***Clube Desportivo dos Bombeiros da Ribeira Grande***

***II TRIATLO VIRIATO MADEIRA***

***Prova do Campeonato Regional Açores***

1. **Organização/Enquadramento**

O Triatlo Viriato Madeira é uma organização do C.D.B.R.G. (Clube Desportivo dos Bombeiros da Ribeira Grande), com o apoio da F.T.P. (Federação de Triatlo Portugal), da AHBVRG (Associação Humanitária Bombeiros Voluntários Ribeira Grande), C.M.R.G. (Câmara Municipal da Ribeira Grande) e da Policia de Segurança Publica da Ribeira Grande.

Este evento conta com a participação de todos os cidadãos do género masculino e feminino, interessados em experimentar a modalidade na sua vertente individual ou de estafetas (por equipas de dois ou três participantes).

A organização do evento subdivide-se em três categorias, categoria Infantil (8 as 15 Anos); categoria Feminina (15 aos 70 Anos); e a categoria Masculina (15 aos 75 Anos). Existindo a possibilidade de participar atletas federados pela F.T.P. visto que se trada de uma prova amolgada pela própria instituição.

Este evento tem como objetivo incutir na comunidade o prazer pela atividade física, estilo de vida saudável, combatendo o sedentarismo e despertar o interesse pela modalidade com a realização de uma prova de natação, ciclismo e atletismo.

1. **Local/ Horário/Programa**

**Local:** Ribeira Grande

**Horário (início): 10h00**

***Sexta-Feira (dia 10 de junho de 2016)***:

**08h45 às 09h15** - Concentração dos participantes e respetivo material (todos os atletas devem apresentar-se devidamente equipados);

**09h15 às 09h45** - Organização técnica (secretariado – entrega dos dorsais) e transporte do material de acordo com o circuito;

**10h00** - Inicio do evento Triatlo Ribeira-Grandense;

**a)** Início da prova de Natação (águas abertas) no Areal de Santa Barbara;

**b)** Chegada ao parque de estacionamento Areal de Santa Barbara Início da prova de Ciclismo iniciar prova de Ciclismo terminando no edifício C.P.V.M.;

**c)** Chegada ao C.P.V.M inicio prova de Atletismo terminando no edifício C.P.V.M..

**12h15** - Hora limite para concluir a prova de triatlo;

**12h30** – Entrega de Prémios.

Será da responsabilidade dos participantes o transporte e levantamento do material necessário para a participação no evento, apresentando o dorsal.

1. **Escalões Etário/Distâncias**

O Triatlo Ribeira-Grandense é um evento aberto a toda a comunidade não havendo grandes restrições ao nível de faixas etárias. As equipas são constituídas por um número mínimo de 1 e máximo de 3 participantes. Uma vez que se trata de provas de estafeta individual (Natação, Ciclismo e Atletismo) ou seja, de acordo com as características da equipa, cabe a cada uma delas organizar-se internamente informando o secretariado quais os participantes e as respetivas provas a realizar.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Categorias** | **Idades** | **Distâncias** |
| **Categoria Infantil** | **Mínimo: 8 Anos**  **Máximo: 15 Anos** | **Natação – 150 m**  **Ciclismo – 1,7 Km**  **Atletismo – 1,5 Km** |
| **Categoria Feminina** | **Mínimo: 16 Anos**  **Máximo: 70 Anos** | **Natação – 400 m**  **Ciclismo – 13 Km**  **Atletismo – 5,7 Km** |
| **Categoria Masculina** | **Mínimo: 16 Anos**  **Máximo: 75 Anos** | **Natação – 800 m**  **Ciclismo – 25 Km**  **Atletismo – 11,4 Km** |

**Estas idades e distâncias aplicam-se para o género Masculino e Feminino.**

**Poderemos abrir exceções com a participação de equipas mistas, no qual cada um dos elementos realizará as respetivas provas tendo em conta o género e as distâncias das categorias descritas em cima.**

1. **Descrições dos percursos/provas**
   1. **Natação:** A prova de Natação (Águas Abertas) será realizada no Areal de Santa Barbara.

* 1. **Ciclismo:** Percurso circular, inicio no parque de estacionamento do Areal de Santa Barbara percorrendo as ruas, terminando no parque de estacionamento do C.P.V.M.
  2. **Atletismo:** Percurso circular, Inicio no parque de estacionamento do C.P.V.M., percorrendo as ruas, terminando no Parque de estacionamento do C.P.V.M.

