



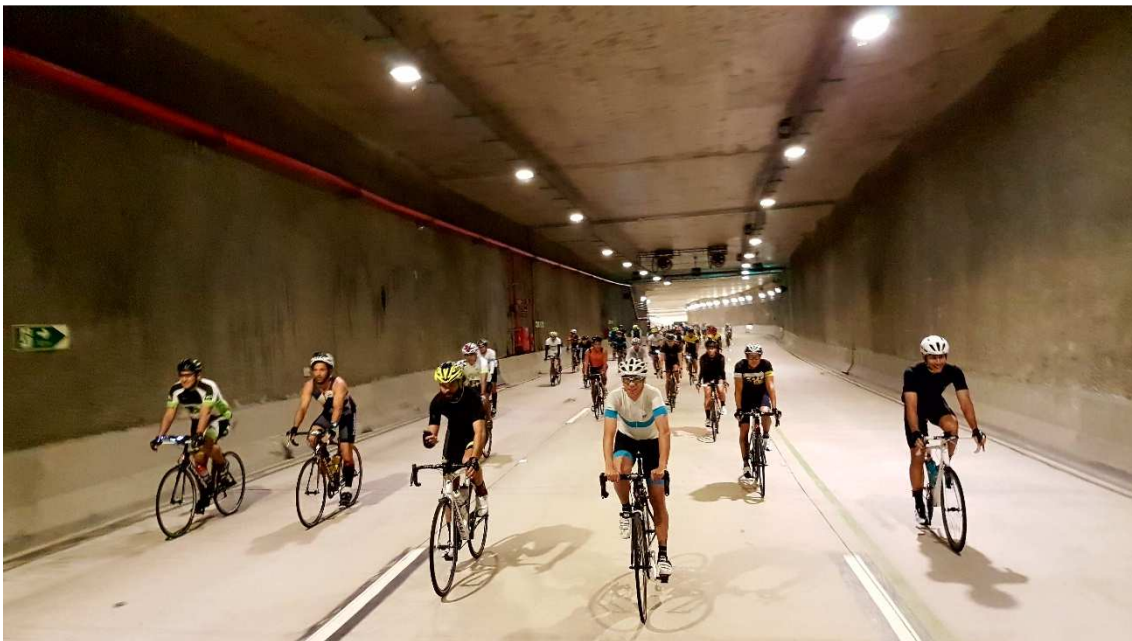
## Comissão de Segurança no Ciclismo da Cidade do Rio de Janeiro

Fundada em 03 de Maio de 2013 em Assembléia entre as entidades esportivas:  
Federação de Triathlon do Estado do Rio de Janeiro  
Federação de Ciclismo do Estado do Rio de Janeiro  
Associação de Triathlon Master do Estado do Rio de Janeiro



Rio de Janeiro, 28 de Novembro de 2019.

# APCC PORTO – CIRCUITO MARCOS HAMA REGRAS, NORMAS DE CONDUTA & SEGURANÇA



Aos Ciclistas e Triatletas que estarão presentes na inauguração da APCC Porto - Área de Proteção ao Ciclismo de Competição na Região Portuária do Rio de Janeiro – Circuito Marcos Hama.

A CSC-RJ, Comissão de Segurança no Ciclismo da Cidade do Rio de Janeiro, entidade não governamental fundada pela Sociedade Civil Organizada em Maio de 2013, com a chancela das Federações de Ciclismo e de Triathlon do Estado do Rio de Janeiro, vem por meio deste manual, comunicar as **INFORMAÇÕES GERAIS, REGRAS & NORMAS DE CONDUTA E SEGURANÇA** que deverão ser respeitadas durante a realização deste evento ciclístico, visando garantir não apenas a integridade física de todos os atletas, como também a perfeita operacionalização da 3ª APCC do Rio de Janeiro, a APCC-PORTO.



## Comissão de Segurança no Ciclismo da Cidade do Rio de Janeiro

Fundada em 03 de Maio de 2013 em Assembléia entre as entidades esportivas:  
Federação de Triathlon do Estado do Rio de Janeiro  
Federação de Ciclismo do Estado do Rio de Janeiro  
Associação de Triathlon Master do Estado do Rio de Janeiro



Data de Inauguração: Domingo, 1º de Dezembro de 2019.

