



XXXI TRIATLO DE OEIRAS
 Domingo, 27 de Maio de 2018
 Campeonato Nacional Individual de
 Triatlo
 Prova Aberta



REGULAMENTO

ORGANIZAÇÃO

- O XXXI Triatlo de Oeiras é uma organização da Câmara Municipal de Oeiras e da Federação de Triatlo de Portugal.
- É constituído pelo Campeonato Nacional Individual de Triatlo na distância Sprint para Atletas Elite e para Grupos de Idade e Paratriatlo e por duas Provas Abertas nas distâncias sprint e super sprint que irão decorrer no **dia 27 de Maio, Domingo**, de acordo com o seguinte programa horário:

| SÁBADO : 26 de Maio de 2018 | |
|------------------------------|---|
| 15H00 às 18h00 | Secretariado para ambas as provas |
| DOMINGO : 27 de Maio de 2018 | |
| 07h30 às 14h00 | Secretariado para ambas as provas |
| 07h40 às 08h40 | Check In Verificação técnica e colocação do material no Parque de Transição para as provas de Grupos de Idade Masculinos e Prova Aberta de distância Sprint - Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados |
| 08h45 | Hora limite de permanência de atletas no PT |
| 09h00 | Início do Campeonato Nacional Individual para GI Masculinos de 20/24 a 35/39 anos e de Paratriatlo |
| 09h05 | Início do Campeonato Nacional Individual para GI Masculinos ≥ de 40 anos |
| 09h10 | Início da Prova Aberta na Distância Sprint |
| 09h40 | CUT OFF natação à entrada do PT |
| 10h30 | CUT OFF ciclismo à entrada do PT |
| 10h30 | Check out |
| 11h00 | Entrega Prémios Provas CN Individual GI Masculinos e Prova Aberta Sprint |
| 11h00 às 11h40 | Check in Verificação técnica e colocação do material no Parque de Transição para as provas do Campeonato Nacional Individual Elites, Juniores e Cadetes Masculinos e Femininos e Grupos de Idade Femininos e Prova Aberta de distância Super Sprint - Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados |
| 11h45 | Hora limite de permanência de atletas no PT |
| 12h00 | Início do Campeonato Nacional Individual para Elites Masculinos |
| 12h10 | Início do Campeonato Nacional Individual para Elites Femininos |
| 12h15 | Início do Campeonato Nacional Individual para GI Femininos |
| 12h45 | CUT OFF natação à entrada do PT |
| 13h45 | CUT OFF ciclismo à entrada do PT |
| 13h30 | Entrega Prémios Provas do CN Individual Elites |
| 13h45 | Início da Prova Aberta Super Sprint |



| | |
|-------|---|
| 14h30 | Check Out – Recolha dos equipamentos e materiais do Parque de Transição - Os atletas poderão aceder e levantar o seu material do PT, exibindo o seu dorsal à entrada do parque de transição |
| 14h30 | Entrega de Prémios Prova Aberta Super Sprint |

- os horários poderão ser sujeitos a alterações

LOCAIS

3. O XXXI Triatlo de Oeiras irá decorrer entre a Praia da Torre e Algés, sendo os principais locais a identificar os seguintes:

| ÁREAS DE PROVA | LOCAL | Coordenadas GPS |
|--|------------------|-------------------------------|
| SECRETARIADO PARTIDA PARQUE DE TRANSIÇÃO META | Praia da Torre | N 38° 40' 36" W 9° 19' 22" |
| BALNEÁRIOS | Piscina Oceânica | N 38° 40' 36" W 9° 19' 10" |

*Haverá wc's disponíveis junto ao Parque de Transição

INSCRIÇÕES

4. A participação no XXXI Triatlo de Oeiras é aberta a todos os interessados, de acordo com os seguintes requisitos:

| Provas | Distância | Admissão |
|--------------------------------|--------------|---|
| Campeonato Nacional Individual | Sprint | Atletas federados nascidos até 2002 inclusivé |
| Prova Aberta | Sprint | Todos os atletas nascidos até 2002 inclusivé |
| Prova Aberta | Super Sprint | Todos os atletas nascidos até 2004 inclusivé |

5. As inscrições no XXXI Triatlo de Oeiras devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 21 de Maio (segunda-feira):

<http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/aplicacao-de-gestao-ftp/>

6. Os valores de inscrição são os constantes no quadro em baixo:

| PROVA | DISTÂNCIA | INDIVIDUAL* | | ESTAFETA** | | |
|--------------------------------|-----------------------|-------------|-----------|---------------|-------------|------|
| | | Ícone | Valor | Ícone | Valor | |
| Campeonato Nacional Individual | Sprint | 👤 | 20 € | | | |
| Prova Aberta | Sprint e Super Sprint | 👤 | Federados | Não Federados | 👤 👤 👤 | 20 € |
| | | | 10€ | 15 € | | |

*o valor de inscrição inclui o aluguer de dorsal e chip de prova e seguro de acidentes pessoais.

