



## XIII DUATLO DE ARRONCHES

Sábado, 31 de julho de 2021

### REGULAMENTO

#### ORGANIZAÇÃO

- O XIII Duatlo de Arronches é uma organização da Câmara Municipal de Arronches, com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal e as associações locais.
- É constituído por duas provas de duatlo, todas a disputar na distância Sprint, a decorrer no dia **31 de julho, sábado**. Nomeadamente:

| Provas                                  | Distância Duatlo | Segmentos/Distâncias/Voltas  |
|---|------------------|--|
| Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo | Duatlo Sprint    | 1ª Corrida: 5.150m (2 voltas)<br>Ciclismo: 20.250m (1 volta)<br>2ª Corrida: 2.500m (1 volta) |

- A realização do XIII Duatlo de Arronches irá decorrer de acordo com o seguinte programa horário:

| SÁBADO: 31 de julho |   |
|---------------------|---|
| 07h00 às 08h30      | <b>Secretariado</b> (Bilheteiras do Estádio Municipal de Arronches)   |
| 07h30 às 08h40      | <b>Check In</b> - Verificação técnica e colocação do material no Parque de Transição para ambas as provas<br>- Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados   |
| 08h40               | Hora limite de permanência de atletas no PT   |
| <b>09h00</b>        | <b>Início das provas</b> , de acordo com a seguinte ordem:<br><b>09h00 – Partida Masculina CN Clubes Duatlo</b><br><b>09h03 – Partida Feminina CN Clubes Duatlo</b>   |
| 11h00               | <b>Check Out</b> – Recolha dos equipamentos e materiais do Parque de Transição<br>- 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<br>- O tempo limite para efetuar o respetivo levantamento será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova |
| 11h00               | <b>Entrega de Prémios</b> Vencedores Absolutos e Clubes   |
| 11h30               | <b>Entrega de Prémios</b> Escalões e Grupos de Idade e Prova Aberta (no secretariado)   |

- os horários poderão ser sujeitos a alterações



4. Os atletas têm de cumprir as recomendações da FTP (disponíveis no site da prova) para este período, nomeadamente o uso correto de máscara cirúrgica (vulgo 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 cirúrgica, juntamente com o kit de meta.
5. À chegada ao local da prova, os atletas terão de passar num posto de controlo, onde a FTP irá medir a temperatura corporal a todos os atletas. Caso o atleta obtenha um valor superior a 37,5°C, a medição deverá ser repetida 2 vezes com 5 minutos de intervalo. Caso a temperatura se mantenha superior a 37,5°C o atleta será impedido de participar no evento.
6. **Caso, no decorrer do evento, seja identificado algum caso suspeito:**
  - a. Ao caso suspeito deve ser colocada uma máscara cirúrgica, preferencialmente pelo próprio;
  - b. A pessoa/caso suspeito deverá ser encaminhada por um só colaborador para a sala/área de isolamento, pelo circuito e para o local previamente definidos no Plano de Contingência, onde este deverá ter disponível kit com água e alguns alimentos não perecíveis, solução antisséptica de base alcoólica, toalhetes de papel, máscaras cirúrgicas e, sendo possível, acesso a instalação sanitária de uso exclusivo;
  - c. Em seguida, deve ser contactada a Linha SNS 24 (808 24 24 24) e seguir as recomendações.
7. A **definição de caso suspeito** a utilizar é a considerada pela DGS: As pessoas que desenvolvam quadro respiratório agudo com tosse (de novo ou agravamento da tosse habitual), febre (temperatura  $\geq 38.0$  °C), ou dispneia/dificuldade respiratória, são consideradas suspeitas de COVID-19. Perante um caso suspeito, a atuação preconizada deverá ser a seguinte:
8. No Posto de Controlo os atletas terão à sua disposição material de higienização (álcool gel), para utilização na sua higienização individual.
9. No ponto de controlo referido anteriormente, os atletas terão de assinar uma declaração em como não apresentam sintomas de doença nos últimos 14 dias. No ato de inscrição da prova, os atletas terão de indicar o seu número de utente do serviço nacional de saúde e o seu contacto telefónico. Depois de validada a sua participação, será colocada a cada atleta uma pulseira inviolável que atesta o seu estado de saúde e que tem de ser mantida até ao final do evento.
10. Não haverá local para que os atletas possam guardar as mochilas ou outro material individual.
11. A prova será com partidas separadas por grupos de idade e género, ou de acordo com as normas em vigor à data da prova.
12. Em função do número de inscritos, serão definidos horários específicos de Check-In, os mesmos a definir aquando da publicação da Start List.
13. As inscrições deverão ser efetuadas até às 24h do dia 26 de julho.
14. No dia 31 de maio a FTP publicará a Start List no site e enviará a mesma aos Clubes e atletas participantes, bem como os horários do Posto de Controlo e Check-In.
15. Após conclusão da prova por parte de todos os atletas, os mesmos têm 15 minutos para recolher o seu material no Parque de Transição.

