



IV TRIATLO LONGO DE VILAMOURA

Domingo, 18 de Novembro de 2018

REGULAMENTO

ORGANIZAÇÃO

1. O IV Triatlo Longo de Vilamoura é uma organização da Câmara Municipal de Loulé, com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal e as associações locais, integrado no Algarve Tri Run Vilamoura-Quarteira 4.0.
2. É constituído por duas provas de triatlo, que irão decorrer no dia **18 de Novembro, domingo**. Nomeadamente:

Provas	Distância Triatlo	Distâncias/Segmentos/Voltas
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo	Longo	Natação: 1.900m (2 voltas)
Prova Aberta		Ciclismo: 91.500 (2 voltas) Corrida: 21.100 (4 voltas)



3. A realização do IV Triatlo Longo de Vilamoura irá decorrer de acordo com o seguinte programa horário:

SÁBADO : 17 de Novembro	
10h00 às 12h00	Reconhecimento e Familiarização Segmento de Natação (Praia de Vilamoura)
15h00 às 22h00	Secretariado (Expo Hotel Tivoli)
18h30 às 19h30	Briefing IV Triatlo Longo de Vilamoura (Junta de Freguesia de Quarteira)
20h00	Pasta Party (Hotel Crowne Plaza)
DOMINGO : 18 de Novembro	
6h00 às 7h40	Check In - Verificação técnica e colocação do material no Parque de Transição para ambas as provas - Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados
7h50	Hora limite de permanência de atletas no PT
8h00	Início das provas , em conjunto - Partida Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo - Partida Prova Aberta Triatlo Longo 9h00: Cut-off Natação 13h00: Cut-off Ciclismo 16h00: Cut-off Corrida/Prova (Horário limite para completar a prova)
13h00	Check Out – Recolha dos equipamentos e materiais do Parque de Transição - Após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo e mediante comunicação prévia da organização, 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 respectivo levantamento será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova
13h00	Entrega de Prémios aos Vencedores Absolutos (Expo Hotel Tivoli)
16h30	Entrega de Prémios por Escalões e Grupos de Idade e Lanche Convívio (Expo Hotel Tivoli)

- os horários poderão ser sujeitos a alterações

LOCAIS

4. O IV Triatlo Longo de Vilamoura irá decorrer entre a Praia de Vilamoura (Partida e Natação), o centro de Vilamoura e as localidades circundantes da Serra do Caldeirão (Ciclismo) e os passeios pedonais e ruas ao longo da costa entre as praias de Vilamoura e Quarteira (Corrida).

ÁREAS DE PROVA	LOCAL	Coordenadas GPS
SECRETARIADO ENTREGA DE PRÉMIOS	Expo Hotel Tivoli	37°04'23.0"N 8°07'07.8"W
BRIEFING DE PROVA	Junta de Freguesia de Quarteira	37°04'12.0"N 8°06'25.2"W
PARQUE DE TRANSIÇÃO*	Parque de Estacionamento em frente à Praia de Vilamoura (Alameda Praia da Marina)	37°04'20.7"N 8°07'00.9"W
PARTIDA	Praia de Vilamoura	37°04'18.5"N 8°07'02.9"W
CHEGADA (Meta e Zona de Recuperação)	Alameda Praia da Marina (junto à entrada Expo Hotel Tivoli)	37°04'24.2"N 8°07'06.1"W
BALNEÁRIOS	Piscinas Municipais de Quarteira	37°04'41.6"N 8°06'41.2"W

*Haverá, ainda, sanitários portáteis junto à Zona de Chegada do evento (Meta)

INSCRIÇÕES

5. A participação no IV Triatlo Longo de Vilamoura é aberta a todos os interessados, de acordo com os seguintes preceitos:

Provas	Distância Triatlo	Admissão
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo*	Longo	Prova exclusiva a clubes e atletas licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, nos escalões e grupos de idade constantes no ponto 21 do presente regulamento
Prova Aberta		Prova aberta a todos os atletas (federados ou não federados), nascidos até 2000 inclusive

*a participação pressupõe a filiação prévia na Federação de Triatlo de Portugal

6. As inscrições no IV Triatlo Longo de Vilamoura devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, **até às 23h59 do dia 12 de novembro** (segunda-feira):