**o valor de inscrição é respeitante ao conjunto de elementos da equipa de estafeta: 2 ou 3 elementos; se forem de 3 elementos, cada um efetua um dos 3 segmentos da prova; se forem 2 elementos, um dos elementos efetua 2 segmentos.

7. Registos fora do prazo de inscrição (21 de Maio) serão aceites, mediante o pagamento adicional ao valor de inscrição, de acordo com o seguinte:

| PROVA | Valor adicional |
|---------------------|-----------------|
| Campeonato Nacional | + 20 € |
| Prova Aberta | + 10 € |

8. **O pagamento de registos de inscrição efetuados dentro do prazo (21 de Maio) poderá ser liquidado até às 23h59 do dia 23 de Maio (quarta-feira).** Após esta data os registos de inscrição serão considerados como fora do prazo de inscrição e sujeitos ao pagamento adicional ao valor de inscrição conforme o ponto 8 do presente Regulamento.
9. Serão aceites inscrições no dia e local da prova, no Secretariado, de acordo com o ponto 8 do presente Regulamento.
10. As formas de pagamento das inscrições no XXXI Triatlo de Oeiras são as seguintes:
- Referência Multibanco (com 72 horas de validade, após o registo de inscrição na prova pretendida no site da Federação de Triatlo de Portugal)
 - Transferência Multibanco (IBAN: PT50 0035 0277 0001 2426 730 59 – deverá enviar comprovativo de pagamento para inscricoes@federacao-triatlo.pt)
 - Numerário ou Cheque (endossado à Federação de Triatlo de Portugal), exclusivamente, para inscrições fora do prazo, no dia e local da prova, no Secretariado)
11. Para efeitos de participação, só serão consideradas as inscrições pagas.
12. A inscrição na prova contempla:
- Participação e classificação na prova inscrita
 - Touca para a natação
 - Aluguer de Dorsal e Chip de prova (a devolver no final da prova, após o *Check-Out*, no Secretariado – Atletas Não Federados)
 - Abastecimentos (sólidos e líquidos)
 - Seguro de acidentes pessoais
 - Lembrança do município
13. Qualquer dificuldade no processo de inscrição, deverá contactar a Federação de Triatlo de Portugal:
- E-mail: inscricoes@federacao-triatlo.pt
 - Telefone: 214 464 821

ALUGUER DE DORSAL E CHIP DE PROVA – CAUÇÃO

14. Os atletas não federados quando do levantamento do Kit de Atleta (touca, dorsal e chip de prova) no secretariado da prova, deverão apresentar uma caução de 20€, a ser devolvida no final da prova, após o *Check-Out*, mediante a devolução do respetivo dorsal e chip de prova, no Secretariado.

15. Os atletas federados que não tenham chip próprio no dia de prova terão de alugar chip no secretariado, pelo valor de 2,5€. Será ainda necessária a apresentação de uma caução de 20€, a ser devolvida no final da prova, após o *Check-Out*, mediante a devolução do respetivo chip, no Secretariado.

ESTAFETAS :

16. A participação na vertente estafetas é apenas exclusiva para atletas não federados.
17. Cada equipa deverá ser composta por 2 ou 3 elementos os quais se distribuirão para cumprir os 3 segmentos da prova, na sua totalidade, contando para a classificação aquele que concluir a prova.
18. Todos os atletas que participem na vertente estafetas devem respeitar a zona de transmissão de testemunho, indicada pela equipa de arbitragem, sob pena de desqualificação.

ESCALÕES ETÁRIOS E GRUPOS DE IDADE (DISTÂNCIAS)

19. A participação no XXXI Triatlo de Oeiras é efetuada com base nos escalões e grupos de idade definidos neste Regulamento, de acordo com o ano de nascimento dos atletas.

| Campeonato Nacional Distância Sprint | |
|--|----------------------------|
| CADETES (nascidos entre 2001 e 2002) | |
| JUNIORES (nascidos entre 1999 e 2000) | |
| ELITES (nascidos até 1998) | |
| GRUPO DE IDADE 20-24 (nascidos em 1994 e 1998) | |
| GRUPO DE IDADE 25-29 (nascidos em 1989 e 1993) | |
| GRUPO DE IDADE 30-34 (nascidos em 1984 e 1988) | Natação 750m (1 volta) |
| GRUPO DE IDADE 35-39 (nascidos em 1979 e 1983) | |
| GRUPO DE IDADE 40-44 (nascidos em 1974 e 1978) | Ciclismo 19.400m (1 volta) |
| GRUPO DE IDADE 45-49 (nascidos em 1969 e 1973) | |
| GRUPO DE IDADE 50-54 (nascidos em 1964 e 1968) | Corrida 5.000m (2 voltas) |
| GRUPO DE IDADE 55-59 (nascidos em 1959 e 1963) | |
| GRUPO DE IDADE 60-64 (nascidos em 1954 e 1958) | |
| GRUPO DE IDADE 65-69 (nascidos em 1949 e 1953) | |
| GRUPO DE IDADE 70-74 (nascidos em 1944 e 1948) | |
| GRUPO DE IDADE 75-79 (nascidos em 1939 e 1943) | |
| Paratriatletas | |

