

GUIA DE FUNCIONAMENTO DOS CAMPEONATOS REGIONAIS 2021

GRUPOS DE IDADE 6-7, 8-9, 10-11, 12-13, 14-15, 16-17 E CLUBES

Em verde - Adicionado para 2021

Em vermelho – Retirado/ não em vigor para 2021

Em amarelo - Alterado para 2021

GENERALIDADES

Artigo 1º

Âmbito

1. Este documento destina-se a regular a participação dos praticantes até aos 17 anos de idade.
2. Estas normas definem:
 - Os escalões dos praticantes;
 - As distâncias das provas;
 - O âmbito geográfico das regiões;
 - A organização das competições;
 - O organizador-tipo das provas;
 - As formas de inscrição e as respetivas taxas;
 - A forma como são elaboradas as classificações nas provas e nas competições.

REGRAS GERAIS

Artigo 2º

Escalões e distâncias

1. As distâncias referência das provas são as abaixo indicadas podendo sofrer alterações para se adaptarem às características dos locais e nível da competição, temperaturas da água e do ambiente ou outras.

Escalões	Aquatlo	Duatlo	Triatlo
GI 6-7 anos Nascidos em 2014 e 2015	Formatos adaptados e diferenciados, anunciados no regulamento de prova		
GI 8-9 anos Nascidos em 2012 e 2013	50/400	200/1000/200	50/1000/400
GI 10-11 anos Nascidos em 2010 e 2011	100/800	400/2000/400	100/2000/800
GI 12-13 anos Nascidos em 2008 e 2009	150/1200	600/3000/600	150/3000/1200
GI 14-15 anos Nascidos em 2006 e 2007	200/1600	1200/5000/600	200/5000/1600
GI 16/-17 anos Nascidos em 2004 e 2005	250/2000	2000/8000/1000	250/8000/2000

Estas idades aplicam-se a ambos os géneros.

Artigo 4º

Definição territorial das regiões

Para efeitos de calendarização dos quadros participativos (conjunto de provas que contam para um determinado campeonato), é a seguinte a divisão geográfica das regiões e distritos que as compõem:

DOURO NORTE: PORTO, BRAGA, VIANA DO CASTELO, VILA REAL e BRAGANÇA

CENTRO NORTE: COIMBRA, AVEIRO, VISEU e GUARDA

CENTRO LITORAL: LISBOA e LEIRIA

CENTRO INTERIOR: SANTARÉM, PORTALEGRE e CASTELO BRANCO

MÉDIO SUL: SETÚBAL, ÉVORA e BEJA

ALGARVE: FARO

AÇORES

MADEIRA

Transitoriamente poderá haver agrupamento de regiões.

Artigo 5º

Organização dos quadros participativos

1. Os quadros participativos são semelhantes em todas as regiões e terão em atenção na sua calendarização:
 - O calendário escolar;
 - As candidaturas dos clubes à organização de provas;
 - Os locais onde atualmente existem clubes com jovens filiados;
 - Que os clubes acima citados sejam preferencialmente os organizadores das provas;
 - Os locais considerados ideais para a prática do Triatlo, Duatlo e Aquatlo;

Artigo 6º

Calendarização

1. Entre Setembro e Novembro de cada ano a FTP propõe aos clubes um projeto de calendário regional para decorrer de Janeiro a Julho;
2. Até Dezembro do ano anterior é definido o calendário de cada região.
3. As provas serão organizadas preferencialmente pelos clubes com maior número de jovens triatletas nas suas localidades ou proximidades, com o apoio da FTP através das suas delegações ou associações regionais.
4. De Janeiro a Julho implementar-se-ão até 6 eventos de Duatlo, Aquatlo ou Triatlo, em média 1 por mês e separados de 2 a 6 semanas, formando os Campeonatos regionais para os atletas Juvenis e Cadetes (para estes apenas nas regiões onde ainda não existem campeonatos regionais para adultos: Centro Litoral, Centro Interior e Médio Sul) e para os clubes, contando para a classificação coletiva todos os atletas exceto o GI 6-7.
5. Estas provas terão lugar preferencialmente aos sábados de tarde com início às 14:00h de Janeiro a Março e às 15:00h de Abril a Julho.
6. Em cada prova serão elaborados resultados para os GI 8-9, 10-11, 12-13, 14-15, 16-17 e Clubes da região e haverá pódios apenas para Clubes da região;
7. Os pódios individuais e coletivos das provas são destinados apenas aos atletas individuais e não federados residentes na região, aos atletas de clubes da região e aos clubes da região e ainda aos atletas e clubes não portugueses;

