

Bombeiros Voluntários de Esmoriz



Praia de Esmoriz
23 de setembro de 2023

(bombeirodareia@bvesmoriz.pt)

Introdução

A prova “Bombeiro D`Areia 2023” é uma prova única em Portugal que realizar-se-á no dia 23 de setembro em pleno areal da praia de Esmoriz. Tem como objetivo dar a conhecer à população os obstáculos que muitas vezes os bombeiros enfrentam no seu dia-a-dia. A prova é realizada em equipas e é composta por 4 etapas. Todos os obstáculos obedecem a regras específicas que estão regulamentadas neste documento.

1) Local da Prova

O evento realizar-se-á na Praia de Esmoriz com as seguintes coordenadas 40.957637, - 8.655376, conforme assinalado no mapa em anexo.

2) Inscrições

As inscrições devem ser efetuadas no link indicado e tem um custo de 30 euros por equipa. O limite de inscrições até ao dia 31-07-2023 às 23h59m. Se necessário será passado um recibo de donativo com o valor da inscrição.

3) Prémios

Haverá entrega de troféus ao 1º, 2º e 3º classificados. Todos os elementos têm direito a prémio de participação com respetivo diploma.

4) Perfil do participante e composição das equipas

- a) O participante deve ser bombeiro/a no corpo ativo ou estagiário/a desde que o comandante do CB autorize.
- b) Cada CB poderá concorrer com 2 equipas, podendo estas serem mistas.
- c) A equipa é composta por 5 elementos, 1 deles será o suplente que caso haja a necessidade pode participar na prova em substituição de um elemento da mesma equipa;
- d) Cada equipa deve de eleger um chefe de equipa para servir de elo de ligação com a organização da prova.

5) Equipamento de proteção individual

O EPI Urbano é composto por:

- a) Capacete com viseira;
- b) Cogula;
- c) Casaco de proteção;
- d) Luvas de proteção;
- e) Calças de proteção;
- f) Botas de proteção;
- g) Aparelho respiratório de circuito aberto, fornecido pela organização.

6) Provas

- a) A prova é composta por 4 etapas;
- b) A equipa deve definir um participante para cada etapa;
- c) O tempo limite para a realização da prova é 20 minutos;
- d) O suplente pode estar no interior do circuito a acompanhar os restantes elementos da equipa;
- e) Em cada obstáculo vai estar um elemento da organização a assegurar que as regras estão a ser cumpridas;
- f) O participante no final de cada obstáculo deve assinar a folha das penalizações, caso sejam aplicadas;
- g) O EPI e ARICA de todos os participantes vão ser verificados antes da entrada no circuito. Podem ser usadas luvas técnicas desde que o operacional se faça acompanhar das luvas urbanas.

Etapa 1 – Corrida com mangueira e abertura de porta

- ✓ O participante deve estar equipado com EPI Urbano e ARICA;
- ✓ Deve puxar uma linha de 45mm em carga até ao ponto assinalado (40 metros);
- ✓ Derrubar o objeto existente na parte superior da porta através da projeção de água;
- ✓ Colocar a agulheta no local assinalado;
- ✓ Efetuar um arrombamento da porta com recurso a uma alavanca “Hooligan”;
- ✓ Colocar a alavanca “Hooligan” no local indicado.

Penalizações:

- ✓ Não colocar a agulheta no sítio indicado. (+5 segundos);
- ✓ Não colocar a alavanca no sítio indicado. (+5 segundos);
- ✓ Não derruba o objeto. (+ 2 minutos e 30 segundos)
- ✓ Não efetua o arrombamento da porta (+2 minutos e 30 segundos)
- ✓ Não realizar a etapa. (+5 minutos)

Etapa 2- Escada horizontal e percurso de obstáculos

- ✓ O participante deve estar equipado com EPI Urbano e ARICA;
- ✓ Deve suspender-se na escada horizontal e fazer a travessia do obstáculo com 4 metros de comprimento;
- ✓ Efetuar o contorno dos mecos com 2 bidões de espumífero de 25 litros;
- ✓ Subir a rampa e passar por cima da trave sem perder contacto com os bidões.
- ✓ Colocar os bidões no local indicado.

Penalizações

- ✓ Cada vez que toque com os pés na areia. (+ 5 segundos)
- ✓ Fazer o obstáculo só com um bidão de cada vez (+ 30 segundos)
- ✓ Não faz o percurso da escada horizontal (+ 2 minutos e 30 segundos)
- ✓ Não faz o percurso dos obstáculos (+2 minutos e 30 segundos)
- ✓ Não realização da etapa. (+5 minutos)

Etapa 3- Mofil e poliçada

- ✓ O participante deve estar equipado com EPI Urbano e ARICA;
- ✓ Deve colocar-se em cima da Mofil com os pés no respetivo local.
- ✓ Com recurso a uma marreta de 5kg deve fazer deslizar a barra de ferro de 70kg até ao sítio assinalado;
- ✓ Colocar a marreta no local assinalado;
- ✓ Retirar o ARICA e colocá-lo no local assinalado;
- ✓ Subir a poliçada de 3metros com recurso à corda existente.

Penalizações

- ✓ Não faz deslizar a barra de ferro (+ 2 minutos e 30 segundos)
- ✓ Não colocar a marreta no local assinalado. (+5 segundos)
- ✓ Não colocar o ARICA no sítio assinalado. (+ 5 segundos)
- ✓ Não transpor a poliçada. (+ 2 minutos e 30 segundos)
- ✓ Não realizar a etapa. (+ 5 minutos)

Etapa 4 – Túnel e boneco

- ✓ O participante deve estar equipado com EPI Urbano e ARICA;
- ✓ Deve entrar no túnel e fazer-se deslizar até o transpor;
- ✓ Pegar no boneco de 80kg pelas axilas e arrastar numa distância de 50 metros.

Penalizações

- ✓ Não passar o túnel. (+2minutos e 30 segundos)
- ✓ Não concluir o trajeto com o boneco. (+2 minutos e 30 segundos)
- ✓ Não realizar a etapa. (+ 5 minutos)

7) Disposições finais

- a) O secretariado abre no dia da prova entre as 08h00m e as 09h00m;
- b) Haverá estacionamento reservado a todos os participantes;
- c) Será disponibilizado um espaço para todos os participantes se equiparem;
- d) Todas as equipas serão informadas da hora da sua participação na semana anterior a prova;
- e) Todos os participantes devem no momento da inscrição enviar uma declaração do comandante do CB a autorizar a participação da equipa e um atestado de robustez física assinado pelo próprio (disponibilizado pela organização);
- f) Este evento não garante o seguro de acidentes pessoais;
- g) Todas as questões/situações omissas a este regulamento serão resolvidas pela organização.
- h) Todos os participantes ao inscreverem-se estão a concordar com o que está descrito neste regulamento.