**LOCAIS**

16. O XIII Duatlo de Arronches irá decorrer entre o Estádio Municipal de Arronches “Francisco Palmeiro” (partida, parque de transição e chegada), local central da prova, a Vila de Arronches (corrida) e as localidades de Esperança e Nave Fria (ciclismo).

| ÁREAS DE PROVA  | LOCAL  | Coordenadas GPS             |
|---|--|-----------------------------|
| SECRETARIADO  | Bilheteiras do Estádio Municipal de Arronches        | 39°07'33.7"N<br>7°16'35.5"W |
| PARQUE DE TRANSIÇÃO*  | Relvado do Estádio Municipal de Arronches            | 39°07'32.2"N<br>7°16'31.5"W |
| PARTIDA   | Pista de Atletismo do Estádio Municipal de Arronches | 39°07'30.5"N<br>7°16'33.5"W |
| CHEGADA<br>(Meta, Zona de Recuperação e Entrega de Prémios) | Pista de Atletismo do Estádio Municipal de Arronches | 39°07'31.7"N<br>7°16'33.8"W |
| SANITÁRIOS E BALNEÁRIOS                                     | Balneários do Estádio Municipal de Arronches         | 39°07'31.6"N<br>7°16'34.7"W |

**INSCRIÇÕES**






17. A participação no XIII Duatlo de Arronches é aberta a todos os interessados, de acordo com os seguintes preceitos:

| Provas                                   | Distância Duatlo | Admissão   |
|--|------------------|--|
| Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo* | Duatlo 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. |

\*excecionalmente, as inscrições estão abertas para não federados, mas não poderão contar para os resultados do Campeonato Nacional.

18. As inscrições no XIII Duatlo de Arronches devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às **23h59 do dia 26 de julho** (segunda-feira): <http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/aplicacao-de-gestao-ftp/>

19. Os valores de inscrição no XIII Duatlo de Arronches são os constantes no quadro em baixo:

| PROVA                                   | DISTÂNCIA DUATLO | PREÇO DE INSCRIÇÃO  |      |   |      |   |      |
|---|------------------|---|------|---|------|---|------|
|   |                  | FEDERADOS   |      | NÃO FEDERADOS   |      |   |      |
|   |                  |   |      | INDIVIDUAL*   |      | ESTAFETA**  |      |
| Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo | Duatlo Sprint    |  | 15 € |  | 20 € | <br><br> | 25 € |

20

\*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 da prova (corrida-ciclismo-corrida); se forem 2 elementos, um dos elementos efetua 2 segmentos.

20. Não serão aceites inscrições fora do prazo de inscrição (26 de julho).

21. **A inscrição considera-se efetiva se, até às 23h59 do dia 26 de julho, for efetuado o pagamento e indicado o nº de utente do Serviço Nacional de Saúde e o nº de telefone do participante.**

22. As formas de pagamento das inscrições 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 0045 5442 40331296628 30 – deverá enviar comprovativo de pagamento para [inscricoes@federacao-triatlo.pt](mailto:inscricoes@federacao-triatlo.pt)).