Horário de Concentração dos atletas: a partir das 5:15am.

Horário de Início do treinamento: 6:00am.

Horário de Término: 8:00am

Local de Encontro: Restaurante Ancoramar (antigo Albamar), localizado na Praça Mal. Âncora, 184 - Centro, Praça XV, próximo ao Clube da Aeronáutica e da Estação das Barcas.

### Como chegar de carro:

Existem vários estacionamentos próximos ao Restaurante Albamar, CONTUDO, aos domingos, funcionam apenas a partir das 7:00am. Assim sendo, a única opção será utilizar o estacionamento do Posto de Gasolina BR próximo ao Aeroporto Santos Dumont - Av. Infante Dom Henrique, nº 7, em frente ao Trevo Dos Estudantes (24h) – o ciclista deverá seguir de bicicleta por 1,5km em direção ao Aeroporto Santos Dumont, passando pela Av. Gen. Justo até chegar ao ponto de encontro no Restaurante Albamar.

Link de localização do estacionamento:

<https://goo.gl/maps/rs5zL6H77Yss2dA48>

### Como chegar de bicicleta:

Utilizando a ciclovia do Parque do Flamengo em direção ao Aeroporto Santos Dumont passando pela Av. Gen. Justo até chegar ao ponto de encontro no Restaurante Albamar. Outra forma é pedalando através da pista de rolagem da Rua Praia do Flamengo passando pela Av. Beira Mar e em seguida entrar na Av. Presidente Antônio Carlos para ter acesso a Rua Santa Luzia no Centro e assim prosseguir pela ciclofaixa até o Museu Histórico Nacional e, para cruzar a Av. Alfred Agache, utilizar a passagem subterrânea até o Restaurante Albamar.

**Lembre-se que a Pista do Aterro do Flamengo é considerada uma via expressa e desta forma, conforme o CTB, é vedada a circulação de bicicletas.**

### Como chegar de Barcas:

A estação de barcas fica a 750m do local de encontro.

### Como chegar de Metro:

Infelizmente aos Domingos e Feriados o Metro inicia sua operação às 7am. Apenas para ciência, a estação mais próxima do ponto de encontro é a Estação Cinelândia.



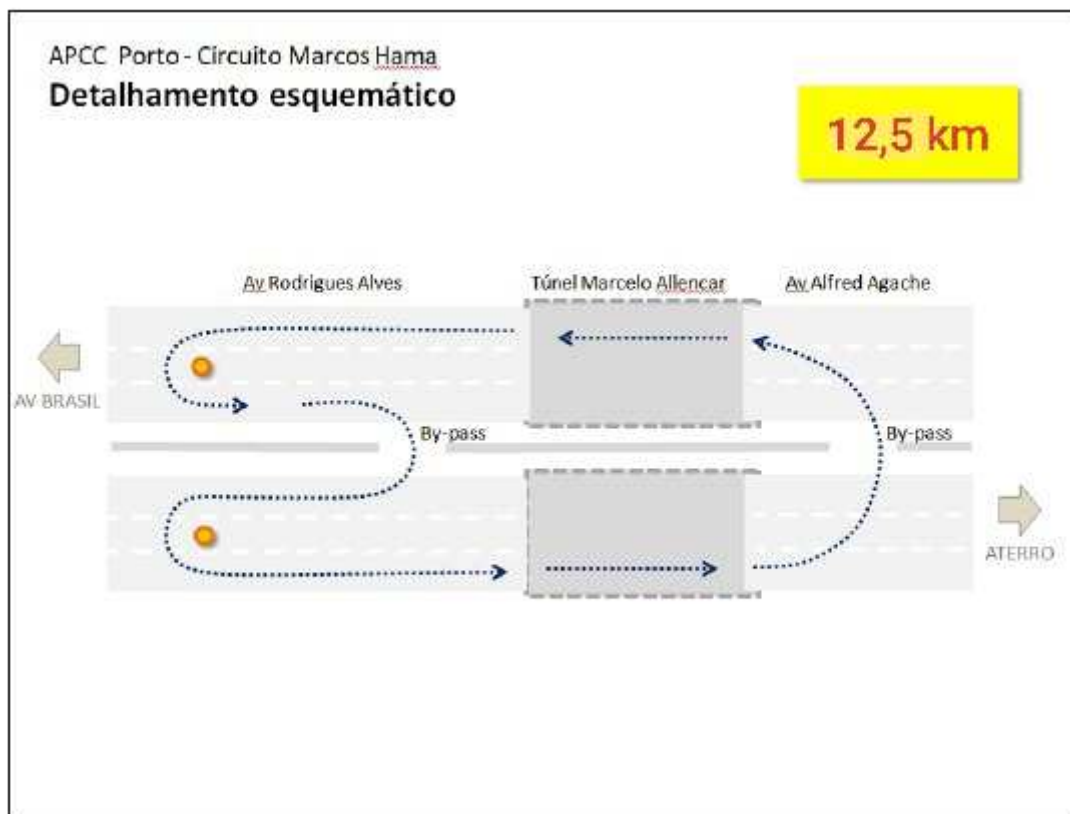
## Comissão de Segurança no Ciclismo da Cidade do Rio de Janeiro