Pontuações, classificações e critérios de desempate

- a) O nº de pontos obtidos pelo atleta contam para a sua equipa na prova;
- b) Aos atletas individuais, não federados e federados de outras regiões (extra) não é atribuída pontuação nas provas;

Exemplo:

GI 12-13 MASCULINOS
REGIÃO CENTRO INTERIOR

Pos	Dorsal	Licença	Nome	Clube	Pontos
1	368	1005	Bernardo Boal	Clube Natação do Cartaxo	100
2	281	1003	Gustavo do Canto	Clube de Natação de Torres Novas	99
3	586	1023	Jose Tadeia	Clube de Natação de Torres Novas	98
4	239	1016	João Nuno Batista	Clube de Natação de Torres Novas	97
5	196	1026	Vasco Rolim	Sporting Clube de Portugal/ extra	
6	607	1044	Salvador Montez	Clube Natação do Cartaxo	96
7	241	1016	Pedro Afonso Razões	Clube de Natação de Torres Novas	95
8	415	1007	Francisco José	Individual	
9	891		Cesar Lopes	Não federado	
10	328	1034	Filipe Carvalho	Lusitano Setúbal/ extra	
11	335	1021	Bruno Gomes Ribeiro	FET-Fátima Escola de Triatlo	94
12	15	1016	Diogo Nepomuceno	Escola Triatlo Santo António Évora/ extra	
13	165	1006	João Canilho	Alhandra Sporting Club/ extra	
14	131	1022	João Mendes	Clube Triatlo de Abrantes	93
15	90	1025	Rodrigo Cruz	A. H. B. dos Estoris/ / extra	
16	717	1006	João Francisco Vitorino	Alhandra Sporting Club/ extra	
17	706	1016	Martim Salvador	Clube de Natação de Torres Novas	92
18	396	1034	João Ananias Nobre	Clube Desportivo Olivais e Moscavide/ extra	
19	176	1007	Bernardo Galinha	Núcleo do Sporting da Golegã	91
20	177	1004	Antonio Vaz Pedro	SFRAA TRIATLO/ extra	

c) A classificação por Clubes final nos Campeonatos regionais de Triatlo Jovem é apurada pela soma dos pontos obtidos por cada clube em todas as provas em que participe, segundo o maior nº de pontos obtidos por cada clube no conjunto de todas as provas. À classificação de cada prova aplica-se a tabela abaixo:

Classificação	Pontos	Classificação	Pontos	Classificação	Pontos	Classificação	Pontos
1º	210	6º	150	11º	100	16º	50
2º	190	7º	140	12º	90	17º	40
3º	180	8º	130	13º	80	18º	30
4º	170	9º	120	14º	70	19º	20
5º	160	10º	110	15º	60	20º e restantes	10

- d) Aos atletas juvenis e cadetes não será considerada a prova com pior pontuação/ ausência ou desistência.
- e) Em situação de empate no final, o desempate é efetuado de acordo com as seguintes regras e ordem contando todas as provas para este desempate:
1. Pela melhor classificação numa prova;
 2. Pela melhor classificação em duas provas;
 3. Pelo maior número de melhores resultados;

4. Pela melhor classificação na última prova;

Tabela de aplicação para as classificações individuais (que somam para a obtenção da classificação coletiva) nas provas a contar para os Campeonatos:

Classificação	Pontos	Classificação	Pontos	Classificação	Pontos	Classificação	Pontos
1º	100	26º	75	51º	50	76º	25
2º	99	27º	74	52º	49	77º	24
3º	98	28º	73	53º	48	78º	23
4º	97	29º	72	54º	47	79º	22
5º	96	30º	71	55º	46	80º	21
6º	95	31º	70	56º	45	81º	20
7º	94	32º	69	57º	44	82º	19
8º	93	33º	68	58º	43	83º	18
9º	92	34º	67	59º	42	84º	17
10º	91	35º	66	60º	41	85º	16
11º	90	36º	65	61º	40	86º	15
12º	89	37º	64	62º	39	87º	14
13º	88	38º	63	63º	38	88º	13
14º	87	39º	62	64º	37	89º	12
15º	86	40º	61	65º	36	90º	11
16º	85	41º	60	66º	35	91º	10
17º	84	42º	59	67º	34	92º	9
18º	83	43º	58	68º	33	93º	8
19º	82	44º	57	69º	32	94º	7
20º	81	45º	56	70º	31	95º	6
21º	80	46º	55	71º	30	96º	5
22º	79	47º	54	72º	29	97º	4
23º	78	48º	53	73º	28	98º	3
24º	77	49º	52	74º	27	99º	2
25º	76	50º	51	75º	26	100º e restantes	1

6. Em provas que a FTP julgue necessário, poderão ser utilizados chips e poderá ser feita a cronometragem. Será utilizada cronometragem nas provas em que haja necessidade de dividir os atletas por vagas dentro do mesmo escalão e gênero;

7. Provas de estafeta **de 1 por segmento**

a) As equipas podem ser compostas por atletas só masculinos, só femininos ou mistas e formadas por:

- 3 atletas agrupando os **GI 8-9 e 10-11**, (Agrupamento 1) na distância aproximada de 50/1000/400;
- 3 atletas do **GI 12-13**, (Agrupamento 2) na distância aproximada de 150/3000/1200;
- 3 atletas agrupando os **GI 14-15 e 16-17**, (Agrupamento 3) na distância aproximada de 200/5000/1600;

- No caso extremo de algum clube ter apenas 2 atletas para formar equipa em um determinado agrupamento, a equipa pode ser constituída desse modo mas um atleta cumpre a natação e a corrida e o outro cumpre o ciclismo;
- Cada atleta cumpre um segmento segundo a ordem natação, ciclismo, corrida;
- Para efeitos de classificação final em cada prova, é aplicada, em cada agrupamento, a tabela dos 210, 190, etc, a todas as equipas classificadas;
- Para efeitos de pontuação para o Campeonato de Triatlo Jovem por Clubes aplica-se a soma das pontuações obtidas por todas as equipas de cada clube. Exemplo:

Agrupamento 1		
Posição	Equipa	Pontos
1	Escola Triatlo Santo António Évora – A	210
2	Associação Naval Amorense – A	190
3	AMICICLO GRÂNDOLA - A	180
4	REPSOL TRIATLO – B	170
5	Lusitano Setúbal - A	160
6	C. D. R. R. Baixa da Banheira – A	150
7	Associação Naval Amorense – B	140
8	REPSOL TRIATLO – A	130
9	AMICICLO GRÂNDOLA - B	120
10	C. D. R. R. Baixa da Banheira - B	110
11	Escola Triatlo Santo António Évora - B	100
12	Lusitano Setúbal – B	90

Agrupamento 2		
Posição	Equipa	Pontos
1	Escola Triatlo Santo António Évora - C	210
2	Associação Naval Amorense - C	190
3	REPSOL TRIATLO – D	180
4	AMICICLO GRÂNDOLA - C	170
5	C. D. R. R. Baixa da Banheira - C	160
6	Lusitano Setúbal – C	150
7	Associação Naval Amorense - D	140
8	REPSOL TRIATLO – C	130
9	AMICICLO GRÂNDOLA - D	120
10	C. D. R. R. Baixa da Banheira - D	110
11	Escola Triatlo Santo António Évora - D	100
12	Lusitano Setúbal – D	90

Agrupamento 3		
Posição	Equipa	Pontos
1	Lusitano Setúbal – E	210

2	Associação Naval Amorense - E	190
3	Lusitano Setúbal – F	180
4	Escola Triatlo Santo António Évora - E	170
5	C. D. R. R. Baixa da Banheira - F	160
6	REPSOL TRIATLO – F	150
7	Associação Naval Amorense - F	140
8	REPSOL TRIATLO – E	130
9	AMICICLO GRÂNDOLA - E	120
10	C. D. R. R. Baixa da Banheira - E	110
11	AMICICLO GRÂNDOLA - F	100
12	Escola Triatlo Santo António Évora - F	90

