



XX DUATLO DAS LEZÍRIAS - José Luís Matos

Sáb. 6 de Fevereiro de 2016 – Campeonato Nacional Jovem e Prova Aberta

Dom. 7 de Fevereiro de 2016 – Taça de Portugal PORTerra

REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

O XX DUATLO DAS LEZÍRIAS é uma organização da Câmara Municipal de Vila Franca de Xira, em parceria com o Alhandra S. C. e tem o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal.

São provas em BTT, pontuáveis para o Campeonato Nacional Jovem e Taça de Portugal PORTerra, havendo ainda uma Prova Aberta.

2. LOCAL e PROGRAMA-HORÁRIO

As provas decorrerão no Cais do Cabo, em Vila Franca de Xira.

As coordenadas GPS do local são: **N 38° 57'10 / W 8° 58'40**

Sábado:

Campeonato Nacional Jovem e Prova Aberta

12h00 às 13h40: Secretariado para a prova do Campeonato Nacional Jovem e para a Prova Aberta

12h10 às 13h40: Verificação técnica de material e colocação do mesmo no Parque de Transição (PT) para ambas as provas

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

14h00: Início da prova do Campeonato Nacional Jovem

Dependendo das condições no dia da prova, haverá provas separadas por géneros nos escalões de benjamins e de infantis e provas desfasadas por géneros no caso dos escalões de iniciados e de juvenis.

16h00: Início da prova do Campeonato Nacional Jovem de Juvenis

16h04: Início da Prova Aberta

No final da prova, após a chegada do último atleta do segmento de BTT, da última prova, os atletas poderão levantar o seu material do PT, exibindo o seu dorsal à entrada do PT.

O tempo limite para efectuar o respectivo levantamento será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova.

16h30 às 18h00: Secretariado para prova da Taça de Portugal PORTerra (a realizar no Domingo)

17h00: Entrega de prémios

Domingo:

Taça de Portugal PORTerra

09h00 às 10h10: Secretariado para atletas da prova da Taça de Portugal PORTerra

09h10 às 10h10: Verificação técnica do material e colocação do mesmo no PT atletas da prova da Taça de Portugal PORTerra

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

10h30: Início da prova da Taça de Portugal PORTerra

No final da prova, após a chegada do último atleta do segmento de BTT, da última prova, os atletas poderão levantar o seu material do PT, exibindo o seu dorsal à entrada do PT.

O tempo limite para efectuar o respectivo levantamento será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova.

12h45: Entrega de prémios

3. DISTÂNCIAS e ESCALÕES ETÁRIOS

Duatlo (Campeonato Nacional Jovem)

| | |
|---|--|
| Benjamins (nascidos entre 2007 e 2009) | 400 m / 1 000 m / 200 m (1 Volta / 1 Volta/ 1 Volta) |
| Infantis (nascidos em 2005 e 2006) | 800 m / 2 000 m / 400 m (1 Volta / 1 Volta/ 1 Volta) |
| Iniciados (nascidos em 2003 e 2004) | 1 000 m / 4 000 m / 500 m (1 Volta/ 1 Volta/ 1 Volta) |
| Juvenis (nascidos em 2001 e 2002) | 2 000 m / 8 700 m / 1 000 m (1 Volta/ 1 Volta/ 1 Volta) |

Estes Escalões aplicam-se tanto em Masculinos como em Femininos.

Duatlo (Prova Aberta)

| | |
|---|--|
| Juvenis (nascidos em 2001 e 2002) | 1ª Corrida - 2000 m (1 Volta) BTT - 8 700 m (1 Volta) 2ª Corrida - 1000 m (1 Volta) |
| Cadetes (nascidos em 1999 e 2000) | |
| Juniões (nascidos em 1997 e 1998) | |
| Sub 23 (nascidos entre 1993 e 1996) | |
| Seniores (nascidos entre 1977 e 1992) | |
| Veteranos I (nascidos entre 1972 e 1976) | |
| Veteranos II (nascidos entre 1967 e 1971) | |
| Veteranos III (nascidos entre 1962 e 1966) | |
| Veteranos IV (nascidos entre 1957 e 1961) | |
| Veteranos V (nascidos em 1956 e anos anteriores) | |

Estes Escalões aplicam-se tanto em Masculinos como em Femininos.