Fundada em 03 de Maio de 2013 em Assembléia entre as entidades esportivas:  
Federação de Triathlon do Estado do Rio de Janeiro  
Federação de Ciclismo do Estado do Rio de Janeiro  
Associação de Triathlon Master do Estado do Rio de Janeiro



O percurso da APCC PORTO – Circuito Marcos Hama possui aproximadamente 12,5 km na volta completa, sendo 3,4km dentro do túnel Marcelo Alencar e 1,4km na reta da Av. Rodrigues Alves, conforme foto abaixo.

Serão utilizadas as 2 galerias do Túnel Marcello Alencar (ida e volta) e, como ambos “BY PASS” existentes para troca de pista estão localizados muito próximos da saída e entrada do Túnel, os ciclistas irão pedalar na mesma pista em sentidos opostos **APENAS NO TRECHO FORA DO TUNEL MARCELLO ALENCAR** (ou seja, na Av. Rodrigues Alves). DENTRO DO TUNEL não haverá cruzamento de ciclistas na mesma pista por motivos de segurança.



Todos os ciclistas, registrados ou não junto às Federações de Ciclismo e Triathlon do RJ, assim como pertencentes ou não a grupos e/ou associações de ciclismo podem utilizar as APCC's, única e exclusivamente para a prática de TREINAMENTO ESPORTIVO respeitando todas as regras a seguir:

- Dentro do Túnel Marcello Alencar é expressamente proibido a utilização das PORTAS LATERAIS para alternar de GALERIA. Essa atitude implicará automaticamente na SUSPENSÃO DA APCC PORTO pela Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro;



## Comissão de Segurança no Ciclismo da Cidade do Rio de Janeiro

Fundada em 03 de Maio de 2013 em Assembléia entre as entidades esportivas:  
Federação de Triathlon do Estado do Rio de Janeiro  
Federação de Ciclismo do Estado do Rio de Janeiro  
Associação de Triathlon Master do Estado do Rio de Janeiro