| Prova Aberta Sprint | | |
|-------------------------------------|----------|-------------------|
| Atletas nascidos até 2002 inclusive | Natação | 750m (1 volta) |
| | Ciclismo | 19.400m (1 volta) |

| | | |
|--|---------|-------------------|
| | Corrida | 5.000m (2 voltas) |
|--|---------|-------------------|

DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

20. A prova terá os seguintes percursos:

| Prova Aberta Super Sprint | | |
|-------------------------------------|----------|------------------|
| Atletas nascidos até 2004 inclusive | Natação | 300m (1 volta) |
| | Ciclismo | 9.400m (1 volta) |
| | Corrida | 2.000m (1 volta) |

| Prova Aberta Distância Super Sprint | |
|-------------------------------------|--|
| Segmento | Descrição |
| Natação | Praia da Torre - 1 volta |
| Ciclismo | Av. Marginal, com saída na Praia da Torre, retorno nos semáforos da curva dos Pinheiros em Paço de Arcos - 1 volta |
| Corrida | Av. Marginal. Saída da Zona de Transição, retorno junto ao forte de Sto Amaro do Areeiro e regresso - 1 volta |

| Campeonato Nacional Individual e Prova Aberta Distância Sprint | |
|--|---|
| Segmento | Descrição |
| Natação | Praia da Torre - 1 volta |
| Ciclismo | Av. Marginal, com saída na Praia da Torre, retorno nos semáforos de Algés e regresso ao PT - 1 volta |
| Corrida | Av. Marginal, com saída da Zona de Transição, retorno na praia de Sto Amaro de Oeiras e regresso - 2 voltas |

LOCAIS DE ABASTECIMENTO

21. O XXXI Triatlo de Oeiras irá contemplar abastecimentos nos seguintes locais:

| Provas | Distância | Abastecimentos |
|--------------|--------------|-------------------------------|
| Super Sprint | Super-Sprint | Início da corrida |
| | | Zona de recuperação |
| Sprint | Sprint | Início da corrida |
| | | Retorno da corrida |
| | | Início da 2ª volta de corrida |
| | | Zona de recuperação |

22. À exceção da Zona de Recuperação que irá contemplar abastecimentos líquidos e sólidos (águas, fruta, outros), nos restantes locais apenas serão distribuídas garrafas de água aos atletas.

REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

23. 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.
24. A participação na prova tem que estar obrigatoriamente coberta pelo seguro desportivo previsto na Lei (Acidentes Pessoais).
25. 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.

| Segmento | Regras |
|----------|--|
| 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 | - É permitido andar na roda para atletas com partida em simultâneo - 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/>

CLASSIFICAÇÕES

26. O XXXI Triatlo de Oeiras irá publicar as seguintes classificações:

| Prova | Classificações |
|------------------------------------|---|
| Prova Aberta Sprint e Super-Sprint | - classificação absoluta por género - classificação absoluta por clube - classificação absoluta por estafetas |
| Campeonato Nacional Individual | - classificação absoluta por género - classificação grupos de idade e género - classificação por categoria no Paratriatlo |

| | |
|--|---|
| | - classificação por clube e por género (soma dos 3 melhores tempos) |
|--|---|

PROTESTOS

27. Podem ser efetuados protestos por todos os agentes desportivos diretamente envolvidos
Devem ser presentes ao Árbitro Chefe de Equipa até 15 minutos após a publicação dos Resultados Oficiais Provisórios
Os protestos são efetuados 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 de recepção

A taxa será devolvida se o protesto for decidido favoravelmente

JURI DE APELO

28. Será constituído por três individualidades a anunciar no secretariado.

PRÉMIOS

29. Serão atribuídos **troféus individuais e coletivos** de acordo com os quadros abaixo, para cada uma das provas.

Prova Aberta Super-Sprint

| Absolutos | Masculinos | | | Femininos | | |
|-----------|------------|----|----|-----------|----|----|
| | 1º | 2º | 3º | 1ª | 2ª | 3ª |
| Equipas | 1ª | | | | | |
| Estafetas | 1ª | | | | | |

Prova Aberta Sprint

| Absolutos | Masculinos | | | Femininos | | |
|-----------|------------|----|----|-----------|----|----|
| | 1º | 2º | 3º | 1ª | 2ª | 3ª |
| Equipas | 1ª | | | | | |
| Estafetas | 1ª | | | | | |

