



I TRIATLO LONGO DE VILAMOURA

28 de NOVEMBRO DE 2015

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL DE TRIATLO LONGO

REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

O I Triatlo Longo de Vilamoura é uma organização conjunta da Câmara Municipal de Loulé e da Federação de Triatlo de Portugal. Nesta prova será disputado o Campeonato Nacional Individual de Triatlo Longo.

2. LOCAL e PROGRAMA-HORÁRIO

As provas terão lugar em Vilamoura, com natação na praia, Ciclismo no interior do concelho e corrida ao longo da costa, entre Vilamoura e Quarteira

As coordenadas GPS do local são: **N 37° 04'19 W 8° 07'00**

Horários:

Sexta:

16:30 às 23:00 – Expo

17:00 às 22:00 – Secretariado

20:30 – Corrida às sextas-feiras

Sábado:

9:00 às 22:00 – Expo

9:00 às 12:00 – Secretariado

10:00 às 12:00 – Treino de natação

15:00 às 22:00 – Secretariado

18:30 às 19:30 – Briefing, no Hotel Tivoli

20:00 – Pasta Party, no Hotel Tivoli

Domingo:

06:00 às 7:40 – Verificação técnica de material e colocação do mesmo no Parque de Transição (PT)

7:45 – Hora limite de permanência de atletas no PT

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

8:00 – Início da prova

9:00 – Cut-Off natação

10:00 – Início da Meia Maratona de Vilamora e prova de 10km

12:30 – Cut-off do ciclismo

13:00 – Entrega de prémios aos absolutos

16:30 – Entrega de prémios escalões e lanche convívio

No final da prova, após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo, os atletas poderão levantar o seu material do Parque de Transição, exibindo o seu dorsal à entrada do mesmo.

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

3. ESCALÕES ETÁRIOS e DISTÂNCIAS

Prova do Campeonato Nacional Individual de Triatlo Longo

| | |
|---|--------------------------------------|
| Sub 23 (nascidos entre 1992 e 1995) | Natação - 1900 m (em linha) |
| Seniores (nascidos entre 1976 e 1991) | |
| Veteranos I (nascidos entre 1972 e 1975) | |
| Veteranos II (nascidos entre 1966 e 1970) | Ciclismo - 91500 m (2 voltas) |
| Veteranos III (nascidos entre 1961 e 1965) | |
| Veteranos IV (nascidos entre 1956 e 1960) | Corrida - 21100m (1 volta) |
| Veteranos V (nascidos em 1955 e anos anteriores) | |

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

4. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

Natação

Percurso triangular de 2 voltas, com saída da água entre voltas, realizado na praia de Vilamoura.

Ciclismo

O percurso apresenta um troço de ligação a fazer no início e no final do percurso (com 18,5km) e é ainda constituído por 2 voltas de 27,25km, o que perfaz um total de 91,5km. O troço de ligação tem pouca altimetria e faz a ligação da Praia à zona interior do município, atravessando zonas com algum trânsito e urbanizadas. As voltas são realizadas na zona da Serra do Caldeirão e, portanto, com desníveis mais significativos.

O trânsito apresenta-se condicionado e não encerrado, pelo que os atletas terão de circular sempre cumprindo as regras de trânsito e tendo especial atenção nos cruzamentos e curvas sem visibilidade.

Corrida

Percurso de ida e volta, ao longo da costa. Essencialmente plano, em terreno misto de asfalto e calçada.

5. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

Ciclismo – de 20 em 20 km, aproximadamente (no final do troço de ligação e no final de cada volta), perfazendo um total de 3 abastecimentos.

Corrida – de 2,5 em 2,5 km, havendo um abastecimento em cada extremo do percurso

Meta

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 árbitros 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.

Natação

- Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respectivo percurso e nº de voltas, previamente anunciados.
- Todos os meios de propulsão ou aspiração artificiais estão interditos.
- Os atletas terão, obrigatoriamente, de utilizar touca, no percurso de natação, até ao Parque de Transição.
- O uso de fato isotérmico será permitido, caso a temperatura da água seja inferior a 22º.