Posição	Clube	Pontos na prova	Pontuação para o Campeonato
1	Associação Naval Amorense	990	990
2	REPSOL TRIATLO	890	890
3	Escola Triatlo Santo António Évora	880	880
4	Lusitano Setúbal	880	880
5	AMICICLO GRÂNDOLA	810	810
6	C. D. R. R. Baixa da Banheira	800	800

Artigo 7º

Processo de inscrição e apoio à deslocação

1. Têm acesso à inscrição nas provas todos os atletas e clubes.
2. Inscrições nas provas através de um sistema de folha ou formulário a gerir por cada delegação regional ou associação das regiões autónomas, FTP ou plataformas externas;
3. Inscrições gratuitas se dentro do prazo normal e 5€ se realizadas após o prazo normal (3ª da semana da prova às 24:00h) ou o correspondente nº de dias se a prova for em feriado;
Os atletas não federados (sem licença federativa atribuída) custearão o seu seguro de acidentes pessoais na prova no valor de 2,5€.
4. O montante apurado com as taxas de inscrição revertem a favor do organizador (se for um clube filiado). Noutros casos revertem a favor da FTP.
5. Responsabilização por ausências: Os clubes ou atletas individuais pagarão em cada prova à FTP o valor de 1€ por cada atleta inscrito mas ausente.
6. O apoio financeiro à deslocação às provas será calculado mediante a fórmula:
 - a. Nº de atletas do clube que participam na prova x nº km da localidade do Clube ao local de chegada da prova x 0,04 = x €. Ver mais informação no documento “Guia do apoio à deslocação”.

Artigo 8º

Normas técnicas

Ver também o Manual de organização de Aquatlos e Triatlos segmentados.

1. Natação

- Os segmentos de natação ocorrerão preferencialmente em piscinas de 50m descobertas, e em alternativa em piscinas de 50m ou de 25m cobertas ou descobertas.
- Devem ser efetuadas provas separadas para masculinos e femininos.
- Dependendo da dimensão das piscinas, para cada partida os atletas do mesmo escalão e género devem ser divididos em várias vagas segundo as tabelas abaixo:

Piscinas de 25m – nº máximo de atletas por partida

	8-9 anos	10-11 anos	12-13 anos	14-15 anos	16-17 anos
5 pistas	15	13	11	9	7
6 pistas	16	14	12	10	8
7 pistas	17	15	13	11	9
8 pistas	18	16	14	12	10
9 pistas	19	17	15	13	11
10 pistas	20	18	16	14	12

Piscinas de 50m – nº máximo de atletas por partida

	8-9 anos	10-11 anos	12-13 anos	14-15 anos	16-17 anos
8 pistas	24	22	20	18	16
9 pistas	26	24	22	20	18
10 pistas	28	26	24	22	20

Em Triatlos ou Aquatlos segmentados, em que a natação é separada do/s outro/s segmento/s, o nº de atletas é de 2 por pista com separadores colocados.

Opção por segmentação conforme a temperatura do ar livre exterior:

- Se a previsão da temperatura máxima para o dia e hora do evento a 10 dias do mesmo, em <https://www.ipma.pt/pt/otempo/prev.localidade.hora/>, estiver abaixo dos 16 graus, as provas terão que ser segmentadas separando a natação dos outros segmentos.
- Se a previsão for igual ou superior a 16 graus, as provas são contínuas.



2. Segurança

- Na piscina deve estar sempre um nadador-salvador dentro de água e na 1ª boia para assistência e encaminhamento de atletas.
- O percurso desde a saída da água até à zona de transição não deve estar escorregadio, deve colocar-se uma tapete ou algo não agressivo a pés descalços que evite escorregar desde a saída da água até ao local onde os atletas se calçam, o que deve acontecer o mais perto possível da saída da água.
- Após os sapatos calçados, devem criar-se condições para os atletas não escorregarem. De notar que correr calçado numa mudança de direção sobre uma alcatifa que não esteja fixa ao pavimento pode causar quedas.
- Os percursos de ciclismo e corrida devem estar delineados de modo a assegurar que não haja enganos e evitando bruscas mudanças de direção que podem também provocar quedas.

