



## Triatlo de Montemor-o-Velho

1 e 2 de agosto de 2020



### REGULAMENTO

#### ORGANIZAÇÃO

- O Triatlo de Montemor-o-Velho é uma organização da Federação de Triatlo de Portugal, com o apoio técnico da Câmara Municipal de Montemor-o-Velho.
- É constituído por duas provas de triatlo, que irão decorrer no dia 1 e 2 de agosto, sábado e domingo. Nomeadamente:

Data	Provas	Distância	Horário de Início
1 de agosto (sábado)	Prova de apuramento CE Youth	Super-Sprint	16h00
2 de agosto (domingo)	Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo por Estafetas Mistas	Super Sprint	10h30

- A realização do Triatlo de Montemor-o-Velho irá decorrer de acordo com o seguinte programa e horário:

<b>SÁBADO: 1 de agosto</b>	
14h30 às 15h30	<b>Secretariado</b> (CAR Montemor-o-Velho)
14h40 às 15h40	<b>Check In</b> - Verificação técnica e colocação do material no PT para ambos os géneros - Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados
15h45	Hora limite de permanência de atletas no PT
<b>15h55</b>	<b>Hora limite para terminar o aquecimento feminino</b>
<b>16h00</b>	<b>Início da prova de apuramento feminina</b>
<b>16h15</b>	<b>Hora limite para terminar o aquecimento masculino</b>
<b>16h20</b>	<b>Início da prova de apuramento masculina</b>
17h00	<b>Check Out</b> – 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 respetivo levantamento será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova

- os horários poderão ser sujeitos a alterações

<b>Domingo: 2 de agosto</b>	
9h00 às 10h10	<b>Secretariado</b> (CAR Montemor-o-Velho)
9h00 às 10h10	<b>Check In</b> - Verificação técnica e colocação do material no PT1 para ambos os géneros - Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados
10h15	Hora limite de permanência de atletas no PT
<b>10h30</b>	<b>Início da prova de Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo por Estafetas Mistas</b>
12h45	<b>Check Out</b> – 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 respetivo levantamento será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova
<b>13h00</b>	<b>Entrega de Prémios</b>

- os horários poderão ser sujeitos a alterações

4. Não é permitida a entrada de veículos no Centro de Alto Rendimento, pelo que os atletas terão de passar num posto de controlo, junto à rotunda de acesso ao CAR, onde a FTP irá medir a temperatura corporal a todos os atletas, sendo impedido de participar todo o atleta cuja temperatura corporal seja superior a 37,5º.
5. No Posto de Controlo os atletas terão à sua disposição material de higienização (álcool gel), para utilização na sua higienização individual.
6. No mesmo ponto de controlo referido anteriormente, os atletas terão de assinar uma declaração em como não apresentam sintomas de doença nos últimos 15 dias. Depois de validada a sua participação, será colocado a cada atleta uma pulseira inviolável que atesta o seu estado de saúde e que tem de ser mantida até ao final do evento.
7. Os atletas têm de cumprir as recomendações da FTP (disponíveis no site da prova) para este período, nomeadamente o uso de máscara descartável durante todo o período que se encontrem no local da prova, à exceção do período compreendido entre a partida e meta. Após a meta será entregue a cada atleta uma máscara de proteção, juntamente com o kit de meta.
8. Não haverá local para que os atletas possam guardar as mochilas ou outro material individual.

#### LOCAIS

9. O Triatlo de Montemor-o-Velho irá decorrer no Centro de Alto Rendimento de Montemor-o-Velho

ÁREAS DE PROVA	LOCAL	Coordenadas GPS
SECRETARIADO	CAR Montemor-o-Velho	40°10'31.12"N 8°39'13.51"O
PARQUE DE TRANSIÇÃO	CAR Montemor-o-Velho	40°10'31.12"N 8°39'13.51"O
PARTIDA	CAR Montemor-o-Velho	40°10'31.12"N 8°39'13.51"O
CHEGADA (Meta, Zona de Recuperação e Entrega de Prémios)	CAR Montemor-o-Velho	40°10'31.12"N 8°39'13.51"O

\*Haverá wc's disponíveis junto ao Parque de Transição.






