



## I Triatlo de Lagoa

Domingo, 29 de abril de 2018



### REGULAMENTO

#### ORGANIZAÇÃO

- O I Triatlo de Lagoa é uma organização da Câmara Municipal de Lagoa, com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal e das associações locais.
- É constituído por uma prova de triatlo de estrada, dividida por género, que irá decorrer no dia **29 de abril, domingo**, de acordo com o seguinte:

Data	Provas	Distância	Horário de Início
29 de abril (domingo)	Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo (Feminino)	Standard	12h30
	Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo (Masculino)	Standard	14h00

- A realização do I Triatlo de Lagoa irá decorrer de acordo com o seguinte programa e horário:

DOMINGO : 29 de abril	
10h00 às 13h30	<b>Secretariado</b> (Junto ao PT1)
10h00 às 13h00	<b>Colocação do material no PT2</b> para ambos os sexos (os femininos terão de entregar até 11h40)
10h10 às 11h40	<b>Check In</b> - Verificação técnica e colocação do material no PT1 para ambos os géneros - Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados
11h45	Hora limite de permanência de atletas no PT
11h50	<b>Hora limite para terminar o aquecimento feminino</b>
12h00	<b>Line Up feminino*</b>
12h15	<b>Início do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Feminino</b>
13h30	<b>Hora limite para terminar o aquecimento masculino</b>
13h45	<b>Line Up Masculino*</b>
14h00	<b>Início do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Masculino</b>
14h45	<b>Entrega de prémios geral individual e coletiva feminina</b>
16h15	<b>Check Out</b> – Recolha dos equipamentos e materiais do Parque de Transição - Após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo e mediante comunicação prévia da organização, os atletas poderão aceder e levantar o seu material do PT, exibindo o seu dorsal à entrada do parque de transição - O tempo limite para efetuar o respectivo levantamento será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova - O material de natação será transportado pela organização para o PT2, onde será o Check-out
16h15	<b>Entrega de prémios geral individual e coletiva masculina</b>
17h15	<b>Entrega de Prémios escalões</b>

- os horários poderão ser sujeitos a alterações



\* De forma a respeitar o protocolo de partida, os atletas terão de alinhar na escada de acesso à praia 20 minutos antes da partida, respeitando a ordem comunicada pelos oficiais.

## LOCAIS

4. O I Triatlo de Lagoa irá decorrer na Freguesia de Ferragudo e na Freguesia de Estombar e Parchal, com partida na Praia Grande de Ferragudo e chegada no centro da Vila de Ferragudo.

ÁREAS DE PROVA	LOCAL	Coordenadas GPS
SECRETARIADO	Estacionamento da Praia Grande de Ferragudo	37°07'07.4"N 8°31'14.7"W
PARQUE DE TRANSIÇÃO 1	Estacionamento da Praia Grande de Ferragudo	37°07'07.4"N 8°31'14.7"W
PARTIDA	Praia Grande de Ferragudo	37°07'02.4"N 8°31'17.8"W
PARQUE DE TRANSIÇÃO 2	Centro de Ferragudo	37°07'29.7"N 8°31'03.2"W
CHEGADA (Meta, Zona de Recuperação e Entrega de Prémios)	Centro de Ferragudo	37°07'29.6"N 8°31'10.8"W
BALNEÁRIOS	Balneários do Estádio da Bela Vista	37°08'02.3"N 8°30'31.8"W

\*Haverá, ainda, wc's disponíveis junto ao Parque de Transição 1.


## INSCRIÇÕES

5. A participação no I Triatlo de Lagoa é exclusiva para atletas licenciados, de acordo com os seguintes preceitos:

Provas	Distância	Admissão
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo*	Standard	Prova exclusiva a clubes e atletas licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, nos escalões e grupos de idade constantes no ponto 15 do presente regulamento

\*a participação pressupõe a filiação prévia na Federação de Triatlo de Portugal

6. As inscrições no I Triatlo de Lagoa devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, **até às 23h59 do dia 23 de abril** (segunda-feira):  
<http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/aplicacao-de-gestao-ftp/>
7. Os valores de inscrição no I Triatlo de Lagoa são os constantes no quadro em baixo:

PROVA	DISTÂNCIA Triatlo	PREÇO DE INSCRIÇÃO			
		FEDERADOS		NÃO FEDERADOS	
				INDIVIDUAL*	ESTAFETA**
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo	Standard		20 €		

8. Registos fora do prazo de inscrição (23 de abril) serão aceites, mediante um pagamento adicional, de acordo com o seguinte:

PROVA	Valor adicional
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo	+20 €

9. **O pagamento de registos de inscrição efetuados dentro do prazo (23 de abril) poderá ser liquidado até às 23h59 do dia 25 de abril (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.
10. Serão aceites inscrições no dia e local da prova, no Secretariado, de acordo com o ponto 8 do presente Regulamento.
11. As formas de pagamento das inscrições no I Triatlo de Lagoa 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](mailto: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)
12. Para efeitos de participação no I Triatlo de Lagoa, só serão consideradas as inscrições pagas.
13. A inscrição no I Triatlo de Lagoa contempla:
- Participação e classificação na prova inscrita
  - Abastecimentos (sólidos e líquidos)
  - Seguro de acidentes pessoais
  - Lembrança do Município de Lagoa
14. Qualquer dificuldade de inscrição no I Triatlo de Lagoa deverá contactar a Federação de Triatlo de Portugal:
- E-mail: [inscricoes@federacao-triatlo.pt](mailto:inscricoes@federacao-triatlo.pt)
  - Telefone: 214 464 821

#### ALUGUER DE DORSAL E CHIP DE PROVA – CAUÇÃO

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.