- Nos Triatlos contínuos e Triatlos segmentados **preferencialmente** o nº máximo de voltas de ciclismo e corrida é:

	8-9 anos	10-11 anos	12-13 anos	14-15 anos	16-17 anos
De Ciclismo	1	1	1	2	3
De Corrida	1	1	1	1	1

- Nos Aquatlos contínuos **preferencialmente** o nº máximo de voltas de corrida é:

	8-9 anos	10-11 anos	12-13 anos	14-15 anos	16-17 anos
De Corrida	1	1	1	2	2

- Nos Aquatlos segmentados **preferencialmente** o nº máximo de voltas de corrida é:

	8-9 anos	10-11 anos	12-13 anos	14-15 anos	16-17 anos
De Corrida	1	1	1	2	2

- Nos Aquatlos segmentados com a corrida em pista de atletismo de 400m, **preferencialmente** o nº máximo de voltas de corrida é:

	8-9 anos	10-11 anos	12-13 anos	14-15 anos	16-17 anos
De Corrida	1	2	3	4	5

- Nos Duatlos, **preferencialmente** o nº máximo de voltas é:

	8-9 anos	10-11 anos	12-13 anos	14-15 anos	16-17 anos
Na 1ª Corrida	1	1	1	2	2
De Ciclismo	1	1	1	2	3
Na 2ª Corrida	1	1	1	1	1

- Destinar uma pessoa guia em bicicleta (**BTT ou estrada conforme o tipo de piso**) ou mota no ciclismo, e em bicicleta (**BTT ou estrada conforme o tipo de piso**) na corrida, para ir à frente do 1º. e outra bicicleta (**BTT ou estrada conforme o tipo de piso**) para ir atrás do último durante toda a prova.

- Normalmente nos Aquatlos os atletas finalizam em estado de extremo cansaço com uma alta frequência cardíaca e respiratória, e por isso se devem tomar as precauções devidas (os bombeiros estarem na zona de chegada, disponibilizar água, ajudar os atletas a um adequado retorno à calma).

3. Assistência Médica

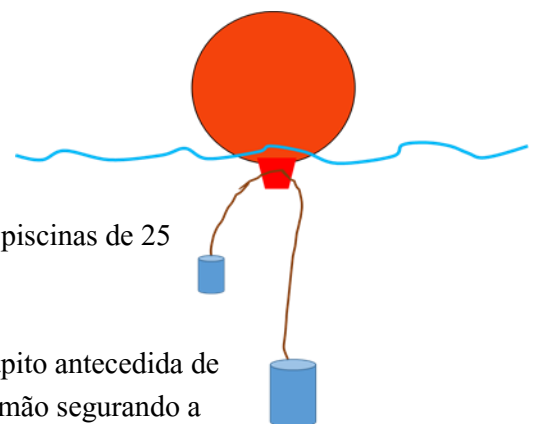
É obrigatória a presença de uma viatura com profissionais de primeiros socorros (normalmente de Bombeiros), desde 30 min antes do início das provas para assistência médica de 1ª intervenção. Se se tiver que ausentar do local por algum motivo, devem suspender-se as provas até uma viatura estar novamente presente.

4. Percursos

- O percurso de natação deve ficar montado com 3 boias de cerca de 40cm de diâmetro e colocadas a 3m das paredes da piscina, criando uma linha imaginária (ou real com separador de pistas entre as boias).



- As boias devem possuir poitas (pesos) que as fixam no local por corda ou elástico.
- Ver de seguida esquema de montagem de poita (18kg) e contrapeso (5kg), isto para boias de 40cm de diâmetro. A corda pode ser substituída por elástico e neste caso não é necessário contrapeso.

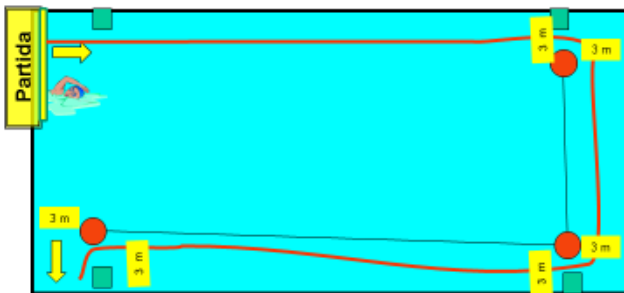


- O segmento de Natação no Aquatlo deve ser realizado em piscinas de 25 ou 50 metros, sem separadores (pistas).
- A prova deve ser iniciada com partida ao sinal sonoro de apito antecedida de “prontos” com todos os atletas dentro de água e com uma mão segurando a parede testa.