1. **Locais de Abastecimento/Primeiros Socorros**

**Natação:** Inicio da prova, durante e final.

**Ciclismo**: Inicio da Prova, a meio, e final.

**Atletismo:** Inicio da Prova, a meio e final.

1. **Regras/Responsabilidade Geral**
2. São adotadas regras no qual será da responsabilidade dos atletas conhecerem, respeitarem e cumprirem as instruções dos júris e responsáveis da prova, de forma a porém disfrutar de uma atividade de caracter social, lúdica e desportiva.
3. A Participação na Prova tem de estar obrigatoriamente coberta pelo Seguro Desportivo previsto na Lei (Acidentes Pessoais).
4. Os peitorais, dorsais e números nas bicicletas é da responsabilidade da entidade organizadora, a não ser seja avisado previamente no ato da inscrição qual o número do(s) participante(s).

**Natação**

1. Obrigatório o uso de touca, fato de banho ou sunga.
2. É proibido utilizar qualquer meio de propulsão ou aspiração artificial.
3. É proibido nadar de cubito dorsal (Costas), os restantes estilo de nado são permitidos.
4. É necessário haver respeito e desportivismo no caso de estarem participantes de equipas diferentes próximos de forma a evitar distúrbios ou “lesões”.
5. Cada um do(s) participante(s) é responsável pelo cumprimento das distancias previamente anunciadas.

**Ciclismo**

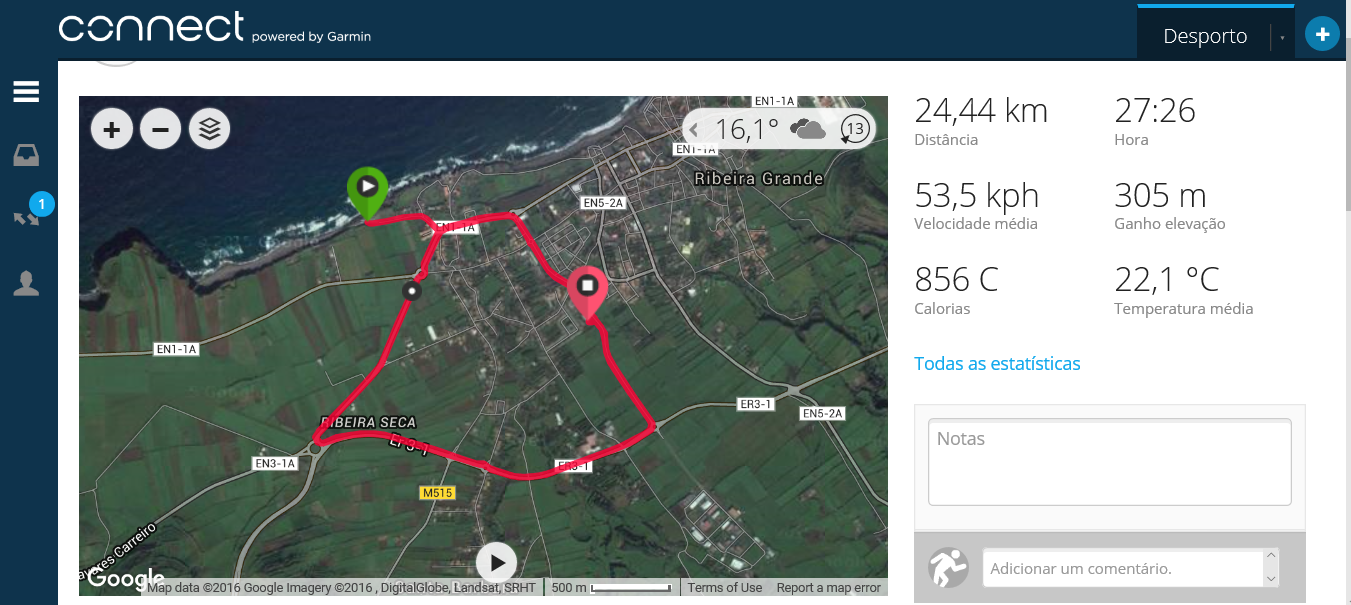
1. É obrigatório o uso de capacete rígido afivelado em toda a extensão do percurso, até colocar a bicicleta no suporte.
2. É obrigatório o uso do dorsal, bem visível e identificação na bicicleta.
3. Cada concorrente é responsável pelo conhecimento e cumprimento do percurso previamente anunciado.
4. Os atletas obrigam-se a respeitar as regras de trânsito e as indicações pelos agentes de segurança.
5. Durante a prova, cada participante é responsável pela sua bicicleta, não sendo possível receber qualquer tipo de ajuda exterior para sua reparação, exceto pelo veículo de assistência da organização.
6. Não é permitido estar muito próximo dos restantes participantes/“adversários” mais de 20 segundos, (zona de vácuo) de forma a evitar acidentes em cadeia.

