



V TRIATLO DE ABRANTES

28 E 29 DE JULHO DE 2012

CAMPEONATO NACIONAL JOVEM – Sábado, 28 de Julho às 15h00

PROVA ABERTA, CN JUVENIS E CN CADETES – Sábado, 28 de Julho às 16h00

CAMPEONATO NACIONAL DE CLUBES (Triatlo) – Domingo, 29 de Julho às 10h30

REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

O V Triatlo de Abrantes é uma organização conjunta da Câmara Municipal de Abrantes e da Federação de Triatlo de Portugal. A prova de Triatlo é uma prova pontuável para o Campeonato Nacional de Clubes, disputada na distância Sprint, enquanto a prova jovem é pontuável para o Campeonato Nacional Jovem. No Sábado à tarde, após a Prova Jovem, disputa-se ainda uma Prova Aberta, para todos os interessados.

2. LOCAL e PROGRAMA-HORÁRIO

As provas terão início no Aquapolis, praia fluvial de Abrantes.

Horários:

Sábado:

13:30 às 15:00 – Secretariado

13:40 às 15:10 – Verificação técnica de material e colocação do mesmo no Parque de Transição (PT) para CN Jovem, CN Cadetes e Prova Aberta

15:15 – Hora limite de permanência de atletas no PT

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

15:30 – Início das provas. Triatlo para iniciados e início da gincana para benjamins e infantis.

16:00 – Início das provas de Triatlo do CN de Juvenis e CN de Cadetes, seguido de Prova Aberta

16:50 às 17:20 – Verificação técnica de material e colocação do mesmo no Parque de Transição (PT) para benjamins e infantis.

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

17:30 – Início das Provas de Triatlo de benjamins e infantis.

Domingo:

09:00 às 10:00 – Secretariado

09:10 às 10:10 – Verificação técnica de material e colocação do mesmo no Parque de Transição (PT)

10:15 – Hora limite de permanência de atletas no PT

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

10:30 – Início da prova do Campeonato Nacional de Clubes

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 do Campeonato Nacional de Clubes ter concluído a prova.

3. ESCALÕES ETÁRIOS e DISTÂNCIAS

Provas do Campeonato Nacional Jovem

Benjamins (nascidos em 2003/2004/2005)	50 m / 800 m / 350 m (1 Volta / 1 volta/ 1 volta)
Infantis (nascidos em 2001/2002)	100 m / 1500 m / 700 m (1 volta / 2 voltas/ 1 volta)
Iniciados (nascidos em 1999/2000)	200 m / 4000 m / 1000 m (1 volta/ 1 volta/ 1 volta)

CN Juvenis e Cadetes

Juvenis (nascidos entre 1997 e 1998)	Natação - 300 m (1 volta) Ciclismo - 8000 m (2 voltas) Corrida - 2000 m (2 voltas)
Cadetes (nascidos entre 1995 e 1996)	

Prova Aberta

Juvenis (nascidos entre 1997 e 1998)	Natação - 300 m (1 Volta)
Cadetes (nascidos entre 1995 e 1996)	
Juniores (nascidos entre 1993 e 1994)	
Sub 23 (nascidos entre 1989 e 1992)	Ciclismo - 8000 m (2 voltas)
Seniores (nascidos entre 1973 e 1988)	
Veteranos I (nascidos entre 1968 e 1972)	
Veteranos II (nascidos entre 1963 e 1967)	
Veteranos III (nascidos entre 1958 e 1962)	Corrida – 2000m (2 voltas)
Veteranos IV (nascidos entre 1953 e 1957)	
Veteranos V (nascidos em 1952 e anos anteriores)	

Prova de Campeonato Nacional de Clubes

Cadetes (nascidos entre 1995 e 1996)	Natação - 750 m (1 Volta)
Juniores (nascidos entre 1993 e 1994)	
Sub 23 (nascidos entre 1989 e 1992)	
Seniores (nascidos entre 1973 e 1988)	Ciclismo - 20000 m (3 voltas)
Veteranos I (nascidos entre 1968 e 1972)	
Veteranos II (nascidos entre 1963 e 1967)	
Veteranos III (nascidos entre 1958 e 1962)	
Veteranos IV (nascidos entre 1953 e 1957)	Corrida – 5000m (3 voltas)
Veteranos V (nascidos em 1952 e anos anteriores)	

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

4. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS**Natação**

Provas Jovens: Rio Tejo – 1 volta.

Prova Aberta e CN Juvenis e Cadetes: Rio Tejo, 300 m – 1 volta

CN Clubes: Rio Tejo, 750 m – 1 volta

Ciclismo**Prova Jovem:**

Benjamins e Infantis: percurso de ida e volta junto da Avenida do Aquapolis

Iniciados, Juvenis, Cadetes e Prova Aberta: Subida da Av. do Aquapolis, virar para a direita para a Av. da Portagem, cortar à esquerda, subir a Av. Dr. Francisco de Sá Carneiro a meio cortar à esquerda, em direcção às trazeiras do hospital, onde efectua o 1º retorno. Descer em direcção à Av. da Portagem, ao chegar a esta virar para a direita e seguir a mesma, passando pela rotunda da entrada no Aquapolis e seguir frente. Cortar à esquerda para a rua da Barca e novamente à esquerda para a Travessa da Barca, até entrar na Av. da Portagem, fazem a 2ª volta idêntica à primeira e no final da 2ª volta descem para o Aquapolis e PT.

