



## VIII TRIATLO DE ABRANTES

1 de Agosto de 2015

PROVA ABERTA –10h00

TAÇA DE PORTUGAL PORTERRA –11h00

### REGULAMENTO

#### 1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

O VIII Triatlo de Abrantes é uma organização conjunta da Câmara Municipal de Abrantes e da Federação de Triatlo de Portugal. Na prova principal, na distância Sprint, disputa-se a Taça de Portugal PORTerra. Esta prova é precedida de uma outra, na distância Super-Sprint, aberta a todos os interessados em experimentar a modalidade.

#### 2. LOCAL e PROGRAMA-HORÁRIO

As provas terão lugar junto à Barragem de Castelo de Bode, na Aldeia do Mato.

**Coordenadas GPS: N 39° 32'37''  
W 8° 16'32''**

**Horários:**

**Sábado:**

**08:30 às 9:50 – Secretariado**

**08:40 às 9:40 – Verificação técnica de material e colocação do mesmo no Parque de Transição (PT)**

**9:45 – Hora limite de permanência de atletas no PT**

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

**10:00 – Início da Prova Aberta**

**11:00 - Início da prova da Taça de Portugal PORTerra**

No final da prova, após a chegada do último atleta do segmento de BTT, 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 Taça de Portugal PORTerra ter concluído a prova.

#### 3. ESCALÕES ETÁRIOS e DISTÂNCIAS

##### Prova Aberta

|  |                                  |
|--|----------------------------------|
| Juvenis (nascidos em 2000 e 2001)                | <b>Natação - 400 m (1 Volta)</b> |
| Cadetes (nascidos entre 1998 e 1999)             |                                  |
| Juniões (nascidos entre 1996 e 1997)             |                                  |
| Sub 23 (nascidos entre 1992 e 1995)              |                                  |
| Seniores (nascidos entre 1976 e 1991)            | <b>BTT - 9500 m (1 volta)</b>    |
| Veteranos I (nascidos entre 1971 e 1975)         |                                  |
| Veteranos II (nascidos entre 1966 e 1970)        |                                  |
| Veteranos III (nascidos entre 1961 e 1965)       | <b>Corrida – 1800m (1 volta)</b> |
| Veteranos IV (nascidos entre 1956 e 1960)        |                                  |
| Veteranos V (nascidos em 1955 e anos anteriores) |                                  |

### Prova da Taça de Portugal PORTerra

|   |                                  |                                   |
|---|----------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Cadetes</b> (nascidos entre 1998 e 1999)             | <b>Natação - 750 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>Veteranos I</b> (nascidos entre 1971 e 1975)         |                                  | <b>BTT - 19500 m (2 voltas)</b>   |
| <b>Veteranos II</b> (nascidos entre 1966 e 1970)        |                                  |                                   |
| <b>Veteranos III</b> (nascidos entre 1961 e 1965)       |                                  | <b>Corrida – 5000m (3 voltas)</b> |
| <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

##### Natação

**Prova Aberta:** Barragem de Castelo de Bode, 400 m – 1 volta

**Taça PORTerra:** Barragem de Castelo de Bode, 750 m – 1 volta

##### BTT

**Prova Aberta:** Prova com uma altimetria exigente, com subidas relativamente curtas mas com inclinações consideráveis. Alguns troços com pedra solta tornam o percurso ainda mais exigente fisicamente, sendo a dificuldade técnica média.

**Taça PORTerra:** Idêntico ao da Prova Aberta, mas com 2 voltas.

##### Corrida

**Prova Aberta:** Percurso de ida e volta, com uma rampa significativa no início/final e com percurso plano no meio.

**Taça PORTerra:** Idêntico ao da Prova Aberta, mas com 3 voltas.

#### 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

- 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°.

##### **BTT**

- É permitido andar na roda.
- É permitida a utilização de roda 29.
- 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](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 , 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

### Prova Aberta

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

### Taça de Portugal PORTerra

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

## 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

### Prova Aberta

#### Prazo de inscrição:

- Até às 24h00 de segunda-feira, dia 27 de Julho.

#### Prazo de Pagamento:

- Até às 24h00 de quarta-feira, dia 29 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 licenciados na FTP – 10€;
- Atletas não licenciados na FTP – 15€ (inclui seguro de prova e aluguer de chip);
- Equipas de estafeta (não licenciados) – 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€ (os Não Federados já têm o valor incluído no preço de inscrição), 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 € por atleta

**A referência multibanco para efectuar o pagamento tem uma validade de 72horas**

## **Taca de Portugal PORTerra**

### **Prazo de inscrição:**

- Até às 24h00 de segunda-feira, dia 27 de Julho.

### **Prazo de Pagamento:**

- Até às 24h00 de quarta-feira, dia 29 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 licenciados na FTP – 15€;
- Atletas 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 € por atleta.

**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 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 TAÇA DE PORTUGAL PORTERRA**  
 LISTA DE PRÉMIOS PECUNIÁRIOS

| <b>Taça de Portugal PORTerra - Triatlo</b> |                   |           |
|--|-------------------|-----------|
| Prémios Pecuniários Individuais            |                   |           |
|  | Masculinos        | Femininos |
| 1º   | 175,00 €          | 175,00 €  |
| 2º   | 130,00 €          | 130,00 €  |
| 3º   | 100,00 €          | 100,00 €  |
| 4º   | 80,00 €           | 80,00 €   |
| 5º   | 60,00 €           | 60,00 €   |
| 6º   | 45,00 €           |           |
| 7º   | 37,00 €           |           |
| 8º   | 31,00 €           |           |
| 9º   | 26,00 €           |           |
| 10º  | 21,00 €           |           |
| <b>TOTAL</b>                               | <b>1.250,00 €</b> |           |

**Troféus Taça de Portugal PORTerra**

| <b>ESCALÕES</b> | <b>MASCULINOS</b>    | <b>FEMININOS</b>     |
|-----------------|----------------------|----------------------|
| 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         | 1º, 2º e 3º          | 1º, 2º e 3º          |

**Troféus Prova Aberta**

| <b>ESCALÕES</b> | <b>MASCULINOS</b> | <b>FEMININOS</b> |
|-----------------|-------------------|------------------|
| Absolutos       | 1º, 2º e 3º       | 1ª, 2ª e 3ª      |

|           |                |                |
|-----------|----------------|----------------|
| Equipas   | 1 <sup>a</sup> | 1 <sup>a</sup> |
| Estafetas | 1 <sup>a</sup> |                |