



VI TRIATLO “ESPOSENDE UM PRIVILÉGIO DA NATUREZA”

Sábado e Domingo, 1e 2 de julho

CAMPEONATO NACIONAL JOVEM, DE JUNIORES E CADETES

TAÇA DE PORTUGAL E PROVA ABERTA

REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO E 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, de Juniores e Cadetes e Taça de Portugal de Triatlo, havendo ainda uma Prova Aberta.

Este evento decorrerá em 2 dias contando com um programa de 3 provas de triatlo, de acordo com o seguinte:

Dia	Provas	Distância
Sábado, 1 de julho	Campeonato Nacional Jovem e Juvenis	Ver ponto 4
Domingo, 2 de julho	Prova Aberta	Super-Sprint
	Taça de Portugal de Triatlo e Campeonato Nacional Juniores e Cadetes	Sprint

2. LOCAIS

Os locais e áreas de prova do VI Triatlo “Esposende Um Privilégio da Natureza” serão os seguintes:

Dia	PROVAS	ÁREAS DE PROVA	LOCAL	Coordenadas GPS
Sábado 1 de julho	Campeonato Nacional Jovem	SECRETARIADO	ESTACIONAMENTO JUNTO AO RESTAURANTE PÉ NO RIO NO PORTO DE ABRIGO	41°32'7.30"N 8°47'7.96"W
		PARTIDA		
		PARQUE DE TRANSIÇÃO		
		META		

Dia	PROVAS	ÁREAS DE	LOCAL	Coordenadas
Domingo 2 de julho	Prova Aberta (Super-Sprint)	SECRETARIADO	ESTACIONAMENTO JUNTO AO RESTAURANTE PÉ NO RIO NO PORTO DE ABRIGO	41°32'7.30"N 8°47'7.96"W
		META		
		PARTIDA		
		PARQUE DE TRANSIÇÃO		
	Taça de Portugal e C.N. Juniores e Cadetes	SECRETARIADO	ESTACIONAMENTO JUNTO AO RESTAURANTE PÉ NO RIO NO PORTO DE ABRIGO	41°32'7.30"N 8°47'7.96"W
		META		
		PARTIDA	DOCA DE PESCA ESPOSENDE	41°31'39.49"N 8°46'51.99"W
		PARQUE DE TRANSIÇÃO	ESTACIONAMENTO JUNTO AO RESTAURANTE PÉ NO RIO NO PORTO DE ABRIGO	41°32'7.30"N 8°47'7.96"W

3. PROGRAMA HORÁRIO

SÁBADO – 1 de julho

16h00 às 17h50	Secretariado
16h10 às 18h00	Check In - Verificação técnica e colocação do material no Parque de Transição Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados
18h15	Hora limite de permanência de atletas no PT
18h30	Início da Prova , de acordo com a seguinte ordem (estimativa dos horários de partida): Atendendo às condições da maré, excepcionalmente, os géneros serão apenas desfasados 18h30 – Partida CN Jovem – Ben Masculinos 18h33 – Partida CN Jovem – Ben Femininos 18h55 – Partida CN Jovem – Inf Masculinos 18h58 – Partida CN Jovem – Inf Femininos 19h20 – Partida CN Jovem – Ini Masculinos 19h25 – Partida CN Jovem – Ini Femininos 19h55 – Partida CN Jovem – Juv Masculinos 20h00 – Partida CN Jovem – Juv Femininos
	Check Out –Após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo e mediante comunicação prévia do ACE, os atletas poderão aceder e levantar o seu material do PT, exibindo o seu dorsal à entrada do parque de transição. - O tempo limite para efetuar o referido levantamento é de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova
20h30	Entrega de Prémios

- os horários poderão ser sujeitos a alterações

DOMINGO – 2 de julho

9h00 às 11h00	Secretariado
9h10 às 9h50	Check In - Verificação técnica e colocação do material no Parque de Transição – Prova Aberta - Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados
9h50	Hora limite de permanência de atletas no PT
10h00	Início da Prova Aberta
10h40 às 11h10	Check In - Verificação técnica e colocação do material no Parque de Transição – Taça de Portugal - Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados
11h15	Hora limite de permanência de atletas no PT
11h30	Início da Prova Taça de Portugal, CN Juniores e Cadetes, de acordo com a seguinte ordem: 11h30 – Partida Masculina 11h35 – Partida Feminina
	Check Out –Após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo da Taça de Portugal e mediante comunicação prévia do ACE, os atletas poderão aceder e levantar o seu material do PT, exibindo o seu dorsal à entrada do parque de transição. - O tempo limite para efetuar o referido levantamento é de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova
13h30	Entrega de Prémios

- Os horários poderão ser sujeitos a alterações

4. ESCALÕES ETÁRIOS E DISTÂNCIAS

Os escalões aplicam-se tanto em Masculinos como em Femininos.

