***II Triatlo Trilhos da Lagoa***

***S. Miguel - Açores***

***Prova Aberta***

1. **Organização/Enquadramento**

- O “II Triatlo Trilhos da Lagoa” é uma organização conjunta da Câmara Municipal da Lagoa, do CALAG, da delegação Açores da Federação de Triatlo Portugal e do Clube Náutico da Lagoa.

Este evento está aberto à participação de todos os cidadãos do género masculino e feminino, interessados em experimentar a modalidade na sua vertente individual ou de estafetas (por equipas de dois ou três participantes).

A organização do evento subdivide-se em 3 categorias\Provas:

- Prova Jovem dos 8 aos 15 anos inclusive e feitos até 31 de Dezembro de 2017;

- Prova Adultos >15 anos;

- Estafetas\Equipas (14 ou mais anos).

- Existindo a possibilidade de participarem atletas federados pela F.T.P. visto que se trada de uma prova homologada pela própria instituição.

- Este evento tem como objetivo incutir na comunidade o prazer pela atividade física, estilo de vida saudável, combatendo o sedentarismo e despertar o interesse pela modalidade com a realização de uma prova de Natação, BTT e Corrida.

1. **Local/ Horário/Programa**

**Local:** Porto da Caloura

**Horário: *Domingo (dia 10 de Setembro de 2017)***:

**08h00 às 09h00** - secretariado – entrega dos dorsais e transporte do material de acordo com o circuito;

**08h00 às 09h15** - Concentração dos participantes e respetivo material, verificação técnica (todos os atletas devem apresentar-se devidamente equipados);

**09h15m** – Reunião técnica

**9h30** - Inicio do evento Prova Jovem;

**10h00m** – Inicio do evento Prova Adultos;

**a)** Início da prova de Natação (águas abertas) no Porto da Caloura;

**b)** Chegada ao Parque de Transição no Porto da Caloura, início da prova de BTT até á freguesia de Cabouco (Praça Dona Amélia);

**c)** Chegada à freguesia de Cabouco (Praça Dona Amélia), início prova de corrida terminando no Portinho de São Pedro\Sede do Clube Náutico de Lagoa.

**13h00m** - Hora limite para concluir a prova de triatlo;

**13h30m** – Lanche e Entrega de Prémios.

Será da responsabilidade dos participantes o transporte e levantamento do material necessário para a participação no evento, apresentando o dorsal.

1. **Escalões Etários/Distâncias**

- O “II Triatlo Trilhos da Lagoa” é um evento aberto a toda a comunidade não havendo grandes restrições ao nível de faixas etárias. As equipas são constituídas por um número mínimo de 2 e máximo de 3 participantes. Uma vez que se trata de provas de estafeta individual (Natação, BTT e Corrida) ou seja, de acordo com as características da equipa, cabe a cada uma delas organizar-se internamente informando o secretariado quais os participantes e as respetivas provas a realizar.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Categorias** | **Idades** | **Distâncias** |
| **Jovem** | **<\= 15 Anos** | **Natação – 200 m** **BTT – 4.000m****Corrida – 1.000 m** |
| **Adultos** | **>\= 16 Anos** | **Natação – 500 m** **BTT – 20 Km****Corrida – 5.000 m** |
| **Equipas\Estafetas** | **>\=14 Anos** | **Natação – 400 m** **BTT – 20 Km****Corrida – 5.000 m** |

- Estas idades e distâncias aplicam-se para o género Masculino e Feminino.

- Podem participar equipas mistas, em que a classificação final será única, não havendo distinção de escalões.

1. **Descrições dos percursos/provas**
	1. **Natação:** No mar (Águas Abertas) numa só volta, será realizada no Porto da Caloura;
	2. **BTT:** Percurso em linha, início no Porto da Caloura terminando na freguesia de Cabouco (Praça Dona Amélia), nível técnico fácil e físico médio, percorrendo trilhos em piso de asfalto; terra; cascalho e zonas habitacionais. (Percurso aberto ao trânsito).
	3. **Corrida:** Percurso em linha, nível técnico fácil e físico médio, percorrendo trilhos em piso de asfalto; terra; cascalho e zonas habitacionais. (Percurso aberto ao trânsito). Com fim (meta final) no Portinho de São Pedro – junto à sede do Clube Náutico de Lagoa.
2. **Locais de Abastecimento/Primeiros Socorros**