CN Clubes: 20 km - Subida da Av. do Aquapolis, virar para a direita para a Av. da Portagem, seguir sempre em frente, Av. D. Manuel I até ao ponto de retorno, situado na Rotunda do Olival, 1º retorno. Fazer a Av. D. Manuel I, cortar para a direita para a subir a Av. Dr. Francisco de Sá Carneiro a meio cortar à esquerda, em direcção às trazeiras do hospital, onde efectua o 2º retorno. Descer em direcção à Av. da Portagem, ao chegar a esta virar para a direita e seguir a mesma, passando pela rotunda da entrada no Aquapolis e seguir frente. Cortar à esquerda para a rua da Barca e novamente à esquerda para a Travessa da Barca, até entrar na Av. da Portagem, sendo este o 3º retorno. Passar a rotunda e seguir em frente iniciando a 2ª volta. A 2ª e 3ª voltas são iguais. Excepto que no final da 3ª volta, na rotunda, vira à direita para a Av. do Aquapolis e PT.

Corrida**Prova Jovem:**

Benjamins e Infantis: Sair do PT e seguir pela esquerda pelos caminhos do Aquapolis até à meta.

Iniciados, Juvenis, Cadetes e Prova Aberta: Sair do PT e seguir pelos caminhos do Aquapolis, Parque Miratejo. Passeio do Tejo e Jardim das Valas Latinas. Na Prova Lazer, quando se aproximam da recta da meta continuam em frente para a 2ª volta.

CN Clubes: (5 km) – Sair do PT e seguir pelos caminhos do Aquapolis, Parque Miratejo, Passeio do Tejo e Jardim das Valas Latinas. Nas 1ª e 2ª voltas junto da recta da meta seguir em frente, na 3ª volta cortar à esquerda para a meta.

5. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

Corrida – Início do segmento de corrida e no início da 2ª e 3ª volta da corrida.

Meta

6. REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

- **Excecionalmente, e porque se trata de uma prova de seleção para cadetes e juvenis nascidos em 1997, não serão verificados os limites de andamentos aos Juvenis.**
- 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 22°.

Ciclismo

- É permitido andar na roda.
- 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/index.php?option=com_content&task=view&id=24&Itemid=84

7. ESTAFETAS

- Serão compostas por grupos de 2 ou 3 participantes não licenciados na FTP ou licenciados na categoria Lazer, os quais darão cumprimento aos 3 segmentos da **PROVA ABERTA** 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 Jovem

- Classificação por escalões etários e sexo.
- Classificação por Clubes.

Prova Aberta

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

CN Clubes

- Classificação Geral Absoluta Masc e Fem
- Classificação por escalões e género
- Classificação por equipas (soma dos 3 melhores tempos)
- 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 sempre devolvida se o protesto for decidido favoravelmente.

10. PRÉMIOS

- Troféus Individuais e colectivos 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

CN Clubes

Prazo de inscrição:

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

Prazo de Pagamento:

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

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 (aceite pagamento por MB), mediante o pagamento de um valor de 5€, que acresce ao valor da inscrição

Forma de inscrição recomendada:

- Via internet, no sítio da FTP, em <http://www.federacao-triatlo.com/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)
- Terminal de Pagamento Automático MB

Validação da inscrição:

- As inscrições só serão consideradas válidas após pagamento da mesma.
- O comprovativo de pagamento poderá ser enviado via e-mail (competicoes@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 licenciados na FTP (Masculinos e Femininos) - 10 €;

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 72horas**

Prova Aberta e CN Cadetes

Prazo de inscrição:

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

Prazo de Pagamento:

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

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 (aceite pagamento por MB), mediante o pagamento de um valor de 5€, que acresce ao valor da inscrição

Forma de inscrição recomendada:

- Via internet, no sítio da FTP, em <http://www.federacao-triatlo.com/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)
- Terminal de Pagamento Automático MB

Validação da inscrição:

- As inscrições só serão consideradas válidas após pagamento da mesma.
- O comprovativo de pagamento poderá ser enviado via e-mail (competicoes@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 licenciados na FTP (Masculinos e Femininos) - 5 €;
- Atletas não licenciados na FTP (Masculinos e Femininos) – 7,5 € (inclui seguro 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 72horas**

Campeonato Nacional Jovem**Inscrição gratuita**

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

Prazo de inscrição: até às 24h00 de segunda-feira, dia 23 de Julho

Forma de inscrição recomendada:

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

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 (aceite pagamento por MB), mediante o pagamento de um valor de 2€

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 Cidade desportiva;
- A entrega de prémios terá lugar junto à meta, após a chegada do último atleta;

PRÉMIOS
PROVA DE CN CLUBES
LISTA DE PRÉMIOS PECUNIÁRIOS

Campeonato Nacional de Clubes - Triatlo		
Prémios Pecuniários Individuais		
	Masculinos	Femininos
1º	200,00 €	200,00 €
2º	155,00 €	155,00 €
3º	120,00 €	120,00 €
4º	95,00 €	95,00 €
5º	75,00 €	75,00 €
6º	60,00 €	
7º	50,00 €	
8º	40,00 €	
9º	33,00 €	
10º	28,00 €	
TOTAL	1.501,00 €	

Troféus CN Clubes

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
Absolutos	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

Troféus Prova Aberta

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
Absolutos	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Equipas	1ª	1ª
Estafetas	1ª	

Troféus Campeonato Nacional Jovem e CN Cadetes

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
Cadetes	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Equipas	1ª, 2ª, 3ª, 4ª e 5ª	