<http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/aplicacao-de-gestao-ftp/>

7. Os valores de inscrição no IV Triatlo Longo de Vilamoura são os constantes nos quadros em baixo:

PROVA	DISTÂNCIA TRIATLO	PREÇO DE INSCRIÇÃO	
		FEDERADOS	
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo	Longo		60 €
		 (2 a 3 elementos)	55 €/cada*
		»  (4 ou mais elementos)	50 €/cada*

*exclusivo a atletas do mesmo clube

PROVA	DISTÂNCIA TRIATLO	PREÇO DE INSCRIÇÃO		
		NÃO FEDERADOS		ESTAFETAS***
		INDIVIDUAL**		
Prova Aberta	Longo		90 €	
				
				
				100 €

**o valor de inscrição inclui o aluguer de dorsal e chip de prova e seguro de acidentes pessoais.

***o valor de inscrição é respeitante ao conjunto de elementos da equipa de estafeta: 2 ou 3 elementos; se forem de 3 elementos, cada um efetua um dos 3 segmentos de prova (natação-ciclismo-corrída); se forem 2 elementos, um dos elementos efetua 2 segmentos.

8. Registos fora do prazo de inscrição (12 de Novembro) serão aceites, mediante o pagamento adicional ao valor de inscrição, de acordo com o seguinte:

PROVAS	Valor adicional
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo Prova Aberta	+25 €

9. **O pagamento de registos de inscrição efetuados dentro do prazo** (12 de Novembro) poderá ser liquidado **até às 23h59 do dia 14 de Novembro (quarta-feira)**. Após esta data os registos de inscrição serão considerados como fora do prazo de inscrição e sujeitos ao pagamento adicional ao valor de inscrição conforme o ponto 8 do presente Regulamento.
10. Serão aceites inscrições no dia e local da prova, no Secretariado, de acordo com o ponto 8 do presente Regulamento.
11. As formas de pagamento das inscrições no IV Triatlo Longo de Vilamoura são as seguintes:
- Referência Multibanco (com 72 horas de validade, após o registo de inscrição na prova pretendida no site da Federação de Triatlo de Portugal)
 - Transferência Multibanco (IBAN: PT50 0035 0277 0001 2426 730 59 – deverá enviar comprovativo de pagamento para inscricoes@federacao-triatlo.pt)
 - Numerário ou Cheque (endossado à Federação de Triatlo de Portugal), exclusivamente, para inscrições fora do prazo, no dia e local da prova, no Secretariado)
12. Para efeitos de participação no IV Triatlo Longo de Vilamoura, só serão consideradas as inscrições pagas.
13. A inscrição no IV Triatlo Longo de Vilamoura contempla:
- Participação e classificação na prova
 - Aluguer de Dorsal e Chip de prova (a devolver no final da prova, após o *Check-Out*, no Secretariado – Atletas Não Federados) – KIT DE ATLETA
 - Abastecimentos (sólidos e líquidos)
 - Seguro de acidentes pessoais
 - Oferta do Município do Loulé
 - 1 Touca de natação Algarve Tri Run 4.0 (a levantar por todos os atletas no Secretariado de Prova) – KIT DE ATLETA
 - 1 Tatroo N.º atleta/dorsal Algarve Tri Run 4.0 (a levantar por todos os atletas no Secretariado de Prova) – KIT DE ATLETA
 - 1 Refeição na Pasta Party (Sábado, 17 NOV, às 20h00 no Hotel Crowne Plaza) – KIT DE ATLETA
14. Qualquer dificuldade de inscrição no IV Triatlo Longo de Vilamoura deverá contatar a Federação de Triatlo de Portugal:
- E-mail: inscricoes@federacao-triatlo.pt
 - Telefone: 214 464 821

LEVANTAMENTO DO KIT DE ATLETA Algarve Tri Run 4.0

15. Todos os atletas devem levantar o Kit de Atleta Triatlo Longo de Vilamoura - Algarve Tri Run 4.0, no Secretariado de Prova.