- Em caso de pane mecânica **DENTRO DO TUNEL** o ciclista deverá se dirigir (caminhando e transportando sua bicicleta) até a baía localizada dentro do próprio túnel para tentar resolver seu problema. Caso não consiga, deverá se dirigir para fora do túnel sempre utilizando o **LADO DIREITO** da via, seja no sentido do fluxo dos ciclistas ou no sentido inverso;
- Em caso de acidente **EM QUALQUER TRECHO DO PERCURSO DA APCC PORTO** o treinamento de todos os ciclistas deverá ser interrompido imediatamente até que a vítima seja atendida e removida do local;
- Os ciclistas, ao avistarem os carros oficiais do **CORPO DE BOMBEIROS, CET-RIO, GUARDA MUNICIPAL, POLÍCIA MILITAR, CDURP e/ou CONCESSIONARIA PORTO NOVO** dentro do percurso da APCC PORTO deverão interromper imediatamente seu treinamento até que a operacionalização retorne à normalidade;
- As bicicletas utilizadas nas APCC's, bem como os ciclistas, devem atender às seguintes exigências abaixo visando a segurança de todos:
  - As bicicletas devem estar em perfeitas condições de conservação e com sua manutenção em dia;
  - **EXPRESSAMENTE PROIBIDO O USO DE FONES DE OUVIDO;**
  - **OBRIGATÓRIO O USO** de **EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO, CAPACETE** e **LUVAS** da mesma forma como exigido em competições oficiais de ciclismo. O atleta que não estiver de **CAPACETE** não poderá utilizar a APCC e, caso persista, poderá ser convidado a se retirar do percurso pelos órgãos públicos responsáveis pela operacionalização;
  - O ciclista deverá acoplar no quadro da bicicleta (na traseira e dianteira) ou em seu capacete, luzes de segurança e/ou adesivos reflexivos que facilite sua visualização à distância, independente da iluminação pública local;



## Comissão de Segurança no Ciclismo da Cidade do Rio de Janeiro

Fundada em 03 de Maio de 2013 em Assembléia entre as entidades esportivas:  
Federação de Triathlon do Estado do Rio de Janeiro  
Federação de Ciclismo do Estado do Rio de Janeiro  
Associação de Triathlon Master do Estado do Rio de Janeiro



- O ciclista deverá portar documento de identidade e carteira do Plano de Saúde (se tiver), para sua identificação no atendimento hospitalar em casos de acidentes;
- Tipo de bicicletas permitidas: todas, **EXCETO “FIXA”** (sem freios) utilizadas em velódromos e **bicicletas elétricas**;
- Vista roupas leves e duplique a quantidade de água utilizada normalmente em seus treinos. O treinamento DENTRO DO TUNEL MARCELLO ALENCAR exige essa precaução em relação à hidratação e temperatura corporal;
- Na APCC é vedada a circulação de pedestres, demais veículos, patinadores, skatistas e de ciclistas sem capacete. Caso você identifique essa irregularidade, alerte-o sobre essa proibição e peça educadamente para que se retire do local.

A Vakinha para compra dos cones de sinalização e panetones que serão distribuídos às equipes da GM, CET-RIO, Comlurb e CDURP, continuará no ar até o dia 20/12. Graças à ajuda de 205 colaboradores, conseguimos ultrapassar a meta dos R\$ 10.000,00. Arrecadamos exatos R\$ 11.850,01 até hoje, 28/11/19. Lembre-se que quanto mais arrecadarmos, mais agentes poderão ser contemplados neste singelo agradecimento por toda ajuda e trabalho desenvolvido em todas as 3 APCC's do Rio de Janeiro: APCC Aterro – Circuito Pedro Nikolay, APCC Reserva – Circuito Guilherme Paiva e agora, a tão esperada APCC Porto – Circuito Marcos Hama.

Link para contribuição:

<http://www.vakinha.com.br/vaquinha/cones-apcc-porto-panetones-para-gm-cet-rio-comlurb-e-cdurp>

E por fim, não se esqueçam de divulgar e promover a utilização da APCC Porto através das hashtags:

#apccporto

#apccportocircuitomarcoshama

#apccportomaravilha

#portomaravilha



## **Comissão de Segurança no Ciclismo da Cidade do Rio de Janeiro**

Fundada em 03 de Maio de 2013 em Assembléia entre as entidades esportivas:  
Federação de Triathlon do Estado do Rio de Janeiro  
Federação de Ciclismo do Estado do Rio de Janeiro  
Associação de Triathlon Master do Estado do Rio de Janeiro



Nossos sinceros agradecimentos a toda equipe da Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro, ao Prefeito Marcelo Crivella, ao Presidente da CDURP Sr. Tarquinio Almeida, ao Presidente da CET-RIO Sr. Airton Aguiar e à Inspetora Geral da Guarda Municipal do Rio de Janeiro Sra. Tatiana Mendes Rodrigues, que tiveram papel fundamental e decisivo para a criação da tão almejada APCC PORTO – Circuito Marcos Hama.

Bons treinos com segurança para todos.

