

# FIREFIGHTER'S RAID

## Invasão ao Fórum

### Regulamento da Prova - 1.ª Edição

A 1.ª edição do Firefighter's Raid realizar-se-á no dia 6 de abril no Jardim do Fórum Municipal em São João da Madeira.

Tem como objetivo demonstrar e dar a conhecer a toda a população os obstáculos que muitas vezes os bombeiros enfrentam no seu dia a dia.

Todos os obstáculos obedecem a regras específicas que estão regulamentadas neste documento.

#### **Inscrições**

As inscrições devem ser efetuadas no link indicado e tem custo de 20 euros por equipa. O limite de inscrições é até ao dia 16/03/2025 às 23h59. Se necessário será passado recibo de donativo com o valor da inscrição.

#### **Sorteio**

O sorteio ditará a ordem e horário do início de participação de cada equipa, e o mesmo será divulgado nas redes sociais dos Bombeiros de São João da Madeira.

O mesmo será realizado no dia 31 de março.

A listagem será afixada no local da realização da prova.

#### **Prémios**

Haverá entrega de troféus aos 5 primeiros classificados. Todos os elementos terão direito a um kit de participante.



## **Composição de equipas e respetivo participante**

- a) O participante deve ser bombeiro do quadro ativo.
- b) Cada CB pode concorrer com duas equipas, podendo estas ser mistas.
- c) A equipa é composta por 5 elementos, sendo que 1 é suplente e caso haja necessidade, pode participar na prova em substituição de um elemento da equipa;
- d) Cada equipa deverá eleger um *Team Leader* que servirá de elo de ligação com a organização da prova.

## **Equipamento**

O EPI Urbano tem de ser composto por:

- a) Capacete com viseira.
- b) Cógula de Combate a Incêndios Urbanos
- c) Casaco de Combate a Incêndios Urbanos e Industriais.
- d) Luvas de Combate a Incêndios Urbanos e Industriais.
- e) Calças de Combate a Incêndios Urbanos e Industriais.
- f) Botas de Combate a Incêndios Urbanos e Industriais (norma em vigor, EN15090:2012 tipo F2A)
- g) ARICA, fornecido pela organização.

*Observações: Não é permitido EPI sem forro ou capacete sem viseira.*

*Uso obrigatório de luvas durante toda a prova.*

## **Prova**

- a) O EPI e ARICA de todos os participantes serão verificados à entrada da prova. São permitidas o uso de luvas técnicas desde que estejam acopladas ao equipamento as luvas de incêndios urbanos.
- b) A prova é composta por 4 níveis de dificuldade, 3 deles com aproximadamente 5% de inclinação.
- c) Vai estar presente em cada estação um elemento da organização a assegurar que todas as regras serão cumpridas.
- d) A prova é realizada por duas equipas em simultâneo.



- e) A prova inicia ao som do apito. O participante deve carregar no botão de cronómetro, este irá encontrar-se no início da prova. Na meta da prova o último participante deve carregar no botão para parar o tempo.
- f) O tempo limite para a realização da prova é de **20** minutos, não estando incluídas penalizações.
- g) O chefe de equipa no final da prova deve assinar as folhas das penalizações, caso sejam aplicadas.
- h) A não conclusão de alguma etapa ou o não cumprimento das regras mencionadas, exceto as mencionadas nas penalizações leva a desclassificação de equipa.

### **Nível 1 – Mangueiras e Túnel**

Equipamento: EPI + ARICA S/ PEÇA FACIAL

- Corrida com dois lanços de 70mm enrolados em S
- Colocar no local assinalado
- Passagem em túnel
- Corrida com linha de 45mm em carga e atingir o alvo
- Colocar a agulheta no local assinalado
- Passa testemunho

### **Penalizações**

Não colocar os lanços no local assinalado (+5 seg.);

O transporte da agulheta acoplada à mangueira em carga, deve ser puxado ao ombro, a não execução em conformidade, será penalizado (+5 seg.);

A não execução da tarefa, é penalizado em 4 minutos.



## **Nível 2 – Percurso de obstáculos e manequim**

Equipamento: EPI + ARICA S/ PEÇA FACIAL

- Transportar dois kettlebells de 25Kg ao longo de 10m com pista de obstáculos
- Colocar no local assinalado os kettlebells
- Deslocar o pneu ao longo de 30m
- Transportar manequim de 70kg numa distância de 40m, abraçando-o pelas axilas
- Colocar no local assinalado
- Passar testemunho

### **Penalizações**

Não colocar os kettlebells no local assinalado (+15 seg.)

O pneu deve transpor na sua totalidade a marca assinalada, o não cumprimento do mesmo (+10 seg.)

O não transporte em conformidade do manequim (+10 seg. )

A não execução da tarefa, é penalizado em 4 minutos.

## **Nível 3 – Mofil, Paliçada e escada vertical**

Equipamento: EPI + ARICA S/ PEÇA FACIAL

- Fazer deslizar uma viga e ferro de 70Kg, na guia de inox com os dois pés sobre a plataforma com recurso a uma marreta de 5Kg
- Colocar marreta no local assinalado
- Retirar o ARICA e colocá-lo no local assinalado
- Transpor paliçada de 3m com recurso a um cabo instalado na mesma
- Subir até ao patamar assinalado numa escada de lanços
- Passar testemunho



## Penalizações

O bloco de 70kg deve transpor na sua totalidade a marca assinalada, o não cumprimento do mesmo (+10 seg.)

Não colocar a marreta no local assinalado (+5 seg. )

Não colocar o ARICA no local assinalado (+5 seg.)

A não execução da tarefa, é penalizado em 4 minutos.

## **Nível 4 – Fórum municipal**

Equipamento: EPI + ARNÉS SGA

- Fazer ascensão da fachada da câmara (25 metros)
- Lçar um lanço de 70mm
- Colocar o lanço de mangueira no local assinalado
- Descer edifício pelo seu interior

## Penalizações

A não execução do nível 4, é penalizado em 10 minutos.

*Fim da prova*

## **Razões que levam à desclassificação**

- a) Abandono da prova
- b) Comportamento antidesportivo
- c) Obstrução de outro atleta
- d) Uso de equipamento não apropriado
- e) Desrespeito das instruções dos júris



## **Classificações**

- a) A atribuição da classificação geral dos CB por equipas resulta do menor tempo possível cronometrado até ao toque no botão na meta.

## **Observações**

- a) Os concorrentes só poderiam participar responsabilizando-se pela sua rebustez física
- b) Os Bombeiros devem apresentar uma declaração com a autorização do Comandante da respetiva Corporação de Bombeiros
- c) Observações: A inscrição só sera validada após verificação do pagamento.