Duatlo (Taça de Portugal PORTerra)

| | |
|---|--|
| Cadetes (nascidos em 1999 e 2000) | 1ª Corrida – 6 000 m (1 Volta) BTT – 29 000m (2 Voltas) 2ª Corrida – 3 000m (1 Volta) |
| Juniões (nascidos em 1997 e 1998) | |
| Sub 23 (nascidos entre 1993 e 1996) | |
| Seniores (nascidos entre 1977 e 1992) | |
| Veteranos I (nascidos entre 1972 e 1976) | |
| Veteranos II (nascidos entre 1967 e 1971) | |
| Veteranos III (nascidos entre 1962 e 1966) | |
| Veteranos IV (nascidos entre 1957 e 1961) | |
| Veteranos V (nascidos em 1956 e anos anteriores) | |

Estes Escalões aplicam-se tanto em Masculinos como em Femininos.

4. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS**Duatlo (Jovens)**

1ª e 2ª Corridas – em terra batida, em trajecto de ida e volta.

BTT - em terra batida, em trajecto de ida e volta.

Duatlo (Prova Aberta)

1ª Corrida: 2 Km em trajecto de ida e volta (1 volta).

Cais do Cabo, Lezíria (retorno aos 1,25 km), Lezíria, Cais do Cabo (Parque de Transição)

BTT: 8,7 Km em circuito (1 volta).

Cais do Cabo, Lezíria, valado, Cais do Cabo (P.T.)

2ª Corrida: 1 km em trajecto de ida e volta (1 volta), no mesmo sentido da 1ª Corrida.

Duatlo (Taça de Portugal PORTerra)

1ª Corrida: 6 Km em trajecto de ida e volta (1 volta).

Cais do Cabo, Lezíria (retorno aos 1,25 km), Lezíria, Cais do Cabo (Parque de Transição)

BTT: 29 Km em circuito (2 voltas).

Cais do Cabo, Lezíria, valado, Cais do Cabo (P.T.)

2ª Corrida: 3 km em trajecto de ida e volta (1 volta), no mesmo percurso da 1ª Corrida.

5. LOCAIS DE ABASTECIMENTO – DEPENDENDO DAS CONDIÇÕES NO DIA DA PROVA, É PERMITIDO ABASTECIMENTO PRÓPRIO DESDE QUE JUNTO À ZONA DE ABASTECIMENTO**Duatlo (Jovens)**

JUVENIS – no início da 2ª corrida e no final da prova.

RESTANTES ESCALÕES - no final da prova.

Duatlo (Prova Aberta e Taça de Portugal PORTerra)

No início da 2ª corrida e no final da prova.

6. REGRAS - Responsabilidade Geral:

- São adoptadas as regras em vigor no Regulamento Técnico da Federação de Triatlo de Portugal, sendo da responsabilidade dos atletas conhecer e respeitar o mesmo, bem como cumprir as instruções dos juizes e responsáveis da prova.
- A participação na prova, tem que estar obrigatoriamente coberta pelo Seguro Desportivo previsto na Lei (Acidentes Pessoais).
- Em caso de falta de qualquer um dos elementos identificadores (dorsal, número de bicicleta ou chip), os atletas podem competir mediante o pagamento de uma taxa de 5€ não reembolsável.

BTT

- É permitido andar na roda.
- É permitida a utilização de roda 29.

- É obrigatório o uso de capacete rígido afivelado em toda a extensão do percurso, até à colocação da bicicleta no suporte.
- É obrigatório o uso de dorsal colocado nas costas e em local bem visível.
- Cada concorrente é o responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respectivo percurso, previamente anunciado.
- Cada concorrente é responsável pela sua bicicleta, não sendo possível receber qualquer tipo de ajuda exterior para a sua reparação.
- Os atletas obrigam-se a respeitar as regras de trânsito e as indicações dadas pelos agentes de segurança.

Corrida

- É obrigatório o uso de Peitoral, colocado em zona frontal, bem visível.
- Cada concorrente é o responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respectivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas.
- É proibido o acompanhamento dos atletas por parte de qualquer outra pessoa que não esteja em competição e por parte de qualquer veículo autorizado ou não pela organização.
- Ver regulamentos em vigor:
<http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/a-federacao/estatutos/>

7. CLASSIFICAÇÕES

Duatlo (Campeonato Nacional Jovem)

- Classificação por escalões etários / sexo.
- Classificação por equipas (soma dos pontos de todos os elementos da equipa)

Duatlo (Prova Aberta e Taça de Portugal PORTerra)

- Classificação Geral Absoluta.
- Classificação por escalões etários / sexo.
- Classificação por equipas (soma dos 3 melhores tempos)
- Classificação por estafetas (Taça de Portugal PORTerra)