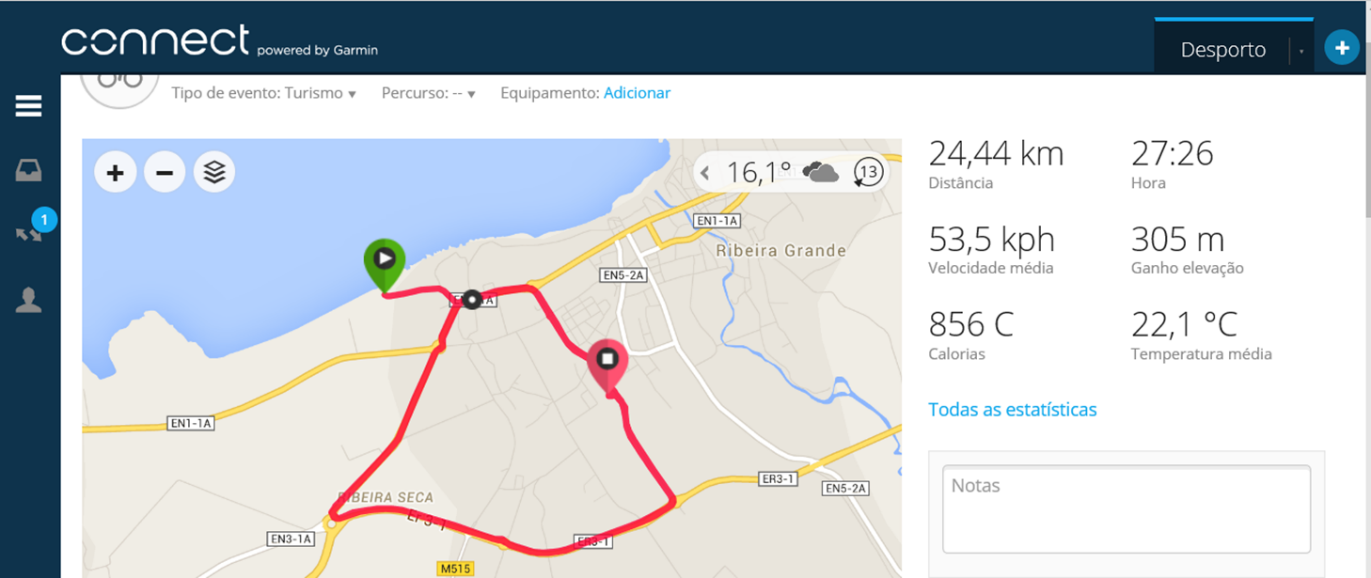
**Atletismo**

1. É obrigatório o uso de peitoral, bem visível;
2. Cada concorrente é responsável pelo conhecimento e cumprimento do percurso previamente anunciado.
3. É permitido o acompanhamento dos atletas por parte de qualquer outra pessoa que esteja ou não a competir desde que informe previamente a organização preferencialmente na folha de inscrição.
4. Não é permitido acompanhar os atletas através de um veículo não autorizado pela organização.
5. **Estafetas**
6. Serão compostas por equipas de 1, 2 ou 3 participantes, os quais darão continuidade apenas as provas (corrida/ciclismo/natação) inerentes ao evento;
7. Respeitar a zona e regras de transmissão (tocar na mão do colega).
8. **Segurança/organização do evento**

Caso a organização e os órgãos de segurança entenderem que as condições climáticas possam por em risco a segurança, integridade física e psicológica dos participantes, o evento poderá ser adiado (durante 1 hora no máximo e/ou dias), poderá surgir também a possibilidade de restruturação momentânea prevalecendo o bem-estar dos participantes de forma a desfrutem ao máximo através da sua participação.

1. **Mapa de Provas/percursos**





1. **Meta**

Ao concluir a ultima prova de Atletismo o participante terá que se dirigir á Meta para que o júri de chegada e o árbitro de prova registem e validem a ordem e tempo de chegada.

1. **Classificação/Prémios**

Taça - 1º Lugar Geral Absoluto Infantil, Feminino e Masculino

Taça - 2º Lugar Geral Absoluto Infantil, Feminino e Masculino

Taça - 3ºLugar Geral Absoluto Infantil, Feminino e Masculino

**Taça- 1º Lugar Individual Geral Absoluto Feminino e Masculino Federado**

**Taça- 1º Lugar Equipa Geral Absoluto Feminino e Masculino Federado**

Medalhas de participação para todos os participantes do evento.

1. **Inscrições**

**Prazo:** Até 20h00 de segunda-feira, dia 6 de Junho de 2016

**Inscrições no dia da prova:** Apenas se a organização assim, o entender, tendo em contas as condições reunidas para o bom funcionamento e segurança do evento/participantes.

**Formas de inscrição:** Receção do C.P.V.M. ou E-mail.

**Validação da inscrição:** As inscrições apenas serão válidas, após o correto preenchimento do formulário.