Campeonato Nacional Jovem

BENJAMINS (nascidos em 2008 e 2010)	50m/1000m/400m (1 volta/1volta/1volta)
INFANTIS (nascidos em 2006 e 2007)	100m/2000m/800m (1 volta/1volta/1volta)
INICIADOS (nascidos em 2004 e 2005)	200m/4000m/1000m (1 volta/1volta/1volta)
JUVENIS (nascidos em 2002 e 2003)	300m/8000m/2000m (1volta/2voltas/2voltas)

Prova Aberta | Distância Super-Sprint

JUVENIS (nascidos em 2002 e 2003)	Natação 300 m (1 volta) Ciclismo 8.000 m (2 voltas) Corrida 2.000 m (2 voltas)
CADETES (nascidos entre 2000 e 2001)	
JUNIORES (nascidos entre 1998 e 1999)	
SUB 23 (nascidos entre 1994 e 1997)	
SENIORES (nascidos entre 1978 e 1993)	
VETERANOS I (nascidos entre 1973 e 1977)	
VETERANOS II (nascidos entre 1968 e 1972)	
VETERANOS III (nascidos entre 1963 e 1967)	
VETERANOS IV (nascidos entre 1958 e 1962)	
VETERANOS V (nascidos em 1957 e anos anteriores)	

Taça de Portugal | Distância Sprint

CADETES (nascidos entre 2000 e 2001)	Natação 850 m (1 volta) Ciclismo 19.800 m (3 voltas) Corrida 5.000 m (2 voltas)
JUNIORES (nascidos entre 1998 e 1999)	
SUB 23 (nascidos entre 1994 e 1997)	
SENIORES (nascidos entre 1978 e 1993)	
VETERANOS I (nascidos entre 1973 e 1977)	
VETERANOS II (nascidos entre 1968 e 1972)	
VETERANOS III (nascidos entre 1963 e 1967)	
VETERANOS IV (nascidos entre 1958 e 1962)	
VETERANOS V (nascidos em 1957 e anos anteriores)	

5. ESCALÕES ETÁRIOS E DISTÂNCIAS**Campeonato Nacional Jovem**

Segmento	Descrição
Natação	Na Foz do Rio Cávado, no Porto de Abrigo, onde o efeito de corrente é mínimo
Ciclismo	Trajeto de ida e volta, na Av. Eng ^o Arantes e Oliveira, estrada em excelentes condições e plana
Corrida	Percurso plano, de ida e volta, pelo Passeio Pedonal junto ao rio

Prova Aberta | Distância Super-Sprint

Segmento	Descrição
Natação	Percurso de 300m na Foz do Rio Cávado, no Porto de Abrigo, onde o efeito de corrente é mínimo
Ciclismo	Trajeto de ida e volta, na Av. Eng ^o 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 | Distância Sprint

Segmento	Descrição
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

6. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

No início da Corrida (só para a Taça) e no final da prova

7. REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

- São adotadas 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.

Segmento	Regras
Natação	<ul style="list-style-type: none"> - Cada atleta é responsável pelo cumprimento e conhecimento do respetivo 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. - Os atletas poderão usar fato de natação até ao cotovelo, mas não o cobrindo, e até ao joelho, mas não o cobrindo.
Ciclismo	<ul style="list-style-type: none"> - É permitido andar na roda. - É proibido o uso de travões de disco. - 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 respetivo 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	<ul style="list-style-type: none"> - É obrigatório o uso de Peitoral, colocado em zona frontal, bem visível. - Cada concorrente é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respetivo 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/ftp2015/a-federacao/estatutos/>

8. ESTAFETAS (Prova Aberta)

Serão compostas por grupos de 2 ou 3 participantes, 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. CLASSIFICAÇÕES