8. ESTAFETAS

- Serão compostas por grupos de 2 ou 3 participantes não licenciados na FTP, os quais darão cumprimento aos 3 segmentos da **PROVA TAÇA DE PORTUGAL PORTERRA** no formato de Estafeta.
- Todos os atletas que participam nas estafetas terão de respeitar a zona de transmissão dos testemunhos sob pena de desqualificação

9. PROTESTOS

- Podem ser efectuados por todos os agentes desportivos directamente envolvidos
- São presentes ao Juiz Principal até 15 minutos após a publicação dos Resultados Oficiais Provisórios.
- Os protestos são efectuados por escrito e entregues, acompanhados de uma taxa de 25 €, ao Juiz Principal, ou ao Delegado Técnico à prova, que o receberá anotando-lhe a hora de recepção.
- A taxa será sempre devolvida se o protesto for decidido favoravelmente.

10. PRÉMIOS

- Serão atribuídos prémios pecuniários na prova de Taça de Portugal de acordo com a tabela em anexo.
- Troféus individuais e colectivos para os primeiros classificados.
- Na atribuição dos prémios é obrigatória a presença dos atletas.
- Lembranças alusivas à prova para todos os participantes.

11. INSCRIÇÕES

Duatlo Jovem

Inscrição gratuita

Seguro: 2,5€ (só para os atletas não federados)

Prazo de inscrição: até às 24h00 de segunda-feira, dia 1 de Fevereiro

Forma de inscrição recomendada:

- Via internet, no sítio da FTP, em <http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/aplicacao-de-gestao-ftp/>

Outras formas de inscrição:

- E-mail, fax, carta, por preenchimento e envio do formulário próprio anexo ao regulamento da prova

Inscrição no dia da prova:

- Os atletas que não cumpram o prazo de inscrição, podem inscrever-se no dia e local da prova, no Secretariado, mediante o pagamento de um valor de 5€

Aluguer de Chips:

- Os atletas que não tenham chip próprio terão de alugar chip no secretariado, pelo valor de 2,5€, sendo ainda necessária a apresentação de uma caução de 20€, a ser devolvida no final da prova, contra entrega do respectivo chip no secretariado

Prova Aberta

Prazo de inscrição:

- Até às 24h00 de segunda-feira, dia 1 de Fevereiro.

Prazo de pagamento:

- Até às 24h00 de quarta-feira, dia 3 de Fevereiro.

Inscrição no dia da prova:

- Os atletas que não cumpram o prazo de inscrição, podem inscrever-se no dia e local da prova, no Secretariado, mediante o pagamento de um valor de 10€, que acresce ao valor da inscrição

Forma de inscrição recomendada:

- Via internet, no sítio da FTP, em <http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/aplicacao-de-gestao-ftp/>

Outras formas de inscrição:

- E-mail, fax, carta, por preenchimento e envio do formulário próprio anexo ao regulamento da prova

Formas de pagamento recomendada:

- Referência MB disponibilizada aquando da inscrição no sítio da FTP na internet

Outras formas de pagamento:

- Cheque (Endossado a Federação de Triatlo de Portugal)
- Numerário
- Transferência Bancária (NIB – 0035 0277 0001 2426 730 59)

Validação da inscrição:

- As inscrições só serão consideradas válidas após pagamento da mesma.
- O comprovativo poderá ser enviado via e-mail (inscricoes@federacao-triatlo.pt) ou via fax (214 464 822), devendo indicar sempre o nome do atleta e a prova a que se refere.

Valores de inscrição:

- Atletas Masculinos e Femininos licenciados na FTP – 10 €;
- Atletas Masculinos e Femininos não licenciados na FTP – 15 € (inclui seguro de prova e aluguer de prova).

Atenção:

- Os pagamentos efectuados por outras formas que não a recomendada, têm um acréscimo de 1€
- **A referência multibanco para efectuar o pagamento tem uma validade de 72 horas**

Aluguer de Chips:

- Os atletas que não tenham chip próprio terão de alugar chip no secretariado, pelo valor de 2,5€, sendo ainda necessária a apresentação de uma caução de 20€, a ser devolvida no final da prova, contra entrega do respectivo chip no secretariado

Taca de Portugal PORTerra**Prazo de inscrição:**

- Até às 24h00 de segunda-feira, dia 1 de Fevereiro.

Prazo de pagamento:

- Até às 24h00 de quarta-feira, dia 3 de Fevereiro.