Campeonato Nacional Elites

| Absolutos | Masculinos | | | Femininos | | |
|---------------------------------|-------------------|----|----|------------------|----|----|
| | 1º | 2º | 3º | 1ª | 2ª | 3ª |
| Escalões/Grupos de Idade | Masculinos | | | Femininos | | |
| Cadetes | 1º | 2º | 3º | 1ª | 2ª | 3ª |
| Juniores | 1º | 2º | 3º | 1ª | 2ª | 3ª |
| Elites | 1º | 2º | 3º | 1ª | 2ª | 3ª |

Campeonato Nacional Individual de Grupos de Idade

| Escalões/Grupos de Idade | Mascullinos | | | Femininos | | |
|---------------------------|-------------|----|----|-----------|----|----|
| Grupo de Idade 20-24 | 1º | 2º | 3º | 1ª | 2ª | 3ª |
| Grupo de Idade 25-29 | 1º | 2º | 3º | 1ª | 2ª | 3ª |
| Grupo de Idade 30-34 | 1º | 2º | 3º | 1ª | 2ª | 3ª |
| Grupo de Idade 35-39 | 1º | 2º | 3º | 1ª | 2ª | 3ª |
| Grupo de Idade 40-44 | 1º | 2º | 3º | 1ª | 2ª | 3ª |
| Grupo de Idade 45-49 | 1º | 2º | 3º | 1ª | 2ª | 3ª |
| Grupo de Idade 50-54 | 1º | 2º | 3º | 1ª | 2ª | 3ª |
| Grupo de Idade 55-59 | 1º | 2º | 3º | 1ª | 2ª | 3ª |
| Grupo de Idade 60-64 | 1º | 2º | 3º | 1ª | 2ª | 3ª |
| Grupo de Idade 65-69 | 1º | 2º | 3º | | | |
| Grupo de Idade 70-74 | 1º | 2º | 3º | | | |
| Grupo de Idade 75-79 | 1º | 2º | 3º | | | |
| Paratriatlo por categoria | 1º | 2º | 3º | | | |

30. Na atribuição dos prémios é obrigatória a presença dos atletas, equipas e clubes vencedores.
 31. Serão atribuídos **prémios pecuniários** de acordo com as seguintes tabelas:

Lista de Prémios Monetários

Prémios monetários (só para atletas Elites, Juniores e Cadetes):

| Campeonato Nacional de Triatlo (Individual) | | | | | | | | | | |
|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|---------|
| Prémios Pecuniários Individuais | | | | | | | | | | |
| Nº de Atletas dentro da (%) de Qualidade - Mascullinos | | | | | | | | | | |
| | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1º | 420 € | 428 € | 441 € | 458 € | 483 € | 522 € | 585 € | 703 € | 965 € | 1 830 € |
| 2º | 320 € | 328 € | 341 € | 358 € | 383 € | 422 € | 485 € | 603 € | 865 € | 0 € |
| 3º | 240 € | 248 € | 261 € | 278 € | 303 € | 342 € | 405 € | 523 € | 0 € | 0 € |
| 4º | 190 € | 198 € | 211 € | 228 € | 253 € | 292 € | 355 € | 0 € | 0 € | 0 € |
| 5º | 150 € | 158 € | 171 € | 188 € | 213 € | 252 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € |
| 6º | 130 € | 138 € | 151 € | 168 € | 193 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € |
| 7º | 110 € | 118 € | 131 € | 148 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € |
| 8º | 100 € | 108 € | 121 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € |
| 9º | 90 € | 98 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € |
| 10º | 80 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € |

| Nº de Atletas dentro da (%) de Qualidade - Femininos | | | | | |
|--|-------|-------|-------|-------|---------|
| | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1º | 420 € | 457 € | 533 € | 710 € | 1 320 € |
| 2º | 320 € | 357 € | 433 € | 610 € | 0 € |
| 3º | 240 € | 277 € | 353 € | 0 € | 0 € |
| 4º | 190 € | 227 € | 0 € | 0 € | 0 € |
| 5º | 150 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € |

Total: 3 150 €

As percentagens de qualidade a aplicar, relativamente ao tempo do primeiro classificado do respetivo género em prova, são: Masculinos: 5% Femininos: 8%.

OUTRAS INFORMAÇÕES

32. 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.
33. O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo dos percursos de prova.
34. Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova.
35. O controlo antidoping será efetuado na Piscina Oceânica.
36. No final da prova, os atletas poderão tomar banho na Piscina Oceânica, entre as 10h00 e as 16h00.

CASOS OMISSOS

37. Os casos omissos à Regulamentação da Federação de Triatlo de Portugal serão resolvidos pelo Delegado Técnico à prova.