23. Para efeitos de participação só serão consideradas as inscrições pagas.

24. A inscrição contempla:  Participação e classificação na prova inscrita  Abastecimentos (sólidos e líquidos)  Seguro de acidentes pessoais

25. Qualquer dificuldade de inscrição deverá contatar 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

26. 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)

27. A participação nas provas é efetuada com base nos escalões e grupos de idade definidos neste Regulamento, de acordo com o ano de nascimento dos atletas.

| <b>Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo : Duatlo Sprint</b> |  |
|--|--|
| <b>CADETES</b> (nascidos entre 2004 e 2005)                    | <p>1ª Corrida : 5.150m (2 voltas)</p> <p>Ciclismo : 20.250m (1 volta)</p> <p>2ª Corrida : 2.500m (1 volta)</p> |
| <b>JUNIORES</b> (nascidos entre 2002 e 2003)                   |  |
| <b>GRUPO DE IDADE 20-24</b> (nascidos entre 1997 e 2001)       |  |
| <b>GRUPO DE IDADE 25-29</b> (nascidos entre 1992 e 1996)       |  |
| <b>GRUPO DE IDADE 30-34</b> (nascidos entre 1987 e 1991)       |  |
| <b>GRUPO DE IDADE 35-39</b> (nascidos entre 1982 e 1986)       |  |
| <b>GRUPO DE IDADE 40-44</b> (nascidos entre 1977 e 1981)       |  |
| <b>GRUPO DE IDADE 45-49</b> (nascidos entre 1972 e 1976)       |  |
| <b>GRUPO DE IDADE 50-54</b> (nascidos entre 1967 e 1971)       |  |
| <b>GRUPO DE IDADE 55-59</b> (nascidos entre 1962 e 1966)       |  |
| <b>GRUPO DE IDADE 60-64</b> (nascidos entre 1957 e 1961)       |  |
| <b>GRUPO DE IDADE 65-69</b> (nascidos entre 1952 e 1956)       |  |
| <b>GRUPO DE IDADE 70-74</b> (nascidos entre 1947 e 1951)       |  |
| <b>GRUPO DE IDADE 75-79</b> (nascidos entre 1942 e 1946)       |  |

### DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

28. Os participantes do XIII Duatlo de Arronches irão percorrer em cada segmento da respetiva prova, os seguintes percursos:

| <b>Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo Prova Aberta Duatlo Sprint</b> |   |
|---|---|
| <b>Segmento</b>   | <b>Descrição</b>  |
| 1ª Corrida  | Partida no interior do Estádio Municipal de Arronches, na pista de atletismo, junto à zona de chegada, em direção à Vila de Arronches, seguida de um percurso circular de 2 voltas no centro da vila, em piso misto de asfalto e empedrado, com algum desnível.   |
| Ciclismo  | Percurso em asfalto em boas condições, sem desníveis consideráveis, de 1 volta única, entre o Estádio Municipal de Arronches e as localidades de Esperança e Nave Fria.   |
| 2ª Corrida  | Percurso em sentido único (1 volta), em piso variável (asfalto, terra batida, calçada e sintético), inicialmente em direção à estrada adjacente à Rua de Arronches, onde se encontra instalado o retorno. Posteriormente segue em redor do Estádio Municipal de Arronches, terminando na pista de atletismo, no interior do estádio, onde se encontra instalada a meta. |

### TEMPO LIMITE DE PROVA : CUT-OFF

29. Haverá tempos limite ou cut-offs para terminar as provas do XIII Duatlo de Arronches.

30. O tempo limite ou *cut-off* poderá ser total, para apenas completar a prova, ou parciais, para cada segmento da prova. **O tempo limite conta a partir do início de cada prova ou partida de cada género.**

31. Decorrido o tempo limite, total ou parciais, o atleta será desclassificado e não poderá completar a prova em que está a participar.

| <i>Cut-offs</i> | Tempos Limite : Segmentos/Prova  |
|-----------------|--|
| Intermédios     | 40 minutos para completar a 1ª Corrida                                   |
|                 | 100 minutos para completar a 1ª Corrida e o Segmento de Ciclismo (1h40m) |
| Total           | 120 minutos para completar a prova (2 horas)                             |

### LOCAIS DE ABASTECIMENTO

32. O XIII Duatlo de Arronches irá contemplar abastecimentos nos seguintes locais:

| Provas                                  | Distância     | Abastecimentos                 |
|---|---------------|--------------------------------|
| Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo | Duatlo Sprint | Final da 1ª Volta – 1ª Corrida |
|   |               | Início da 2ª Corrida           |
|   |               | Zona de Recuperação            |

33. À exceção da Zona de Recuperação que irá contemplar abastecimentos líquidos e sólidos (águas, fruta, outros), nos restantes locais apenas serão distribuídas garrafas de água aos atletas.

### REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

34. 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.

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  |
|----------|---|
| Ciclismo | <ul style="list-style-type: none"> <li>- É permitido andar na roda entre atletas com partida em simultâneo ou na mesma prova (<i>drafting</i>). <b>Não é permitido andar na roda</b> entre atletas de géneros diferentes nem entre provas – Campeonato Nacional de Clubes e Prova Aberta.</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 respectivo 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.</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 respectivo 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/>

## CLASSIFICAÇÕES

37. O XIII Duatlo de Arroches irá publicar as seguintes classificações:

| Provas                                  | Classificações   |
|---|--|
| Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo | <ul style="list-style-type: none"> <li>- classificação absoluta por género</li> <li>- classificação escalões e grupos de idade por género</li> <li>- classificação clubes por género*</li> </ul> |
| Não Federados                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- classificação absoluta por género</li> <li>- classificação equipas por género*</li> <li>- classificação estafetas</li> </ul>                            |

\*o apuramento das classificações coletivas é efetuado com base no somatório de tempos dos 3 melhores atletas de cada clube (Campeonato Nacional de Clubes) ou equipa (Prova Aberta Duatlo Sprint), para cada género.

## PROTESTOS

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

- o Devem ser presentes ao Árbitro Chefe de Equipa até 15 minutos após a publicação dos Resultados

Oficiais Provisórios
 

- o 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
 

- o A taxa será devolvida se o protesto for decidido favoravelmente

## JURI DE APELO

39. Será constituído por três individualidades: o Delegado Técnico, o Representante da Federação de Triatlo de Portugal e o Representante da Organização Local.

## PRÉMIOS

40. Serão atribuídos **troféus individuais e coletivos** de acordo com os quadros abaixo, para cada uma das provas do XIII Duatlo de Arronches.

## Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo : Duatlo Sprint

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

| Escalões/Grupos de Idade | Masculinos |    |    | Femininos |    |    |
|--------------------------|------------|----|----|-----------|----|----|
| Cadetes                  | 1º         | 2º | 3º | 1ª        | 2ª | 3ª |
| 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 |

| Não Federados | Masculinos |    |    | Femininos |    |    |
|---------------|------------|----|----|-----------|----|----|
|               | 1º         | 2º | 3º | 1ª        | 2ª | 3ª |

| Estafetas | 1ª |
|-----------|----|
|-----------|----|

41. Serão, também, distinguidos os atletas residentes no Município de Arronches que participem no XIII Duatlo de Arronches.

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



43.

| <b>Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo</b> |                   |           |
|--|-------------------|-----------|
| <b>Prémios Pecuniários Clubes</b>              |                   |           |
| Classificação Clubes                           | Masculinos        | Femininos |
| 1º   | 280,00 €          | 280,00 €  |
| 2º   | 220,00 €          | 220,00 €  |
| 3º   | 170,00 €          | 170,00 €  |
| 4º   | 130,00 €          | 130,00 €  |
| 5º   | 100,00 €          | 100,00 €  |
| 6º   | 80,00 €           |           |
| 7º   | 70,00 €           |           |
| 8º   | 60,00 €           |           |
| 9º   | 50,00 €           |           |
| 10º  | 40,00 €           |           |
| <b>TOTAL</b>                                   | <b>2.100,00 €</b> |           |

#### **OUTRAS INFORMAÇÕES**

44. 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.

45. O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo dos percursos de prova.

46. Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova.

47. Na eventualidade de existir controlo antidoping será efetuado no pavilhão desportivo.

#### **PÚBLICO**

48. Atualmente apenas é possível as provas de atletas federados e as mesmas devem ser sem público (Artigo 41 do Decreto 4/2021 de 13 de março);

49. Nas zonas de maior concentração (Transição e Meta) existirão forças de segurança para garantir o

50. afastamento social e promover a utilização de máscara;

51. Os atletas não podem levar pessoas externas à competição para assistir à prova.

52. Após o check-out aconselha-se a que os atletas e respetivos acompanhantes abandonem o local da prova.

### **CASOS OMISSOS**

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