

# REGULAMENTO ESPECÍFICO DE ESTAFETAS MISTAS

## TRIATLO

### 1. Especificação geral:

1.1 - A prova de estafetas mistas é uma competição entre equipas. Cada equipa é constituída por dois homens e duas mulheres que representam o mesmo clube.

1.2 - Não há limite na inscrição do número de equipas que um clube pode apresentar, no entanto, apenas a equipa com a melhor posição de chegada contará para a classificação final desportiva.

1.3 – Todas as equipas contarão com a sua classificação para a distribuição dos prémios financeiros.

1.4 - O formato da prova é:

a) O primeiro atleta a competir de cada equipa é uma mulher que fará um triatlo completo com as seguintes distâncias:

Natação - 300 metros; Ciclismo – 8000 metros; Corrida – 2000 metros.

b) O primeiro atleta passa o “testemunho” ao segundo membro da equipa que deverá ser um homem. O membro nº 2 da equipa completa o mesmo percurso de natação, bicicleta e corrida até entrar na zona de passagem de “testemunho”. Em seguida toca na segunda mulher (terceiro membro da equipa) que iniciará o seu percurso, exatamente igual ao do membro anterior.

c) O terceiro atleta percorre o mesmo percurso até à zona de passagem de “testemunho”. Em seguida, toca no segundo homem ou (quarto atleta da equipa) que iniciará o seu percurso até terminar a corrida com passagem pela meta.

1.5 - O tempo total para a equipa é o tempo atribuído à passagem do quarto atleta pela meta. A contagem de tempo é contínua e não para entre cada atleta.

1.6 – Durante a prova serão aplicadas as regras de competição em vigor.

2. Poderão participar atletas pertencentes que completem no ano em que se disputa a prova 16 anos.

3. Os atletas que integram uma equipa deverão utilizar o equipamento igual.

4. No dia da prova, os quatro membros da equipa deverão fazer check-in em simultâneo.

5. A zona de transmissão de “testemunho” deverá ter aproximadamente 15 metros de comprimento.

5.1 - A passagem de “testemunho” deverá ser efetuada obrigatoriamente dentro dessa zona.

5.2 - É considerada a passagem de “testemunho” efetuada desde que o atleta que termina o percurso entre na zona de transição e toque com a mão numa das partes do corpo do atleta que irá iniciar o seu percurso.

5.3 - Se o contato ocorrer fora da zona de transição, os dois atletas deverão voltar a entrar na zona de transição de modo a efetuar a passagem corretamente.

5.4 - Se a passagem de “testemunho” não ocorrer dentro da zona prevista, a equipa será desclassificada.

5.5 – Enquanto aguardam pela entrada na zona de transição os atletas deverão aguardar numa zona reservada para o efeito, para que estejam disponíveis a ocupar o seu lugar quando forem chamados pelo responsável da arbitragem. Quando chegar o momento o árbitro dá-lhe indicação para entrarem na zona de passagem de “testemunho”.

6. Apenas poderão participar por equipa, um atleta estrangeiro em cada género. Obrigatoriamente, a equipa terá que ser constituída por dois atleta de nacionalidade portuguesa, um no género feminino e outro no género masculino.

7. Apenas o quarto membro da equipa é permitido passar a meta para terminar a prova.