Ciclismo

- Não é permitido "andar na roda". A zona de vácuo considerada, onde o atleta que segue atrás não pode permanecer, é constituída por um rectângulo de 12 metros de comprimento por 3 de largura. Em caso de ultrapassagem, o atleta poderá entrar na zona de vácuo do adversário que segue à sua frente. Porém, terá um máximo de 20 segundos para atravessar essa zona - ponto 1 do artigo 37º do Regulamento Técnico;
- É interdito "seguir na roda" ou "aproveitar o vácuo" de quaisquer veículos, da organização ou outros. A separação mínima bicicleta/veículo será a de um rectângulo com 35 X 5 metros, contados a partir da traseira do veículo.
- 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 responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respectivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas.
- 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 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 em <http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/a-federacao/estatutos/>

7. ESTAFETAS

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

8. CLASSIFICAÇÕES

Campeonato Nacional Individual de Triatlo Longo

- Classificação Geral Absoluta Masc e Fem
- Classificação por escalões e por género
- Classificação por equipas de estafeta

9. PROTESTOS

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

10. PRÉMIOS

- Troféus Individuais e estafetas de acordo com as tabelas em anexo;
- Lembrança de participação para todos os atletas;
- Na atribuição dos prémios é obrigatória a presença dos atletas;
- Horário de entrega dos Prémios:
 - 20 minutos após a chegada do 1º atleta

11. INSCRIÇÕES

Campeonato Nacional Individual de Triatlo Longo

Prazo de inscrição:

- Até às 24h00 de segunda-feira, dia 23 de Novembro.

Prazo de Pagamento:

- Até às 24h00 de quarta-feira, dia 25 de Novembro.

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, sendo que o valor da inscrição tem um agravamento de 100% face ao valor original.

Forma de inscrição recomendada:

- Via internet, no sítio da FTP, em <http://www.federacao-triatlo.pt/gestao/pub/login.php>

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 de pagamento 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 - 70 €;
- Atletas Masculinos e Femininos não licenciados na FTP – 90 € (inclui seguro de prova e aluguer de chip);
- Equipas de estafeta (não licenciados) – 125€ por equipa (inclui seguro de prova e aluguer de chip)

Aluguer de Chips:

- Os atletas que não tenham chip próprio terão de alugar chip no secretariado, pelo valor de 2,5€ (os Não Federados já têm o valor incluído no preço de inscrição), sendo ainda necessária a apresentação de uma caução de 20€, a ser devolvida no final da prova, contra entrega do respectivo chip no secretariado

Atenção:

Os pagamentos efectuados por outras formas que não a recomendada, têm um acréscimo de 1 € por atleta

A referência multibanco para efectuar o pagamento tem uma validade de 72 horas

12. CASOS OMISSOS

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

13. OUTRAS INDICAÇÕES

- 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 na Piscina Municipal de Quarteira;
- A entrega de prémios terá lugar junto à meta, após a chegada do último atleta;

PRÉMIOS

Lista de prémios monetários Triatlo Longo

| Campeonato Nacional de Triatlo Longo - Individual | | |
|---|-------------------|-----------|
| Prémios Pecuniários Individuais | | |
| | Masculinos | Femininos |
| 1º | 420,00 € | 420,00 € |
| 2º | 320,00 € | 320,00 € |
| 3º | 240,00 € | 240,00 € |
| 4º | 190,00 € | 190,00 € |
| 5º | 150,00 € | 150,00 € |
| 6º | 130,00 € | |
| 7º | 110,00 € | |
| 8º | 100,00 € | |
| 9º | 90,00 € | |
| 10º | 80,00 € | |
| TOTAL | 3 150,00 € | |

Lista de troféus e medalhas Campeonato Nacional Individual

| Escalões | Masculinos | Femininos |
|---|-------------|-------------|
| Absoluto | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Sub 23 (nascidos entre 1992 e 1995) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Seniores (nascidos entre 1976 e 1991) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Veteranos I (nascidos entre 1972 e 1975) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Veteranos II (nascidos entre 1966 e 1970) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Veteranos III (nascidos entre 1961 e 1965) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Veteranos IV (nascidos entre 1956 e 1960) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Veteranos V (nascidos em 1955 e anos anteriores) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Estafetas | 1ª, 2ª e 3ª | |