#### INSCRIÇÕES

10. A participação no Triatlo de Montemor-o-Velho é exclusiva para atletas licenciados, de acordo com os seguintes preceitos:

Provas	Distância	Admissão
Prova de apuramento CE Youth	Super Sprint	Prova exclusiva a clubes e atletas licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, nos escalões e grupos de idade constantes no ponto 20 do presente regulamento
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo por Estafetas Mistas	Super Sprint	Prova exclusiva a clubes e atletas licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, nos escalões e grupos de idade constantes no ponto 20 do presente regulamento

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

11. As inscrições no Triatlo de Montemor-o-Velho devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, **até às 23h59 do dia 27 de julho** (segunda-feira):  
<http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/aplicacao-de-gestao-ftp/>
12. Os valores de inscrição no Triatlo de Montemor-o-Velho são os constantes no quadro em baixo:

PROVA	DISTÂNCIA Triatlo	PREÇO DE INSCRIÇÃO	
		FEDERADOS	
Prova de apuramento CE Youth	Super Sprint		gratuito
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo por Estafetas Mistas	Super Sprint	   	30€

13. Não serão aceites inscrições fora do prazo de inscrição (27 de julho)
14. **O pagamento de registos de inscrição** poderá ser liquidado **até às 23h59 do dia 29 de julho (quarta-feira)**.
15. As formas de pagamento das inscrições no Triatlo de Montemor-o-Velho são as seguintes:
- Referência Multibanco (com 48 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](mailto:inscricoes@federacao-triatlo.pt))
16. Para efeitos de participação no Triatlo de Montemor-o-Velho, só serão consideradas as inscrições pagas.
17. A inscrição no Triatlo de Montemor-o-Velho contempla:
- Participação e classificação na prova inscrita
  - Abastecimentos (sólidos e líquidos)
  - Seguro de acidentes pessoais
18. Qualquer dificuldade de inscrição no Triatlo de Montemor-o-Velho deverá contactar a Federação de Triatlo de Portugal:
- E-mail: [inscricoes@federacao-triatlo.pt](mailto:inscricoes@federacao-triatlo.pt)
  - Telefone: 214 464 821.

#### ALUGUER DE DORSAL E CHIP DE PROVA – CAUÇÃO

19. Excecionalmente, não serão cobrados valores por aluguer de dorsal, chip ou restante material necessário. Este material poderá ser solicitado no local da prova, no Secretariado.

#### ESCALÕES ETÁRIOS E GRUPOS DE IDADE (DISTÂNCIAS)

20. A participação nas provas do Triatlo de Montemor-o-Velho é efetuada com base nos escalões e grupos de idade definidos neste Regulamento, de acordo com o ano de nascimento dos atletas.

Prova Apuramento CE Youth   Distância Super Sprint	
Atletas nascidos em 2003 ou 2004	Natação: 300m (1 volta)
	Ciclismo: 6.700m (1 volta)
	Corrida: 1.700m (1 volta)

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo por Estafetas Mistas   Super Sprint	
Juvenis (nascidos em 2005 e 2006)	Natação: 300m (1 volta)  Ciclismo: 6.700m (1 volta)  Corrida: 1.700m (1 volta)
Cadetes (nascidos entre 2003 e 2004)	
JUNIORES (nascidos entre 2001 e 2002)	
Seniores (nascidos entre 1981 e 2000)	
Veteranos (nascidos até 1980)	

## DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

21. Os participantes do Triatlo de Montemor-o-Velho irão percorrer em cada segmento da respetiva prova, os seguintes percursos:

Prova Apuramento CE Youth   Distância Super Sprint	
Segmento	Descrição
Natação	Partida de plataforma, com volta de 300metros, com 2 bóias contornadas pela esquerda
Ciclismo	Percurso composto por 1 volta em asfalto em boas condições, plano, com a extensão de 6700m
Corrida	Percurso de ida e volta plano, corrido no estacionamento do CAR Montemor-o-Velho, com 1 volta de 1700m

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo por Estafetas Mistas   Super Sprint	
Segmento	Descrição
Natação	Partida de plataforma, com volta de 300metros, com 2 bóias contornadas pela esquerda
Ciclismo	Percurso composto por 1 volta em asfalto em boas condições, plano, com a extensão de 6700m
Corrida	Percurso de ida e volta plano, corrido no estacionamento do CAR Montemor-o-Velho, com 1 volta de 1700m

## LOCAIS DE ABASTECIMENTO

22. O Triatlo de Montemor-o-Velho irá contemplar abastecimentos nos seguintes locais:

Provas	Distância	Abastecimentos
Prova de Apuramento e Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo por Estafetas Mistas	Super Sprint	Início da Corrida
		Meta

23. O abastecimento de meta será constituído por 2 peças de fruta e 2 garrafas de água, entregues num saco de plástico fechado. Nos locais de abastecimento será distribuída água selada.

## REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

24. São adotadas as regras em vigor no Regulamento Técnico e de Competições 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.
25. A participação na prova tem que estar obrigatoriamente coberta pelo seguro desportivo previsto na Lei (Acidentes Pessoais).