#### ESCALÕES ETÁRIOS E GRUPOS DE IDADE (DISTÂNCIAS)

16. A participação nas provas do I Triatlo de Lagoa é efetuada com base nos escalões e grupos de idade definidos neste Regulamento, de acordo com o ano de nascimento dos atletas.

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo : Distância Standard	
JUNIORES (nascidos entre 1999 e 2000)	Natação 1.500 (2 voltas) Ciclismo 43.000m (5 voltas) Corrida 10.000m (4 voltas)
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)	
GRUPO DE IDADE 35-39 (nascidos em 1979 e 1983)	
GRUPO DE IDADE 40-44 (nascidos em 1974 e 1978)	
GRUPO DE IDADE 45-49 (nascidos em 1969 e 1973)	
GRUPO DE IDADE 50-54 (nascidos em 1964 e 1968)	
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)	

### DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

17. Os participantes do I Triatlo de Lagoa irão percorrer em cada segmento da respetiva prova, os seguintes percursos:

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo   Distância Standard	
Segmento	Descrição
Natação	Partida na areia, em linha, sem separação de escalões. Percurso triangular, com 2 voltas de 750m, com saída da água entre voltas
Ciclismo	Percurso em asfalto em boas condições, com 5 voltas e técnica e fisicamente exigente. Cada volta tem uma extensão de aproximadamente 8300m.
Corrida	Percurso de ida e volta praticamente plano, corrido na estrada ribeirinha de Ferragudo, com 4 voltas

### LOCAIS DE ABASTECIMENTO

18. O I Triatlo de Lagoa irá contemplar abastecimentos nos seguintes locais:

Provas	Distância	Abastecimentos
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo	Standard	Início da Corrida
		Início de cada volta da corrida
		Zona de Recuperação

19. 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**

20. São adotadas 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.
21. A participação na prova tem que estar obrigatoriamente coberta pelo seguro desportivo previsto na Lei (Acidentes Pessoais).
22. 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	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respetivo percurso e nº de voltas, previamente anunciados;</li> <li>- Todos os meios de propulsão ou aspiração artificiais estão interditos;</li> <li>- Os atletas terão, obrigatoriamente, de utilizar touca, no percurso de natação, até ao Parque de Transição;</li> <li>- O uso de fato isotérmico será permitido, caso a temperatura da água seja inferior a 22º.</li> </ul>
Ciclismo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- É permitido andar na roda para atletas com partida em simultâneo e que circulem na mesma volta;</li> <li>- É obrigatório o uso de capacete rígido afivelado em toda a extensão do percurso, até à colocação da bicicleta no suporte;</li> <li>- É obrigatório o uso de dorsal colocado nas costas e em local bem visível;</li> <li>- Cada concorrente é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respetivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas;</li> <li>- Cada concorrente é responsável pela sua bicicleta, não sendo possível receber qualquer tipo de ajuda exterior para a sua reparação;</li> <li>- Os atletas obrigam-se a respeitar as regras de trânsito e as indicações dadas pelos agentes de segurança;</li> <li>- 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.</li> </ul>
Corrida	<ul style="list-style-type: none"> <li>- É obrigatório o uso de Peitoral, colocado em zona frontal, bem visível;</li> <li>- Cada concorrente é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respetivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas;</li> <li>- 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.</li> </ul>

Ver regulamentos em vigor em: <http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/a-federacao/estatutos/>

**CLASSIFICAÇÕES**

23. O I Triatlo de Lagoa irá publicar as seguintes classificações:

Prova	Classificações
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo (Distância Standard)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- classificação absoluta por género</li> <li>- classificação grupos de idade e géneros</li> <li>- classificação por clubes por género (soma dos 3 melhores tempos)</li> </ul>

**PROTESTOS**

24. Podem ser efetuados protestos por todos os agentes desportivos diretamente envolvidos, de acordo com o seguinte:
- 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**

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

**PRÉMIOS**

26. A cerimónia de entrega de prémios individuais e absolutos de cada género terá lugar 5 minutos após a chegada do 3º elemento da equipa que ocupar a 3ª posição de cada género.
27. A cerimónia de entrega de prémios dos escalões terá lugar no final da prova, após a chegada do último atleta.
28. Serão atribuídos **troféus individuais e coletivos** de acordo com os quadros abaixo, para cada uma das provas do I Triatlo de Lagoa.

**Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo : Distância Standard**

Absolutos	Masculinos			Femininos		
	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

Escalões/Grupos de Idade	Masculinos			Femininos		
Juniores	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
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			

Clubes	Masculinos			Femininos		
	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

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

<b>Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo</b>		
<b>Prémios Pecuniários Clubes</b>		
Classificação Equipas	Masculinos	Femininos
1º	560,00 €	560,00 €
2º	440,00 €	440,00 €
3º	340,00 €	340,00 €
4º	260,00 €	260,00 €
5º	200,00 €	200,00 €
6º	160,00 €	
7º	140,00 €	
8º	120,00 €	
9º	100,00 €	
10º	80,00 €	
<b>TOTAL</b>	<b>4.200,00 €</b>	

31. O Município de Lagoa irá oferecer uma **lembrança a todos os atletas** que concluírem o I Triatlo de Lagoa.

#### **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. No final da prova, os atletas poderão tomar banho nos Balneários do Estádio da Bela Vista entre as 17h00 e as 19h30.

#### **CASOS OMISSOS**

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