



## IV Triatlo "Esposende Um Privilégio da Natureza"

Sáb. 18 de Julho de 2015 – Campeonato Nacional Jovem e Prova Aberta  
Dom. 19 de Julho de 2015 – Taça de Portugal de Triatlo e CN Juniores e Cadetes

### REGULAMENTO

#### 1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

O TRIATLO DE ESPOSENDE é uma organização da Câmara Municipal de Esposende, em parceria com a Federação de Triatlo de Portugal.

São provas de estrada, pontuáveis para o Campeonato Nacional Jovem e Taça de Portugal de Triatlo, havendo ainda uma Prova Aberta.

#### 2. LOCAL e PROGRAMA-HORÁRIO

As provas decorrerão no Centro Marítimo de Esposende e Estradas Marginais

As coordenadas GPS do local são: **N 41° 31'56 / W 8° 47'01**

##### Sábado:

##### Prova Jovem e Prova Aberta

**14:00 às 15:50 – Secretariado**

**14:10 às 15:40 – Verificação técnica de material e colocação do mesmo no Parque de Transição (PT)**

**15:45 – Hora limite de permanência de atletas no PT**

**Obrigatoriamente** todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

**16:00 – Início da Prova Jovem**

**18:00 às 18:20 – Verificação técnica de material e colocação do mesmo no Parque de Transição (PT) para Prova Aberta**

**Obrigatoriamente** todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

**18:30 – Início da Prova Aberta**

**19:30 – Entrega de prémios**

##### Domingo:

##### Taça de Portugal de Triatlo

**8:00 às 9:30 – Secretariado**

**8:10 às 9:20 – Verificação técnica e colocação do material no PT**

**9:30 – Hora limite de permanência de atletas no PT**

**Obrigatoriamente** todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

**9:45 – Início da prova**

**11:30 – Entrega de prémios**

No final da prova, após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo, da última prova, os atletas poderão levantar o seu material do PT, exibindo o seu dorsal à entrada do PT.

O tempo limite para efectuar o respectivo levantamento será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova.

#### 3. DISTÂNCIAS e ESCALÕES ETÁRIOS

##### Campeonato Nacional Jovem

<b>Benjamins</b> (nascidos em 2006, 2007 e 2008)	50 m / 1000 m / 400 m (1 Volta / 1 volta/ 1 volta)
<b>Infantis</b> (nascidos em 2004 e 2005)	100 m / 2000 m / 800 m (1 Volta / 1 volta/ 1 volta)
<b>Iniciados</b> (nascidos em 2002 e 2003)	200 m / 4000 m / 1000 m (1 Volta/ 1 volta/ 1 volta)
<b>Juvenis</b> (nascidos em 2000 e 2001)	300 m / 8000 m / 2000 m (1 Volta/ 2 voltas/ 2 voltas)

##### Prova Aberta

<b>Juvenis</b> (nascidos em 2000 e 2001)	<b>Natação - 300 m (1 Volta)</b>  <b>Ciclismo - 8 000 m (2 voltas)</b>  <b>Corrida - 2000 m (2 voltas)</b>
<b>Cadetes</b> (nascidos entre 1998 e 1999)	
<b>Juniores</b> (nascidos entre 1996 e 1997)	
<b>Sub 23</b> (nascidos entre 1992 e 1995)	
<b>Seniores</b> (nascidos entre 1976 e 1991)	
<b>Veteranos I</b> (nascidos entre 1971 e 1975)	
<b>Veteranos II</b> (nascidos entre 1966 e 1970)	
<b>Veteranos III</b> (nascidos entre 1961 e 1965)	
<b>Veteranos IV</b> (nascidos entre 1956 e 1960)	
<b>Veteranos V</b> (nascidos em 1955 e anos anteriores)	

**Taça de Portugal de Triatlo**

<b>Cadetes</b> (nascidos entre 1998 e 1999)	<b>Natação - 850 m (1 Volta)</b>
<b>Juniões</b> (nascidos entre 1996 e 1997)	
<b>Sub 23</b> (nascidos entre 1992 e 1995)	
<b>Seniores</b> (nascidos entre 1976 e 1991)	<b>Ciclismo - 19 800 m (3 voltas)</b>
<b>Veteranos I</b> (nascidos entre 1971 e 1975)	
<b>Veteranos II</b> (nascidos entre 1966 e 1970)	<b>Corrida - 5000 m (2 voltas)</b>
<b>Veteranos III</b> (nascidos entre 1961 e 1965)	
<b>Veteranos IV</b> (nascidos entre 1956 e 1960)	
<b>Veteranos V</b> (nascidos em 1955 e anos anteriores)	

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

**4. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS****Campeonato Nacional Jovem**

**Natação** – na Foz do Rio Cávado, no Porto de Abrigo, onde o efeito de corrente é mínimo.

**Ciclismo** – percurso de ida e volta, na Av. Eng Arantes e Oliveira, estrada em excelentes condições e plana

**Corrida** – percurso plano, de ida e volta, pelo Passeio Pedonal junto ao rio

**Prova Aberta**

**Natação** – percurso de 300m na Foz do Rio Cávado, no Porto de Abrigo, onde o efeito de corrente é mínimo.

**Ciclismo** – percurso de ida e volta, na Av. Eng. Arantes e Oliveira, estrada em excelentes condições e plana

**Corrida** – percurso plano, de ida e volta, pelo Passeio Pedonal junto ao rio

**Taça de Portugal de Triatlo**

**Natação** – percurso de 850m na Foz do Rio Cávado, com partida a montante e percurso ao longo do rio e com corrente a favor. Apesar da prova se realizar durante o período de estofa da maré, deverá haver alguma corrente.