Em piscinas de 25m:

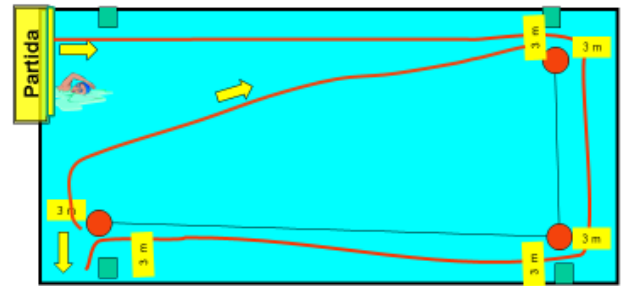
Ver esquema de montagem de boias em piscina de 25m:

Piscinas de 25m
8/9 anos
50m (1 volta)



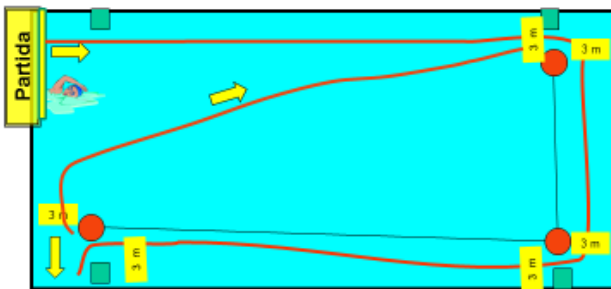
Saída

Piscinas de 25m
10/11 anos
100m (2 voltas)



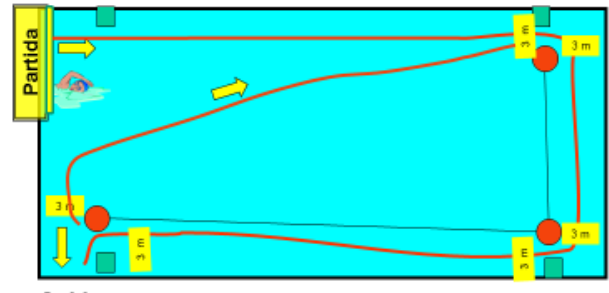
Saída

Piscinas de 25m
12/13 anos
150m (3 voltas)



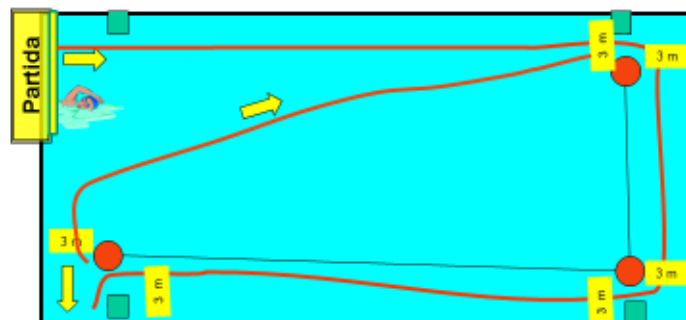
Saída

Piscinas de 25m
14/15 anos
200m (4 voltas)



Saída

Piscinas de 25m
16/17 anos
250m (5 voltas)

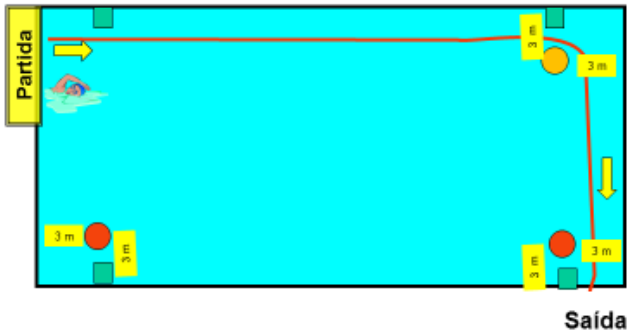


Saída

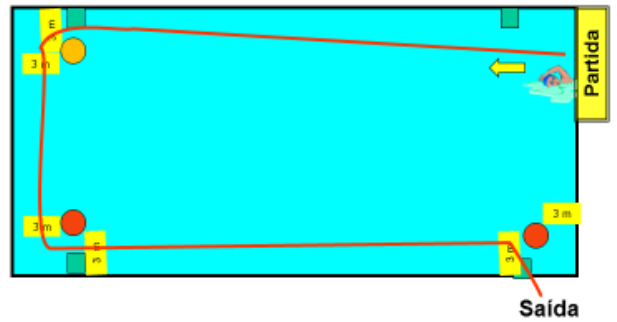
Em piscinas de 50m:

Ver esquema de montagem de boias em piscina de 50m:

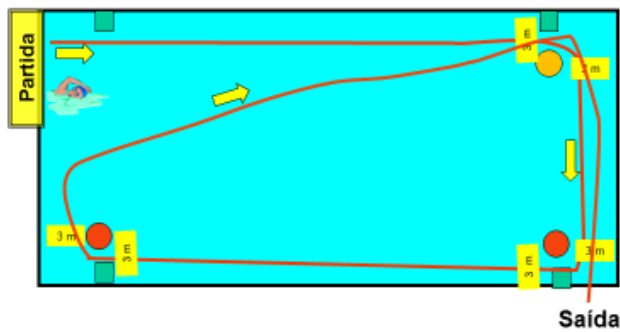
Aquatlo/Triatlo em piscinas de 50m para 8/9 anos
50m (ida)



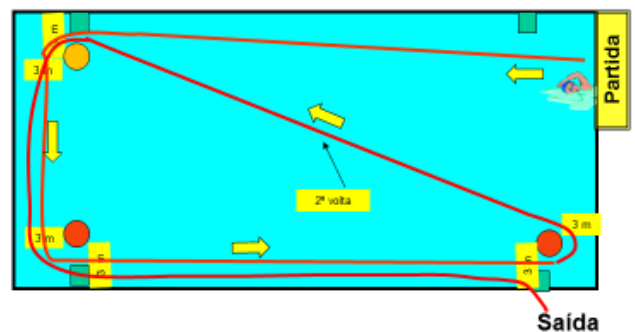
Aquatlo/Triatlo em piscinas de 50m para 10/11 anos
100m (1 volta)



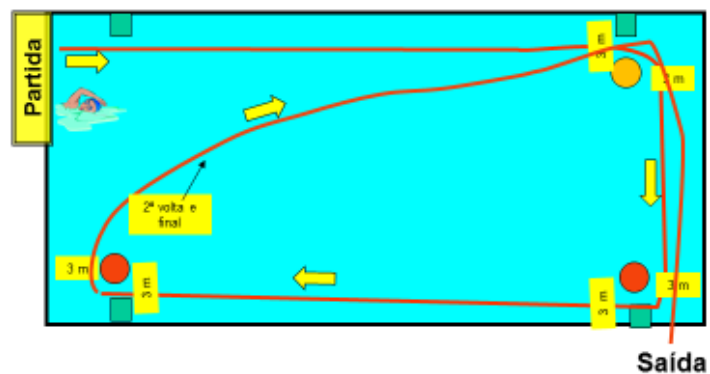
Aquatlo/Triatlo em piscinas de 50m para 12/13 anos
150m (1,5 voltas)



Aquatlo/Triatlo em piscinas de 50m para 14/15 anos
200m (2 voltas)



Aquatlo/Triatlo em piscinas de 50m para 16/17 anos
250m (2,5 voltas)



5. Saída da Água

- Depois de saírem da água por meios próprios os atletas passam pela zona de transição (entrando sempre por um lado e saindo pelo outro lado) onde deixam a touca e os óculos, calçam os sapatos para a corrida e os rapazes vestem uma camisola se não possuírem fato completo, iniciando depois o segmento de corrida.



6. Ciclismo

- Nas provas poderá ser tomada a medida de os **GI 8-9** (Benjamins) e **10-11** (Infantis) receberem/ entregarem as bicicletas dos/aos elementos que a organização designar.

