que lhe será dada suficiente publicidade pela Comissão RNM/2023, com o imperioso apoio das entidades participantes;

1.3 Eventuais omissões deste Regulamento serão analisadas e sanadas exclusivamente pela Comissão RNM/2023.

## 2 - DOS OBJETIVOS DA GINCANA

A GINCANA procura atender os seguintes objetivos:

2.1 - Estimular a convivência social a partir do entendimento da pluralidade do ambiente social e da correspondente liberdade de expressão de cada um dos seus segmentos;

2.2 - Promover a integração entre as entidades filiadas à Federação, com a participação de associados, guias e convidados;

2.3 - Exercitar o espírito de liderança e motivação, ambos presentes no ambiente de montanha;

2.4 - Valorizar o sentimento de colaboração mútua a fim de atingir um objetivo comum, baseando-se nas técnicas empregadas no montanhismo.

## 3 - DAS TAREFAS

3.1 - A GINCANA possui 2 (dois) conjuntos de tarefas:

3.1.1 - **Tarefas Normais:** aquelas que serão cumpridas por uma equipe previamente definida por cada entidade, em horários fixos, com confrontos diretos entre as equipes, por chaveamento, chegando assim a um vencedor em cada categoria. As entidades deverão informar os componentes de cada equipe (para cada tarefa específica) com até 30 minutos de antecedência à Comissão RNM/2023;

3.1.2 – **Escalada de Velocidade:** Desafio composto por duas vias de escalada, dispostas no muro de escalada infantil do evento. Cada clube deverá eleger um ou dois competidores, que terá(ão) uma única chance para completar cada via. Cada via completada terá seu tempo computado para o clube o qual o competidor representa.

## 4 - DA DATA E LOCAL DE CUMPRIMENTO DAS TAREFAS

4.1 - A GINCANA será executada no dia 21 de Maio de 2023 na Praça General Tibúrcio, durante o evento Rio Nas Montanhas.

4.2 – O desafio de escalada de velocidade será realizado pontualmente às 9h da manhã. Os clubes deverão apresentar seus competidores neste mesmo horário, no muro de escalada infantil. Clubes que não obedecerem este horário não poderão participar desta etapa.

4.3 - As Tarefas Normais serão cumpridas exclusivamente na Praça General Tibúrcio, de acordo com os horários e prazos estipulados para cada uma (**vide Anexo 01: Tarefas Normais**);

## **5 - DA PONTUAÇÃO**

5.1 - A Comissão RNM/2023 não se contentará com o simples cumprimento das provas, mas também avaliarão a qualidade e o esforço dispensados para a sua realização, assim como a ética e respeito. A pontuação seguirá a seguinte forma:

5.1.2 – As Tarefas Normais possuem pontuação fixa para as três primeiras colocações entre as entidades participantes, de acordo com o Anexo 01: Tarefas Normais;

5.1.3 – A prova de escalada em velocidade possui pontuação para os três clubes que tiverem o menor tempo, com o somatório das duas vias.

5.1.4 - A Equipe que utilizar material ou serviços de colaboradores ligados à Comissão RNM/2023 será penalizada com perda de pontos da tarefa correspondente;

5.1.4 – Em casos de empate de pontuação ao final da GINCANA, será utilizado como critério de desempate o maior número de vitórias ou melhores colocações nas provas realizadas.

## **6 - DA APURAÇÃO E PROCLAMAÇÃO DOS RESULTADOS**

6.1 - A apuração será feita no mesmo dia da realização da GINCANA, pela Comissão RNM/2023, que estará presente em todas as provas de Tarefas Normais e Desafio do Muro;

6.2 – O resultado final da GINCANA será anunciado pelo apresentador do evento, juntamente com o sorteio de brindes, às 17:30h do dia 21/05, na Praça General Tibúrcio.

## **7 - DA PREMIAÇÃO DAS ENTIDADES E PARTICIPANTES**

7.1 - As Entidades classificadas em 1º, 2º e 3º lugares receberão um troféu correspondente à sua colocação;

7.2 - A Entidades classificadas em 1º e 2º lugares receberão premiação em equipamentos (a definir) a serem sorteadas entre os seus componentes, da forma que melhor as convir.

