



V Triatlo "Esposende Um Privilégio da Natureza"

Sáb. 9 de Julho de 2016 – Campeonato Nacional Jovem e Prova Aberta
Dom. 10 de Julho de 2016 – 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, 9 de Julho:

Prova Jovem e Prova Aberta

2016-07-09 - Praia-mar 7h.10 - 3.01 metros

2016-07-09 - Baixa-mar 13h:40 - 0.90 metros

14h00 às 15h40: Secretariado para a prova do Campeonato Nacional Jovem e para a Prova Aberta

14h10 às 15h40: Verificação técnica de material e colocação do mesmo no Parque de Transição (PT) para atletas da Prova Jovem

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

16h00: Início da Prova Jovem

Dependendo das condições no dia da prova, haverá provas separadas por géneros nos escalões de benjamins e de infantis e provas desfasadas por géneros no caso dos escalões de iniciados e de juvenis.

(Estimativa dos horários das partidas:

16h00: Partida da Prova Jovem - Escalão Benjamins – Género Masculino

16h20: Partida da Prova Jovem - Escalão Benjamins – Género Feminino

16h40: Partida da Prova Jovem - Escalão Infantis – Género Masculino

17h10: Partida da Prova Jovem - Escalão Infantis – Género Feminino

17h40: Partida da Prova Jovem - Escalão Iniciados – Género Masculino

17h42: Partida da Prova Jovem - Escalão Iniciados – Género Feminino

18h25: Partida da Prova Jovem - Escalão Juvenis – Género Masculino

18h28: Partida da Prova Jovem - Escalão Juvenis – Género Feminino)

19h30: Início da Prova Aberta

No final da prova, após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo da Prova Aberta, 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.

20h30: Entrega de prémios

Domingo, 10 de Julho:

Taça de Portugal de Triatlo

2016-07-10 Praia-mar - 7h.55 - 2.9 metros

2016-07-10 Baixa-mar - 14h.25 - 1.2 metros

08h30 às 09h40: Secretariado para a prova da Taça de Portugal de Triatlo

08h40 às 09h40: Verificação técnica de material e colocação do mesmo no Parque de Transição (PT) para atletas da prova da Taça de Portugal de Triatlo.

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

10h00: Início da prova da Taça de Portugal de Triatlo

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.

12h30: Entrega de prémios

3. DISTÂNCIAS e ESCALÕES ETÁRIOS

Campeonato Nacional Jovem

Benjamins (nascidos entre 2007 e 2009)	50 m / 1 000 m / 400 m (1 Volta / 1 Volta/ 1 Volta)
Infantis (nascidos em 2005 e 2006)	100 m / 2 000 m / 800 m (1 Volta / 1 Volta/ 1 Volta)
Iniciados (nascidos em 2003 e 2004)	200 m / 4 000 m / 1 000 m (1 Volta/ 1 Volta/ 1 Volta)
Juvenis (nascidos em 2001 e 2002)	300 m / 8 000 m / 2 000 m (1 Volta/ 2 Voltas/ 2 Voltas)

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

Prova Aberta

Juvenis (nascidos em 2001 e 2002)	Natação - 300 m (1 Volta) Ciclismo - 8 000 m (2 Voltas) Corrida - 2000 m (2 Voltas)
Cadetes (nascidos em 1999 e 2000)	
Juniões (nascidos em 1997 e 1998)	
Sub 23 (nascidos entre 1993 e 1996)	
Seniores (nascidos entre 1977 e 1992)	
Veteranos I (nascidos entre 1972 e 1976)	
Veteranos II (nascidos entre 1967 e 1971)	
Veteranos III (nascidos entre 1962 e 1966)	
Veteranos IV (nascidos entre 1957 e 1961)	
Veteranos V (nascidos em 1956 e anos anteriores)	

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

Taca de Portugal de Triatlo

Cadetes (nascidos em 1999 e 2000)	Natação - 850 m (1 Volta) Ciclismo - 19 800m (3 Voltas) Corrida - 5 000m (2 Voltas)
Juniões (nascidos em 1997 e 1998)	
Sub 23 (nascidos entre 1993 e 1996)	
Seniores (nascidos entre 1977 e 1992)	
Veteranos I (nascidos entre 1972 e 1976)	
Veteranos II (nascidos entre 1967 e 1971)	
Veteranos III (nascidos entre 1962 e 1966)	
Veteranos IV (nascidos entre 1957 e 1961)	
Veteranos V (nascidos em 1956 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

Taca 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 Volta (só para a Prova da Taça de Portugal de Triatlo)

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.
- É permitido efectuar o segmento de natação em tronco nu apenas na Prova Aberta para atletas não Federados.

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.
- Não é permitido a utilização de bicicletas de estrada com travões de disco.
- 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/ftp2015/a-federacao/estatutos/>

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 4 de Julho

Forma de inscrição recomendada:

- Via internet, no sítio da FTP, em <http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/aplicacao-de-gestao-ftp/>

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 e Pagamento:

- Até às 24h00 de segunda-feira, dia 4 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/ftp2015/aplicacao-de-gestao-ftp/>

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 (inscricoes@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 – 20€ 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 respetivo chip no secretariado

Atenção:

- Os pagamentos efetuados por outras formas que não a recomendada, têm um acréscimo de 1€
- **A referência multibanco para efetuar o pagamento tem uma validade de 72horas**

Taça de Portugal de Triatlo

Prazo de inscrição e Pagamento:

- Até às 24h00 de segunda-feira, dia 4 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/ftp2015/aplicacao-de-gestao-ftp/>

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 (inscricoes@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 72 horas**

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 da Escola Secundária Henrique Medina na Av. Henrique Barros Lima em frente ao estádio.

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 €	
TOTAL	1.501,00 €	

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	

Prova Aberta

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

Taça de Portugal de Triatlo

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