**Ciclismo** – percurso de 3 voltas circular pela cidade de Esposende. Circuito em asfalto e plano.

**Corrida** – percurso plano, com 2 voltas, pelo Passeio Pedonal junto ao rio

**5. LOCAIS DE ABASTECIMENTO**

No início da 2ª Corrida (só para CN Clubes)

No final da Prova.

**6. REGRAS - Responsabilidade Geral:**

- 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 22º.

**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:

[http://www.federacao-triatlo.pt/index.php?option=com\\_content&task=view&id=24&Itemid=84](http://www.federacao-triatlo.pt/index.php?option=com_content&task=view&id=24&Itemid=84)

**7. CLASSIFICAÇÕES****Campeonato Nacional Jovem**

- Classificação por escalões etários / sexo.
- Classificação por equipas (soma dos pontos de todos os elementos da equipa)

**Prova Aberta e Taça de Portugal de Triatlo**

- Classificação Geral Absoluta.
- Classificação por escalões etários / sexo.
- Classificação por equipas (soma dos 3 melhores tempos)
- Classificação por estafetas (Prova Aberta)

**8. ESTAFETAS**

- Serão compostas por grupos de 2 ou 3 participantes não licenciados na FTP, 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

**9. PROTESTOS**

- Podem ser efectuados por todos os agentes desportivos directamente envolvidos
- São presentes ao Juiz Principal até 15 minutos após a publicação dos Resultados Oficiais Provisórios.
- Os protestos são efectuados por escrito e entregues, acompanhados de uma taxa de 25 €, ao Juiz Principal, ou ao Delegado Técnico à prova, que o receberá anotando-lhe a hora de recepção.
- A taxa será sempre devolvida se o protesto for decidido favoravelmente.

**10. PRÉMIOS**

- Serão atribuídos prémios pecuniários na prova de Campeonato Nacional de Clubes, de acordo com a tabela em anexo.
- Troféus individuais e colectivos para os primeiros classificados.
- Na atribuição dos prémios é obrigatória a presença dos atletas.
- Lembranças alusivas à prova para todos os participantes.

**11. INSCRIÇÕES****Campeonato Nacional Jovem****Inscrição gratuita**

**Seguro e aluguer de Chip para atletas não federados:** 5€

**Prazo de inscrição:** até às 24h00 de segunda-feira, dia 13 de Julho

**Forma de inscrição recomendada:**

- Via internet, no sítio da FTP, em <http://www.federacao-triatlo.pt/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, mediante o pagamento de um valor de 5€

**Aluguer de Chips:**

- Os atletas que não tenham chip próprio terão de alugar chip no secretariado, pelo valor de 2,5€, sendo ainda necessária a apresentação de uma caução de 20€, a ser devolvida no final da prova, contra entrega do respectivo chip no secretariado

**Prova Aberta****Prazo de inscrição:**

- Até às 24h00 de segunda-feira, dia 13 de Julho

**Prazo de Pagamento:**

- Até às 24h00 de quarta-feira, dia 15 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, mediante o pagamento de um valor de 10€, que acresce ao valor da inscrição

**Forma de inscrição recomendada:**

- Via internet, no sítio da FTP, em <http://www.federacao-triatlo.pt/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)

**Validação da inscrição:**

- As inscrições só serão consideradas válidas após pagamento da mesma.
- O comprovativo poderá ser enviado via e-mail ([competicoes@federacao-triatlo.pt](mailto: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 Masculinos e femininos licenciados na FTP – 10 €;
- Atletas Masculinos e femininos não licenciados na FTP – 15 € (inclui seguro de prova e aluguer de chip)
- Equipas de estafeta – 15€ por equipa (inclui seguro de prova e aluguer de chip)

**Aluguer de Chips:**

- Os atletas que não tenham chip próprio terão de alugar chip no secretariado, pelo valor de 2,5€, sendo ainda necessária a apresentação de uma caução de 20€, a ser devolvida no final da prova, contra entrega do respectivo chip no secretariado

**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**

**Taça de Portugal de Triatlo****Prazo de inscrição:**

- Até às 24h00 de segunda-feira, dia 13 de Julho

**Prazo de Pagamento:**

- Até às 24h00 de quarta-feira, dia 15 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, mediante o pagamento de um valor de 15€, que acresce ao valor da inscrição

**Forma de inscrição recomendada:**

- Via internet, no sítio da FTP, em <http://www.federacao-triatlo.pt/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)

**Validação da inscrição:**

- As inscrições só serão consideradas válidas após pagamento da mesma.
- O comprovativo poderá ser enviado via e-mail ([competicoes@federacao-triatlo.pt](mailto: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 Masculinos e femininos licenciados na FTP – 15 €;
- Atletas Masculinos e femininos não licenciados na FTP – 20 € (inclui seguro de prova e aluguer de chip);

**Aluguer de Chips:**

- Os atletas que não tenham chip próprio terão de alugar chip no secretariado, pelo valor de 2,5€, sendo ainda necessária a apresentação de uma caução de 20€, a ser devolvida no final da prova, contra entrega do respectivo chip no secretariado

**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**

**12. CASOS OMISSOS**

Os casos omissos à Regulamentação da F.T.P. serão resolvidos pelo Delegado Técnico.

**13. OUTRAS INFORMAÇÕES**

- 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 nos balneários do Pavilhão Desportivo de Esposende, na Av. Eng. Arantes de Oliveira

## PRÉMIOS

### Lista de prémios monetários

Taça de Portugal - 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 €	
<b>TOTAL</b>	<b>1.501,00 €</b>	

## TROFÉUS Prova Aberta

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

## TROFÉUS Campeonato Nacional de Clubes

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
Absolutos	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Cadetes	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 Campeonato Nacional Jovem

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
Equipas	1ª, 2ª, 3ª, 4ª e 5ª	