7.3 - Os prêmios serão entregues às equipes logo após a proclamação dos resultados pelo apresentador do Evento.

## **8 - DA COMISSÃO ORGANIZADORA DA GINCANA**

8.1 - Compõem a Comissão da Gincana RNM/2023: Pedro Bugim, Lúcia Sendim, Carol Antonucci, Luciana Nogueira, Isabel Cristina da Silva Cardoso, Antônio Carlos Fernandes de Borja.

8.2 - São atribuições da Comissão RNM/2023:

- Exercer com soberania e autonomia todas as atividades relacionadas com a GINCANA;
- Preparar o Regulamento da GINCANA;
- Preparar as tarefas (Normais e Desafio da Escalada de Velocidade) da GINCANA;
- Divulgar a GINCANA e seu cronograma;
- Orientar as Equipes em relação às dúvidas na interpretação do Regulamento;
- Vetar a inscrição de qualquer Entidade que não preencher rigorosamente as condições estabelecidas no Regulamento;
- Estabelecer horários relacionados à execução da GINCANA e, por sorteio, a ordem de chamada e chaveamento das Equipes para as Tarefas Normais;
- Contabilizar a pontuação e proclamar os vencedores da GINCANA, por ordem de colocação e pontuação.

## **9 - DAS OBRIGAÇÕES DAS ENTIDADES / EQUIPES**

- 9.1 - Preparar-se e empenhar-se, membro a membro, na execução das tarefas e de maneira a destacar o apreço pela GINCANA, formando-se em comissões e distribuindo tarefas a elas, conferindo prioridade absoluta aos contatos com os convidados e pessoas que participarão em alguma tarefa;
- 9.2 - Portar-se com elegância desportiva durante a execução das tarefas da equipe concorrente evitando prejudicá-la por qualquer meio. A Comissão RNM/2023 poderá até mesmo, a seu critério, tirar os pontos correspondentes à tarefa da equipe que perturbar o andamento das tarefas;
- 9.3 - Apresentar recurso por escrito através de representante da Entidade, diretamente à Comissão RNM/2023, caso venha a se sentir prejudicada. É vedada a sustentação oral do recurso, sendo passível de perda de pontos a insistência em fazê-lo (a critério da Comissão RNM/2023). No dia da GINCANA, cada Equipe terá direito a apenas 5 (cinco) recursos a serem preenchidos no total de todas tarefas;
- 9.4 – Definir as equipes de cada Tarefa Normal com no máximo 30 minutos de antecedência a cada atividade, entregando esta relação à Comissão RNM/2023 no stand da Federação;
- 9.5 – Definir com antecedência o competidor que realizará o desafio no muro de escalada, apresentando o mesmo às 9h da manhã do dia 21, no local desta etapa (muro infantil do evento).
- 9.6 – Caso venha a receber troféu ou premiações por sua colocação final da GINCANA, a Entidade será responsável pelo destino destes, sendo aconselhável que o troféu fique de posse da entidade e que as premiações sejam sorteadas entre seus agremiados, preferencialmente aos que participaram ativamente na GINCANA.

## **10 - DAS PENALIDADES ADICIONAIS**

10.1 - As Equipes poderão perder pontos no caso de:

- Os membros das Equipes portarem-se aos membros da Comissão Organizadora, a todo momento, perturbando os mesmos e o andamento do evento; (a critério do Comissão RNM/2023) - Atrapalhar as equipes concorrentes por meio de qualquer artifício: pode perder até o total de pontos da respectiva tarefa (a critério da Comissão);

## **11 - DOS CASOS OMISSOS NO REGULAMENTO**

11.1 - A Comissão RNM/2023 decidirá os casos omissos por este Regulamento, quando provocado por recursos escritos ou observados no decorrer do evento.

Rio de Janeiro, abril de 2023.

**COMISSÃO ORGANIZADORA DA GINCANA DO RIO NAS MONTANHAS 2023**

## ANEXO 01 – TAREFAS NORMAIS

### I) CABO DE GUERRA

#### a. Equipe

Cada Entidade deverá selecionar 4 participantes, sendo obrigatória a participação mínima de duas mulheres, para compor a equipe que disputará esta prova.