ALUGUER DE DORSAL E CHIP DE PROVA – CAUÇÃO

16. Os atletas não federados aquando o levantamento do Kit de Atleta (Dorsal e Chip de prova) no secretariado da prova, deverão apresentar uma caução de 20€, a ser devolvida no final da prova, após o *Check-Out*, mediante a devolução do respetivo dorsal e chip de prova, no Secretariado.
17. Os atletas federados que não tenham chip próprio no dia de prova terão de alugar chip no secretariado, pelo valor de 2,5€. Será ainda necessária a apresentação de uma caução de 20€, a ser devolvida no final da prova, após o *Check-Out*, mediante a devolução do respetivo chip, no Secretariado.

ESTAFETAS : IV Triatlo Longo de Vilamoura

18. A participação no IV Triatlo Longo de Vilamoura na vertente estafetas é aberta a todos os atletas, conforme ponto 7 do presente Regulamento.
19. Cada equipa deverá ser composta por 2 ou 3 elementos os quais se distribuirão para cumprir os 3 segmentos (natação-ciclismo-corrída) do Triatlo Longo, na sua totalidade, contando para a classificação aquele que concluir a prova.
20. Todos os atletas que participem na vertente estafetas devem respeitar as zonas de transmissão de testemunhos, indicadas pela equipa de arbitragem, sob pena de desqualificação.

ESCALÕES ETÁRIOS E GRUPOS DE IDADE (DISTÂNCIAS)

21. A participação nas provas do IV Triatlo Longo de Vilamoura é efetuada com base nos escalões e grupos de idade definidos neste Regulamento, de acordo com o ano de nascimento dos atletas.

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo : Triatlo Longo	
JUNIORES (nascidos entre 1999 e 2000)	Natação 1.900m (2 voltas)
GRUPO DE IDADE 20-24 (nascidos em 1994 e 1998)	
GRUPO DE IDADE 25-29 (nascidos em 1989 e 1993)	
GRUPO DE IDADE 30-34 (nascidos em 1984 e 1988)	
GRUPO DE IDADE 35-39 (nascidos em 1979 e 1983)	
GRUPO DE IDADE 40-44 (nascidos em 1974 e 1978)	Ciclismo 91.500m (2 voltas)
GRUPO DE IDADE 45-49 (nascidos em 1969 e 1973)	
GRUPO DE IDADE 50-54 (nascidos em 1964 e 1968)	
GRUPO DE IDADE 55-59 (nascidos em 1959 e 1963)	
GRUPO DE IDADE 60-64 (nascidos em 1954 e 1958)	Corrida 21.100m (4 voltas)
GRUPO DE IDADE 65-69 (nascidos em 1949 e 1953)	
GRUPO DE IDADE 70-74 (nascidos em 1944 e 1948)	
GRUPO DE IDADE 75-79 (nascidos em 1939 e 1943)	

Prova Aberta : Triatlo Longo	
Atletas nascidos até 2000 inclusive	Natação 1.900m (2 voltas) Ciclismo 91.500m (2 voltas) Corrida 21.100m (4 voltas)

DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

22. Os participantes do IV Triatlo Longo de Vilamoura irão percorrer em cada segmento de prova, os seguintes percursos:

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo Prova Aberta Triatlo Longo	
Segmento	Descrição
Natação	Percurso triangular de 2 voltas, com saída da água entre voltas, realizado na praia de Vilamoura
Ciclismo	O percurso apresenta um troço de ligação a efetuar no início e no final do segmento, com 18,5 Km. Este troço faz a ligação entre Vilamoura e o interior do Município, onde posteriormente serão realizadas 2 voltas de 27,25km entre as localidades circundantes da Serra do Caldeirão, perfazendo uma distância total de 91,5km. O troço de ligação tem pouca altimetria atravessando zonas com algum trânsito e urbanizadas. O percurso no interior do município (Serra do Caldeirão) apresenta desníveis mais significativos. O trânsito apresenta-se condicionado e não encerrado, pelo que os atletas devem circular sempre cumprindo as regras de trânsito e com especial atenção nos cruzamentos e curvas sem visibilidade.
Corrida	Percurso de 4 voltas, com extensão de 2.500m, entre a Praia de Vilamoura e a Praia de Quarteira, ao longo da costa. Essencialmente plano, em terreno misto, de asfalto e calçada.