No VI Triatlo “Esposende Um Privilégio da Natureza” irão ser apresentadas as seguintes classificações:

Prova	Classificações
Campeonato Nacional Jovem	- classificação por escalões e género - classificação por equipas
Prova Aberta e Taça de Portugal de Triatlo	- classificação geral absoluta masculina e feminina - classificação por escalões e género - classificação por equipas (soma dos 3 melhores tempos) - classificação por estafetas (prova aberta)

10. PROTESTOS

Podem ser efetuados por todos os agentes desportivos diretamente envolvidos, de acordo com o seguinte:

- Devem ser presentes ao Árbitro Chefe de Equipa até 15 minutos após a publicação dos Resultados Oficiais Provisórios
- Os protestos são efetuados 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 de receção
- A taxa será devolvida se o protesto for decidido favoravelmente

11. JÚRI DE APELO

Será constituído por três individualidades a anunciar no secretariado.

12. PRÉMIOS

12.1 Serão atribuídos **troféus individuais e coletivos** de acordo com os seguintes quadros:

Campeonato Nacional Jovem – TROFÉUS

Escalões	Masculinos			Femininos		
Benjamins	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Infantis	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Iniciados	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Juvenis						
Equipas	1ª, 2ª, 3ª, 4ª e 5ª					

Taça de Portugal de Triatlo | Distância Sprint – TROFÉUS

Absoluto	Mascullinos			Femininos		
	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Escalões	Mascullinos			Femininos		
Cadetes	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Juniores	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Sub 23	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Seniores	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Veteranos I	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Veteranos II	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Veteranos III	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Veteranos IV	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Veteranos V	1º	2º	3º			
Equipas	1ª	2ª	3ª	1ª	2ª	3ª

Prova Aberta | Distância Super-Sprint - TROFÉUS

Absoluto	Mascullinos			Femininos		
	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Equipas	1ª			1ª		
Equipas de Estafetas	1ª					

Haverá lembranças alusivas à prova para todos os participantes.

Na atribuição dos prémios é obrigatória a presença dos atletas.

12.2 Serão atribuídos prémios pecuniários de acordo com as seguintes tabelas:

TAÇA DE PORTUGAL DE TRIATLO		
Prémios Pecuniários Individuais		
	Mascullinos	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 €	

13. INSCRIÇÕES

Campeonato Nacional Jovem

- **Inscrição gratuita**
- **Prazo de inscrição:** até às 24h00 de segunda-feira, dia 26 de junho
- **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€
- **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 e carta
- **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

Prova Aberta

- **Prazo de inscrição:** até às 24h00 de segunda-feira, dia 26 de junho
- **Prazo de Pagamento:** até às 24h00 de quarta-feira, dia 28 de junho
- **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 e carta
- **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 e transferência bancária (IBAN: PT50 0035 0277 0001 2426 73059)
- **Validação da inscrição:** as inscrições só serão consideradas válidas após pagamento da mesma. O comprovativo de pagamento 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 Estafetas - 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 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 72 horas

Taça de Portugal de Triatlo

- **Prazo de inscrição:** até às 24h00 de segunda-feira, dia 26 de junho
- **Prazo de Pagamento:** até às 24h00 de quarta-feira, dia 28 de junho
- **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 e carta
- **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 e transferência bancária (IBAN: PT50 0035 0277 0001 2426 73059)
- **Validação da inscrição:** as inscrições só serão consideradas válidas após pagamento da mesma. O comprovativo de pagamento 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 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 72 horas

14. OUTRAS INFORMAÇÕES

- **Previsão das Marés: 01/07** – Baixa- Mar → 16:35 com 1,4mts | Preia- Mar → 22:05 com 2,9mts | Altura da Maré às 18h30 →1,9mts
 - **02/07** – Baixa- Mar → 05:25 com 1,3mts | Preia- Mar → 10:45 com 2,7mts | Altura da Maré às 10h e às 11h30 →2,8mts
- 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 dos percursos de prova;
- Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova;
- No final da prova, os atletas poderão tomar banho nos Balneários da Escola Básica António Correia de Oliveira, na Rua Poeta António Correia de Oliveira.

15. CASOS OMISSOS

Os casos omissos à Regulamentação da Federação de Triatlo de Portugal serão resolvidos pelo Delegado Técnico.