#### b. Material

O material a ser utilizado nesta prova será uma corda estática de 50 a 60 metros, devidamente sinalizada em sua metade com uma fita adesiva colorida. A comissão da gincana providenciará esta corda.

#### c. Da prova

Cada etapa contará com duas equipes, uma de frente para outra, cada uma segurando sua metade da corda, separados por uma marcação de “território” no chão da praça, com extensão de 3 metros e tendo a marcação de meio da corda exatamente no centro deste espaço. Após sinal emitido pelo juiz da prova, ambas as equipes terão por objetivo puxar a corda de modo que a marcação do meio ultrapasse o ponto de referência de seu território, indicando a derrota da equipe rival. **Proibido o uso de luvas, enrolar a corda nas mãos e/ou no corpo!**

#### d. Forma de disputa

Chaveamento entre as entidades inscritas, com uma disputa final para definir o primeiro e segundo lugar, além de uma etapa extra para definir o terceiro e quarto lugares. A posição na chave será definida por sorteio. Máximo de 11 disputas.



e.

#### Tempo estimado

5 minutos por prova, perfazendo cerca de 1 hora no total.

#### f. Horário de Realização

A prova terá início às 14h30, sendo necessário a entrega da listagem dos participantes de cada equipe até às 14h.

#### g. Pontuação

A Entidade vencedora receberá **20 pontos**, o segundo lugar receberá **10 pontos** e o terceiro lugar, **5 pontos**.

## II) CORRIDA DE REVEZAMENTO

### a. Equipe

Cada entidade deverá selecionar 4 participantes para compor a equipe que disputará esta prova.

### b. Material

Por equipe: 1 bouldrier, uma mochila com garrafas cheias de água perfazendo 6 litros e 1 capacete.

**Atenção!** CADA EQUIPE DEVERÁ PROVIDENCIAR SEU EQUIPAMENTO!

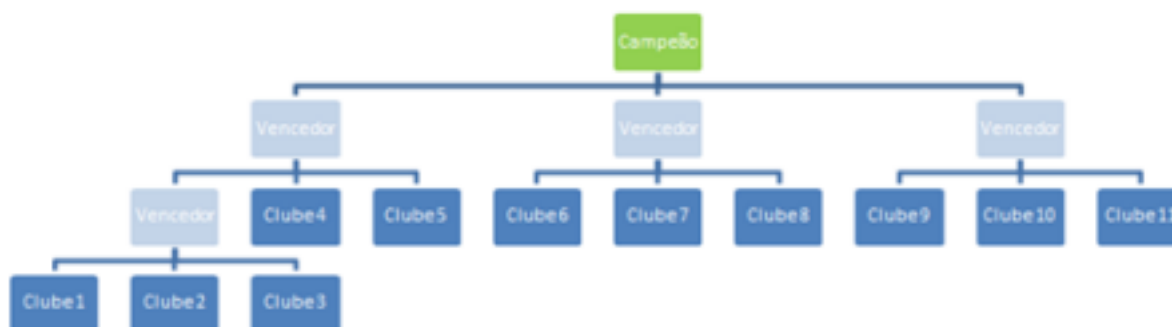
### c. Da Prova

Corrida de revezamento efetuada na Praça General Tibúrcio com uma marcação delimitando a largada / local de origem e um segundo ponto, marcando o local até onde os participantes deverão correr e retornar.

Após o sinal de início da prova, o primeiro participante veste o bouldrier, o capacete e a mochila. Em seguida, corre de sua posição atual até o ponto demarcado na praça e retorna ao local de origem, onde os demais participantes estarão esperando. Ao retornar, ele deverá retirar o bouldrier, a mochila e o capacete, passando-os ao segundo participante, que repetirá os mesmos passos até que os quatro componentes da equipe cumpram o mesmo trajeto e dinâmica. A equipe que completar o revezamento primeiro será sagrada vencedora da prova. O último participante não precisará retirar os equipamentos, sendo marcado como término da prova o momento em que ele passar pela linha demarcada no chão, em seu retorno. Durante a corrida, o participante **NÃO** poderá segurar o bouldrier nem o capacete. Isso acarretará na desclassificação do mesmo.