Inscrição no dia da prova:

- Os atletas que não cumpram o prazo de inscrição, podem inscrever-se no dia e local da prova, no Secretariado, mediante o pagamento de um valor de 10€, que acresce ao valor da inscrição

Forma de inscrição recomendada:

- Via internet, no sítio da FTP, em <http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/aplicacao-de-gestao-ftp/>

Outras formas de inscrição:

- E-mail, fax, carta, por preenchimento e envio do formulário próprio anexo ao regulamento da prova

Formas de pagamento recomendada:

- Referência MB disponibilizada aquando da inscrição no sítio da FTP na internet

Outras formas de pagamento:

- Cheque (Endossado a Federação de Triatlo de Portugal)
- Numerário
- Transferência Bancária (NIB – 0035 0277 0001 2426 730 59)

Validação da inscrição:

- As inscrições só serão consideradas válidas após pagamento da mesma.
- O comprovativo poderá ser enviado via e-mail (inscricoes@federacao-triatlo.pt) ou via fax (214 464 822), devendo indicar sempre o nome do atleta e a prova a que se refere.

Valores de inscrição:

- Atletas Masculinos e Femininos licenciados na FTP – 15 €;
- Atletas Masculinos e Femininos não licenciados na FTP – 20 € (inclui seguro de prova);
- Equipas de estafeta (não licenciados) – 25€ por equipa

Atenção:

- Os pagamentos efectuados por outras formas que não a recomendada, têm um acréscimo de 1€
- **A referência multibanco para efectuar o pagamento tem uma validade de 72 horas**

Aluguer de Chips:

- Os atletas que não tenham chip próprio terão de alugar chip no secretariado, pelo valor de 2,5€, sendo ainda necessária a apresentação de uma caução de 20€, a ser devolvida no final da prova, contra entrega do respectivo chip no secretariado

12. CASOS OMISSOS

Os casos omissos à Regulamentação da F.T.P. serão resolvidos pelo Delegado Técnico.

13. Outras informações:

- Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificado quem não cumpra a totalidade do percurso;
- Da aptidão física dos atletas serão responsáveis os clubes, as entidades que os inscrevem ou o próprio atleta, não cabendo à Organização responsabilidades por quaisquer acidentes que se venham a verificar antes, durante e depois da prova, sendo, tomadas providências para uma assistência eficaz durante o desenrolar da mesma;
- O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo do percurso;
- No final da prova, os atletas poderão tomar banho nos balneários das Piscinas Municipais de Vila Franca de Xira.

PRÉMIOS

Lista de prémios monetários

| Taça de Portugal PORterra - Duatlo | | |
|------------------------------------|-----------------|-----------|
| Prémios Pecuniários Individuais | | |
| | Masculinos | Femininos |
| 1º | 90,00 € | 90,00 € |
| 2º | 70,00 € | 70,00 € |
| 3º | 55,00 € | 55,00 € |
| 4º | 45,00 € | 45,00 € |
| 5º | 37,00 € | 37,00 € |
| 6º | 30,00 € | |
| 7º | 25,00 € | |
| 8º | 21,00 € | |
| 9º | 18,00 € | |
| 10º | 15,00 € | |
| TOTAL | 703,00 € | |

TROFÉUS

Campeonato Nacional Jovem

| ESCALÕES | MASCULINOS | FEMININOS |
|-----------------|---------------------|------------------|
| Benjamins | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Infantis | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Iniciados | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Juvenis | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Equipas | 1ª, 2ª, 3ª, 4ª e 5ª | |

Prova Aberta

| ESCALÕES | MASCULINOS | FEMININOS |
|---------------------|-------------------|------------------|
| Absolutos | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Equipas | 1ª | 1ª |
| Equipas de Estafeta | 1ª | 1ª |

Taça de Portugal PORterra

| ESCALÕES | MASCULINOS | FEMININOS |
|-----------------|----------------------|----------------------|
| Absolutos | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Cadetes | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Juniores | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Sub-23 | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Seniores | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Veteranos | 1º, 2º e 3º Vet. I | 1ª, 2ª e 3ª Vet. I |
| | 1º, 2º e 3º Vet. II | 1ª, 2ª e 3ª Vet. II |
| | 1º, 2º e 3º Vet. III | 1ª, 2ª e 3ª Vet. III |
| | 1º, 2º e 3º Vet. IV | |
| | 1º, 2º e 3º Vet. V | |
| Equipas | 1ª, 2ª e 3ª | 1ª, 2ª e 3ª |
| Estafetas | 1ª | |