Saudações,

Miguel Lasalvia  
Presidente CSC-RJ  
Comissão de Segurança no Ciclismo da Cidade do Rio de Janeiro

([www.facebook.com/bicicletaCSCRJ](http://www.facebook.com/bicicletaCSCRJ))

### **PORTARIA OFICIAL DA CRIAÇÃO DA APCC PORTO EM ANEXO. (\* ) PORTARIA TR/CRV nº 2.059 Em 26 de novembro de 2019.**

AUTORIZA A INTERDIÇÃO AO TRÂNSITO DE VEÍCULOS E A UTILIZAÇÃO DE VIAS DOS BAIROS CENTROS E SANTO CRISTO PARA CRIAÇÃO DA ÁREA DE PROTEÇÃO AO CICLISTA DE COMPETIÇÃO - APCC - CIRCUITO MARCOS HAMA.

O COORDENADOR DA COORDENADORIA DE REGULAMENTAÇÃO E INFRAÇÕES VIÁRIAS - TR/CRV, no uso de suas atribuições legais,

CONSIDERANDO o disposto no Art. 2º c/c o Art. 24, inciso II e no Art. 95 do Código de Trânsito Brasileiro,

CONSIDERANDO o constante no processo 03/202.152/2019  
**R E S O L V E :**

Art. 1º Autorizar a interdição ao trânsito de veículos, das 5h30min às 8h30min, nas seguintes vias:

I - Avenida General Justo, pista sentido Túnel Prefeito Marcello Alencar, a partir do Trevo Estudante Edson Luis de Lima Souto;

II - Avenida Alfred Agache em ambos os sentidos;



## Comissão de Segurança no Ciclismo da Cidade do Rio de Janeiro

Fundada em 03 de Maio de 2013 em Assembléia entre as entidades esportivas:  
Federação de Triathlon do Estado do Rio de Janeiro  
Federação de Ciclismo do Estado do Rio de Janeiro  
Associação de Triathlon Master do Estado do Rio de Janeiro



III - Túnel Prefeito Marcello Alencar em ambos sentido;

IV - Avenida Rodrigues Alves, em ambos sentido, entre o Túnel Prefeito Marcello Alencar e o acesso a Via B4, nas proximidades da Rodoviária Novo Rio.

§ 1º A interdição de que trata este artigo não se aplica aos veículos destinados a socorro e emergência previstos no Art. 29, incisos VII e VIII do Código de Trânsito Brasileiro.

§ 2º Desviar o tráfego de veículos pela Via B4, Avenida Binário do Porto, Avenida Venezuela

Art. 2º Autorizar a utilização, para treinamento de ciclismo de competição das 6h às 8h, das seguintes vias:

I - Avenida Alfred Agache em ambos os sentidos;

II - Túnel Prefeito Marcello Alencar em ambos sentido;

III - Avenida Rodrigues Alves, em ambos sentido, entre o Túnel Prefeito Marcello Alencar e o acesso a Via B4, nas proximidades da Rodoviária Novo Rio.

Art. 3º Esta autorização poderá ser suspensa quando sua realização coincidir com eventos de grande porte na região e/ou quando estiver em datas onde houver previsão de grande movimento de entrada e saída da cidade, incluindo aeroportos e rodoviária.

Art. 4º Esta autorização somente será válida se o organizador do evento, objetivando a segurança dos participantes, requerer e obtiver o apoio da Polícia Militar, da Guarda Municipal ou ainda da CET Rio com os Agentes de Trânsito, para a orientação do tráfego ficando a obrigação da sinalização/balizamento, por conta do responsável pelo evento conforme prescreve o § 1º do Art. 95 do Código de Trânsito Brasileiro.

Art. 5º A presente Portaria entrará em vigor a partir do dia 1 de dezembro de 2019, nos horários de que tratam os artigos 1º e 2º, aos domingos e feriados, revogadas as disposições em contrário.

(\*) Republicada por ter saído com incorreção no D.O. Rio de 27/11/2019.

**"Quando se sonha sozinho é apenas um sonho. Quando se sonha junto é o começo da realidade." D. Quixote (Miguel de Cervantes,1605)**