### d. Forma de disputa

Chaveamento entre as entidades inscritas, com baterias de 3 equipes cada e uma disputa na final, para definir os três primeiros colocados. A posição na chave será definida por sorteio. Máximo de 5 disputas.



e.

### Tempo estimado

8 minutos por prova, perfazendo cerca de 40 minutos no total.

### f. Horário de Realização

A prova terá início às 11h, com entrega da listagem dos participantes de cada equipe até às 10h30.

### g. Pontuação

A Entidade vencedora receberá **20 pontos**, o segundo lugar receberá **10 pontos** e o terceiro lugar, **5 pontos**.

### III) GUERRA DE NÓS

#### a. Equipe

Cada entidade deverá selecionar 3 participantes para compor a equipe que disputará esta prova.

#### b. Material

Duas cordas dinâmicas de 60 metros por entidade. **Atenção!** CADA EQUIPE DEVERÁ PROVIDENCIAR SUAS PRÓPRIAS CORDAS!

#### c. Da Prova

Todas as entidades participarão da prova ao mesmo tempo, disponibilizando uma corda dinâmica a cada três participantes de sua equipe. Ao sinal do juiz, os participantes deverão fazer o máximo possível de aselhas duplas em suas cordas, com um limite de 2 minutos.

Ao final deste tempo, os nós serão verificados e contabilizados. A equipe que conseguir fazer o maior número de nós vence a prova. Também serão contemplados com pontos os segundo e terceiro lugares. Os nós deverão ser realizados de forma correta e sem “trepar”. Nós que não se enquadrem nestas características serão descartados.

#### d. Forma de disputa

Embate direto entre as entidades inscritas, com uma única bateria de 2 minutos.

#### e. Tempo estimado

2 minutos de prova e aproximadamente 13 minutos de conferência dos nós, perfazendo cerca de 15 minutos no total.

#### f. Horário de Realização

A prova terá início às 16h30, com entrega da listagem dos participantes de cada equipe até às 16h.

#### g. Pontuação

Pontuarão as cinco entidades com maior quantidade de nós realizados de forma correta, na seguinte escala:

1° Lugar: **25 pontos**; 2° lugar: **20 pontos**; 3° lugar: **15 pontos**; 4° lugar: **10 pontos**; 5° lugar: **5 pontos**

## ANEXO 02 – DESAFIO DE ESCALADA EM VELOCIDADE

### 1) Data, Horário e Local

O desafio de escalada de velocidade será iniciado impreterivelmente às 9h da manhã do dia 21/05 (domingo). As equipes que não se apresentarem até este horário não poderão participar da prova e não terão direito à pontuação referente. O local desta etapa será no muro infantil de escalada, montado na Praça General Tibúrcio, no local do evento do RNM.

### 2) Competidores

Cada clube terá direito a apenas um ou dois competidores. Cada entidade será responsável por fazer a seleção dos seus competidores e por apresentá-los no local desta etapa, dentro do horário estipulado.

### 3) O Desafio

O desafio será composto por duas vias. Cada equipe terá uma única chance de escalar cada via, podendo indicar um único competidor que faça as duas escaladas, ou dois competidores, cada um fazendo uma das vias. Cada escalada será cronometrada, começando a contar o tempo no momento em que o escalador retirar ambos os pés do solo. O término se dará no momento em que o competidor tocar a parte superior do muro. Todo o processo será realizado com segurança de cima.

### 4) Pontuação

Somarão pontos os competidores que realizarem as duas escaladas com o menor tempo cronometrado (somatório das duas vias). Nesta etapa, pontuarão os cinco melhores resultados, na seguinte escala: 1º Lugar: **25 pontos**; 2º lugar: **20 pontos**; 3º lugar: **15 pontos**; 4º lugar: **10 pontos**; 5º lugar: **5 pontos**;

### 5) Tempo estimado

Considerando 11 entidades Federadas, levando em conta o tempo aproximado de 3 minutos por competidor, esta etapa terá uma duração máxima de 45 minutos.