26. 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"> <li>- Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respetivo percurso e nº de voltas, previamente anunciados.</li> <li>- Todos os meios de propulsão ou aspiração artificiais estão interditos.</li> <li>- Os atletas terão, obrigatoriamente, de utilizar touca, no percurso de natação, até ao Parque de Transição.</li> <li>- O uso de fato isotérmico será permitido, caso a temperatura da água seja inferior a 22º.</li> </ul>
Ciclismo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- É permitido andar na roda para atletas com partida em simultâneo e que circulem na mesma volta;</li> <li>- É obrigatório o uso de capacete rígido afivelado em toda a extensão do percurso, até à colocação da bicicleta no suporte;</li> <li>- É obrigatório o uso de dorsal colocado nas costas e em local bem visível;</li> <li>- Cada concorrente é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respetivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas;</li> <li>- Cada concorrente é responsável pela sua bicicleta, não sendo possível receber qualquer tipo de ajuda exterior para a sua reparação;</li> <li>- Os atletas obrigam-se a respeitar as regras de trânsito e as indicações dadas pelos agentes de segurança.</li> </ul>
Corrida	<ul style="list-style-type: none"> <li>- É obrigatório o uso de Peitoral, colocado em zona frontal, bem visível;</li> <li>- Cada concorrente é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respetivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas;</li> <li>- 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.</li> </ul>

Ver regulamentos em vigor em: <http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/a-federacao/estatutos/>

27. **ESTAFETAS (Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo por Estafetas Mistas)**

- Serão compostas por grupos de 4 participantes, com obrigatoriamente duas atletas femininas que partirão no primeiro e terceiro lugar da sua equipa, e dois atletas masculinos que partirão em segundo e quarto lugar da sua equipa.
- Todos os atletas cumprem a totalidade dos segmentos da prova antes de passarem o testemunho ao próximo colega de equipa.
- Os elementos de uma equipa terão de ser filiados na FTP e pertencer ao mesmo clube.
- As inscrições terão de ser feitas através do preenchimento da ficha de inscrição respetiva.
- A constituição das equipas só poderá ser alterada até ao encerramento do secretariado, no dia 1 de agosto. Poderá ser alterada a ordem de partida de cada atleta e constituição das equipas com atletas já inscritos na prova. A colocação de novos atletas em equipas inscritas apenas será autorizada pela Direção de Competições em casos excecionais (tais como lesão ou semelhante).

- Depois do fecho do secretariado no dia 1, a composição e ordem da equipa não poderão ser alteradas, o que, a verificar-se, implica a desclassificação da equipa.
- Devem ser respeitadas as **NORMAS ESPECÍFICAS PARA AS PROVAS DE ESTAFETAS MISTAS**.

## CLASSIFICAÇÕES

28. O Triatlo de Montemor-o-Velho irá publicar as seguintes classificações:

Prova	Classificações
Prova de apuramento CE Youth (Distância Super Sprint)	- classificação absoluta por género
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo por Estafetas Mistas (Distância Super Sprint)	- Classificação por equipas absoluta - Classificação por equipas geral - Classificação por escalões

## PROTESTOS

29. 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

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

## PRÉMIOS

31. Serão atribuídos **troféus coletivos** de acordo com os quadros abaixo, na prova do Campeonato Nacional de Estafetas Mistas

### Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo por Estafetas Mistas

<b>Equipas Absoluta</b>	1 <sup>a</sup> , 2 <sup>a</sup> , 3 <sup>a</sup>
<b>Juvenis</b>	1 <sup>a</sup> , 2 <sup>a</sup> , 3 <sup>a</sup>
<b>Cadetes</b>	1 <sup>a</sup> , 2 <sup>a</sup> , 3 <sup>a</sup>
<b>Juniores</b>	1 <sup>a</sup> , 2 <sup>a</sup> , 3 <sup>a</sup>
<b>Seniores</b>	1 <sup>a</sup> , 2 <sup>a</sup> , 3 <sup>a</sup>
<b>Veteranos</b>	1 <sup>a</sup> , 2 <sup>a</sup> , 3 <sup>a</sup>

32. Na atribuição dos prémios é obrigatória a presença dos atletas, equipas e clubes vencedores.
33. Serão atribuídos **prémios pecuniários** de acordo com as seguintes tabelas:

<b>Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo por Estafetas Mistas</b>	
<b>Prémios Pecuniários Clubes</b>	
1º	300 €
2º	200 €
3º	150 €
4º	100 €
5º	100 €
6º	50 €
7º	50 €
8º	50 €
<b>TOTAL</b>	<b>1.000,00 €</b>

### **OUTRAS INFORMAÇÕES**

34. 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.
35. O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo dos percursos de prova.
36. Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova.

### **CASOS OMISSOS**

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