7. Percurso de Corrida

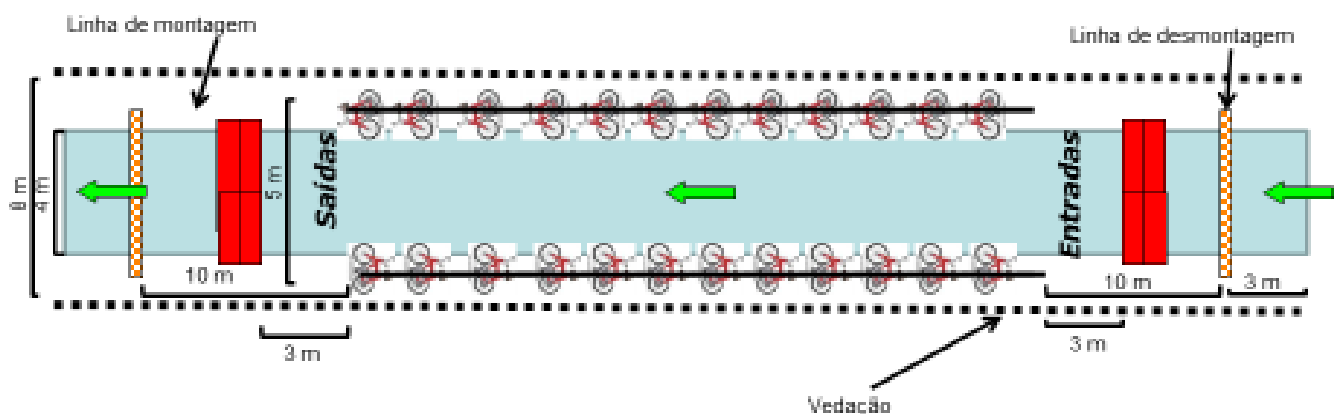
- O percurso de corrida deve estar devidamente marcado.
- 50 metros antes dos atletas terminarem, deve estar colocada uma pessoa a pedir aos atletas que coloquem os dorsais visíveis para a chegada.



8. Área de Transição

- Exemplo de desenho de uma área de transição de Triatlo e Duatlo:

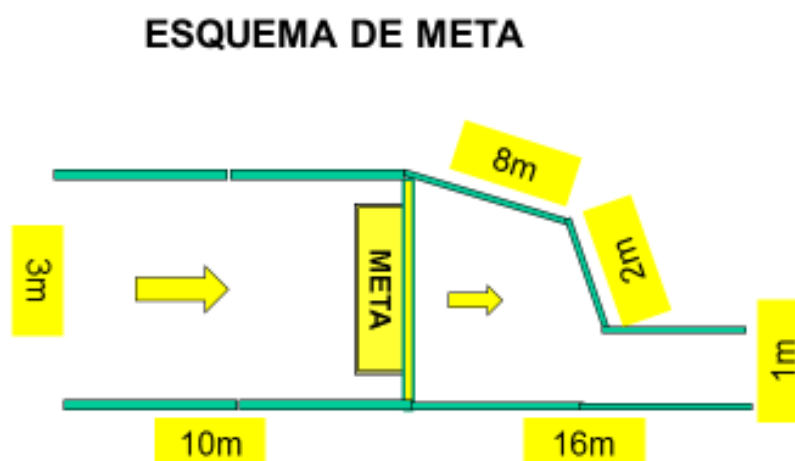
ESQUEMA DE ÁREA DE TRANSIÇÃO



- A área de transição deve estar situada numa zona antiderrapante e coberta com alcatifa se o piso for agressivo para os pés, desde a saída da água até onde se achar necessário.
- Deve estar situada o mais perto possível da saída da água, normalmente ainda no cais da piscina, **no caso de ser Aquatlo.**
- Quando o espaço disponível no cais não é suficiente, a zona de transição deve ser colocada logo à saída da mesma.

9. Zona de Meta

- A meta deve estar colocada junto à área de transição;
- Deve haver um corredor de meta (antes da linha de meta) de **pelo menos 8 metros de comprimento e 3m de largura;**
- Deve ter um funil de chegada (após a linha de meta) de pelo menos 16 metros que finaliza onde apenas passa um atleta de cada vez. Neste local encontra-se a pessoa que está a registar os dorsais;
- Se houver cronometragem, o cronometrista deve estar na lateral da linha de meta;
- Entre a linha de meta e o final do funil deve também haver alguém que mantenha os atletas pela ordem de chegada.



FIM