**Natação:** Início e final do segmento da prova – Porto de Caloura.

**BTT**: Início da Prova e final Praça Dona Amélia – Cabouco.

**Atletismo:** Início da Prova e final – Portinho de São Pedro – Clube Náutico Lagoa.

1. **Regras/Responsabilidade Geral**
2. São adotadas regras no qual será da responsabilidade dos atletas conhecerem, respeitarem e cumprirem as instruções dos júris e responsáveis da prova, de forma a porém disfrutar de uma atividade de caracter social, lúdica e desportiva.
3. A Participação na Prova tem de estar obrigatoriamente coberta pelo Seguro Desportivo previsto na Lei (Acidentes Pessoais).
4. Os peitorais, dorsais e números nas bicicletas é da responsabilidade da entidade organizadora, a não ser seja avisado previamente no ato da inscrição qual o número do(s) participante(s).

**Natação**

1. Obrigatório o uso de touca, fato de banho.
2. É proibido utilizar qualquer meio de propulsão ou aspiração artificial.
3. Todos os estilos de nado são permitidos.
4. É necessário haver respeito e desportivismo no caso de estarem participantes de equipas diferentes próximos de forma a evitar distúrbios ou “lesões”.
5. Cada um do(s) participante(s) é responsável pelo cumprimento das distancias previamente anunciadas.
6. Será permitido uso de fato isotérmico, ficando ao critério do atleta.

 **BTT**

1. É obrigatório o uso de capacete rígido afivelado em toda a extensão do percurso, até colocar a bicicleta no suporte.
2. É obrigatório o uso do dorsal, bem visível atrás das costas;
3. Cada concorrente é responsável pelo conhecimento e cumprimento do percurso previamente anunciado.
4. Os atletas obrigam-se a respeitar as regras de trânsito e as indicações pelos agentes de segurança.
5. Durante a prova, cada participante é responsável pela sua bicicleta, não sendo possível receber qualquer tipo de ajuda exterior para sua reparação, exceto pelo veículo de assistência da organização.
6. Não é permitido estar muito próximo dos restantes participantes/“adversários” mais de 20 segundos, (zona de vácuo) de forma a evitar acidentes em cadeia.

**Corrida**

1. É obrigatório o uso de dorsal á frente da cintura, bem visível;
2. Cada concorrente é responsável pelo conhecimento e cumprimento do percurso previamente anunciado.
3. É permitido o acompanhamento dos atletas por parte de qualquer outra pessoa que esteja ou não a competir desde que informe previamente a organização preferencialmente na folha de inscrição.
4. Não é permitido acompanhar os atletas através de um veículo não autorizado pela organização.
5. **Estafetas**
6. Serão compostas por equipas de 2 ou 3 participantes masculinos, femininos ou misto.
7. Cada participante terá que informar no momento da inscrição qual o e\ou os segmentos que irá realizar.
8. Respeitar a zona e regras de transmissão (tocar na mão do colega).
9. **Segurança/organização do evento**

- Caso a organização e os órgãos de segurança entenderem que as condições climáticas possam por em risco a segurança, integridade física e psicológica dos participantes, o evento poderá ser adiado (durante 1 hora no máximo e/ou dias), poderá surgir também a possibilidade de restruturação momentânea prevalecendo o bem-estar dos participantes de forma a desfrutar ao máximo através da sua participação.

1. **Mapa de Provas/percursos**

**Natação**



**BTT\Altimetria**



****

**Corrida**



****

1. **Classificação/Prémios**

**Trofeu** - 1º, 2º e 3ª Lugar - Prova Jovem (Feminino e Masculino);

**Trofeu-** 1º, 2º e 3º Lugar Prova Adultos (Feminino e Masculino);

**Trofeu -** 1º; 2º e 3º Lugar Equipa\Estafetas.

1. **Inscrições**

**Prazo:** Até ao fecho do secretariado no dia do evento. Dia 10 Setembro às 9h00m.

**Inscrições no dia da prova:** Apenas se a organização assim, o entender, tendo em contas as condições reunidas para o bom funcionamento e segurança do evento/participantes.

**Formas de inscrição:**

- E-mails: *triatloazores@gmail.com*; *desporto@lagoa-acores.pt* enviando a ficha de inscrição devidamente preenchida;

- Presencial nas instalações da CMLagoa, junto ao gabinete de Desporto.

**Validação da inscrição:** As inscrições apenas serão válidas, após assinatura e o correto preenchimento do formulário.

 **13. Casos omissos**

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

 **14. 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.

**FIM DE REGULAMENTO**