TEMPO LIMITE DE PROVA : CUT-OFF

23. Haverá tempos limite ou cut-off no IV Triatlo Longo de Vilamoura.
24. O tempo limite ou *cut-off* poderá ser total, para apenas completar a prova, ou parciais, para cada segmento de prova. **O tempo limite conta a partir do início de cada prova ou partida de cada género.**
25. Decorrido o tempo limite, total ou parciais, o atleta será desclassificado e não poderá completar a prova em que está a participar.

Prova	Cut-off	Tempo/Horário Limite
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo Prova Aberta	Intermédios	60 minutos para completar o segmento de Natação (Horário limite: 9h00)
		300 minutos para completar o segmento de Ciclismo (Horário limite: 13h00)
		480 minutos para completar o segmento de Corrida (Horário limite: 16h00)
	Total	480 minutos para completar a prova (8 horas) (Horário limite: 16h00)

LOCAIS DE ABASTECIMENTO

26. O IV Triatlo Longo de Vilamoura irá contemplar abastecimentos nos seguintes locais:

Provas	Distância	Área de Prova/Segmento	Local do abastecimento
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo Prova Aberta	Longo	Ciclismo	Início do Percurso Circular (1x)
			Antes do final de cada volta no Percurso Circular (2x)
		Corrida	No início de cada volta (4x)
			Antes do retorno, junto à Praia de Quarteira (4x)
Chegada	Zona de Recuperação		

27. O segmento de Ciclismo irá contemplar garrafas de água, boiões com bebida isotónica, barras energéticas e fruta (apenas banana). Nos restantes locais de abastecimento (Zona de Recuperação e segmento de Corrida*) serão distribuídas garrafas de água, fruta (banana e laranja), géis, bebida isotónica e bebidas refrigerantes (Coca-cola*) aos atletas.
28. Será permitido aos atletas colocar itens de nutrição ou hidratação pessoais ou alguém os entregar ao próprio, nos locais previstos de abastecimento, desde que as situações sejam devidamente autorizadas pelo Árbitro Chefe de Equipa ou aquando o Briefing IV Triatlo Longo de Quarteira (Sábado, 18h30, Junta de Freguesia de Quarteira) ou aquando o Check In da prova.

*a Coca-cola será apenas distribuída num dos locais de abastecimento do segmento de corrida

WHEEL STATION – LOCAL PARA RODAS SUPLENTES

29. O IV Triatlo Longo de Vilamoura irá dispor de um local definido e assinalado para guardar rodas suplentes e os atletas efetuarem a respetiva troca, durante o percurso de Ciclismo.
30. O local será no entroncamento onde inicia e termina o percurso circular de 27,25 Km, entre as localidades circundantes da Serra do Caldeirão – ver Percursos IV Triatlo Longo de Vilamoura: <http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/wp-content/uploads/2016/04/PercursosTriatloVilamoura2016-1.pdf>
31. Haverá um árbitro afeto à Wheelstation que irá controlar a colocação, identificação e o levantamento de rodas por parte dos atletas, e estes são responsáveis pela troca de equipamento. Rodas que pertençam especificamente a outros atletas ou clubes, só podem ser utilizadas pelos respetivos atletas.
32. A Federação de Triatlo de Portugal não irá facultar rodas neutras para os atletas em prova.
33. Caso um atleta utilize uma roda que não lhe pertença será desclassificado.

REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

34. 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.
35. A participação na prova tem que estar obrigatoriamente coberta pelo seguro desportivo previsto na Lei (Acidentes Pessoais).
36. 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 número de voltas previamente anunciadas; - Todos os meios de propulsão ou aspiração artificiais estão interditos. - Os atletas terão obrigatoriamente de utilizar touca no percurso de natação até à Área de transição. - O uso de fato isotérmico será permitido caso a temperatura da água seja inferior a 24,6°C e obrigatório abaixo de 15,9 °C. Se a temperatura da água for igual ou acima de 24,6 °C não será permitido o uso de fato isotérmico.
Ciclismo	<ul style="list-style-type: none"> - Não é permitido "andar na roda". A zona de vácuo considerada, onde o atleta que segue atrás não pode permanecer, é constituída por 12 metros de comprimento a partir da extremidade mais distal da roda dianteira. Em caso de ultrapassagem, o atleta poderá entrar na zona de vácuo do adversário que segue à sua frente. Porém, terá um máximo de 25 segundos para atravessar essa zona e ultrapassar o outro atleta – artigo 5.4, alínea d), ponto i) do Regulamento Técnico. - É interdito "seguir na roda" ou "aproveitar o vácuo" de quaisquer veículos da organização ou outros. A separação mínima bicicleta-veículo será de 12 metros e 35 metros de comprimento, a partir da extremidade mais distal da roda dianteira com a traseira do veículo, para motociclos e veículos automóveis, respetivamente - artigo 5.4, alínea d), pontos iii) e iv) do Regulamento Técnico. - 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/>

CLASSIFICAÇÕES

37. O IV Triatlo Longo de Vilamoura irá publicar as seguintes classificações:

Prova	Classificações
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo	- classificação absoluta por género - classificação grupos de idade por género - classificação clubes por género*
Prova Aberta	- classificação absoluta por género - classificação equipas por género* - classificação estafetas

*o apuramento das classificações coletivas é efetuado com base no somatório de tempos dos 3 melhores atletas de cada clube, para cada género.

PROTESTOS

38. Podem ser efetuados protestos 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

JURI DE APELO

39. Será constituído por três individualidades a anunciar no secretariado.

PRÉMIOS

40. Serão atribuídos **troféus individuais e coletivos** de acordo com os quadros abaixo.

IV Triatlo Longo de Vilamoura : Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo

Absolutos	Masculinos			Femininos		
	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

Escalões/Grupos de Idade	Masculinos			Femininos		
Juniores	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 20-24	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 25-29	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 30-34	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 35-39	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 40-44	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 45-49	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 50-54	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 55-59	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 60-64	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 65-69	1º	2º	3º			
Grupo de Idade 70-74	1º	2º	3º			
Grupo de Idade 75-79	1º	2º	3º			

Clubes	Masculinos			Femininos		
	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

IV Triatlo Longo de Vilamoura : Prova Aberta Triatlo Longo

Absolutos	Masculinos			Femininos		
	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

Equipas	Masculinos			Femininos		
	1º			1ª		

Estafetas	1º	2º	3º
-----------	----	----	----

41. Na atribuição dos prémios é obrigatória a presença dos atletas e clubes vencedores.

42. Serão atribuídos **prémios pecuniários** de acordo com as seguintes tabelas:

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo										
Prémios Pecuniários Individuais										
Nº de Atletas dentro da (%) de Qualidade – Masculinos										
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1º	200 €	203 €	207 €	214 €	225 €	242 €	271 €	327 €	450 €	856 €
2º	155 €	158 €	162 €	169 €	180 €	197 €	226 €	282 €	405 €	
3º	120 €	123 €	127 €	134 €	145 €	162 €	191 €	247 €		
4º	95 €	98 €	102 €	109 €	120 €	137 €	166 €			
5º	75 €	78 €	82 €	89 €	100 €	117 €				
6º	60 €	63 €	67 €	74 €	85 €					
7º	50 €	53 €	57 €	64 €						
8º	40 €	43 €	47 €							
9º	33 €	36 €								
10º	28 €									
Nº de Atletas dentro da (%) de Qualidade – Femininos										
	5	4	3	2	1					
1º	200 €	218 €	256 €	345 €	645 €					
2º	155 €	173 €	211 €	300 €						
3º	120 €	138 €	176 €							
4º	95 €	113 €								
5º	75 €									

As percentagens de qualidade a aplicar, relativamente ao tempo do primeiro classificado do respetivo género em prova, são: Masculinos: 5%; Femininos: 8%

OUTRAS INFORMAÇÕES

43. 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.
44. O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo dos percursos de prova.
45. Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova.
46. No final da prova, os atletas poderão tomar banho nos balneários das Piscinas Municipais de Quarteira, entre as 12h00 e as 18h00.

CASOS OMISSOS

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