2022

GUIA DO CALENDÁRIO

FEDERAÇÃO DE TRIATLO DE PORTUGAL

Campeonatos Nacionais **4**

Campeonato Nacional Individual de Triatlo Standard 4

Campeonato Nacional Individual de Triatlo Sprint 6

Campeonato Nacional Individual de Triatlo de Média Distância 8

Campeonato Nacional Individual de Triatlo de Longa Distância 10

Campeonato Nacional Individual de Duatlo Sprint 12

Campeonato Nacional Individual de Aquatlo 14

Campeonato Nacional Individual de Triatlo Cross 16

Campeonato Nacional Individual de Duatlo Cross 17

Campeonato Nacional de Juniores 19

Campeonato Nacional de Cadetes 20

Campeonato Nacional Individual de Paratriatlo 21

Campeonato Nacional Individual de Swimrun 22

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo 23

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo 26

Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo 29

Campeonato Nacional de Clubes de Aquatlo 32

Campeonato Nacional de Clubes de Cross 34

Campeonato Nacional de Clubes de Estafetas Mistas 37

Campeonato Nacional Jovem de Clubes 39

Campeonato Nacional de Juvenis 40

Taça de Portugal **41**

Outras Provas **43**

O calendário competitivo de 2022 manterá o figurino que estava planeado para 2021.

Os valores de inscrição nas provas nacionais serão os seguintes:

Competições	Licenciados	Não Licenciados	Última hora
Campeonatos Nacionais Individuais e de Clubes de Triatlo	20,00 €		40,00 €
Campeonato Nacional de Clubes (Estafetas e Contra-relógio)	30,00 €/equipa		
Campeonato Nacional de Triatlo Longo(*)	60,00 €	90,00 €	+25,00 €
Campeonatos Nacionais Individuais e de Clubes de Duatlo	15,00 €		30,00 €
Campeonatos Nacionais Individuais e de Clubes de Triatlo Cross e Duatlo Cross	15,00 €	20,00 €	30,00 €
Campeonatos Nacionais de Aquatlo	10,00 €		20,00 €
Taça de Portugal	15,00 €	20,00 €	+15,00 €
Taça de Portugal / Estafetas		25,00 €	40,00 €
Prova Aberta / Promoção	10,00 €	15,00 €	+10,00 €
Prova Aberta / Estafetas		20,00 €	30,00 €
Provas de Triatlo Longo / Estafetas	100,00 €	125,00 €	+25,00 €
Provas Jovem	0,00 €	5,00 €	+5,00 €

(*) Inscrição de 2 ou 3 atletas do mesmo clube: 55 € por inscrição; inscrição de 4 ou mais atletas do mesmo clube: 50 € por inscrição.

Campeonatos Nacionais

Campeonato Nacional Individual de Triatlo Standard

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal, Junta da União de Freguesias de Caparica e Trafaria

Data e Local: 23 de Outubro de 2022, Almada

Valores de inscrição:

- Até à segunda-feira anterior: 20 €
- No dia da prova: 40 €

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Elites e Juniores de ambos os géneros	A partir dos 18 anos (a cumprir até 31 de dezembro de 2022)	1500m – 40km – 10km	100 atletas de cada género
Grupos de Idade	20-24; 25-29; 30-34; 35-39; …	1500m – 40km – 10km	Sem limite

Prémios monetários:

Só são atribuídos prémios monetários a atletas Juniores e Elites.

#	Nº de Atletas dentro da percentagem de qualidade - Masculinos									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1º	650 €	661 €	678 €	703 €	742 €	803 €	906 €	1 098 €	1 517 €	2 885 €
2º	500 €	511 €	528 €	553 €	592 €	653 €	756 €	948 €	1 367 €	
3º	390 €	401 €	418 €	443 €	482 €	543 €	646 €	838 €		
4º	320 €	331 €	348 €	373 €	412 €	473 €	576 €			
5º	260 €	271 €	288 €	313 €	352 €	413 €				
6º	210 €	221 €	238 €	263 €	302 €					
7º	180 €	191 €	208 €	233 €						
8º	150 €	161 €	178 €							
9º	125 €	136 €								
10º	100 €									

#	Nº de Atletas dentro da percentagem de qualidade - Femininos				
	5	4	3	2	1
1º	650 €	715 €	843 €	1 135 €	2 885 €
2º	500 €	565 €	693 €	985 €	
3º	390 €	455 €	583 €		
4º	320 €	385 €			
5º	260 €				

O total de prémios monetários é de **5 005 €**.

As percentagens de qualidade a aplicar, relativamente ao tempo do primeiro classificado do respetivo género em prova, são 5% no género Masculino e 8% no género Feminino.

Características:

Aplicam-se as regras do "overlap" e "first runner – last biker".

Campeonato Nacional Individual de Triatlo Sprint

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal e Município de Oeiras

Data e Local: 29 de maio de 2022, Oeiras

Valores de inscrição:

- Até à segunda-feira anterior: 20 €
- No dia da prova: 40 €

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Elites, Juniores e Cadetes(*) de ambos os géneros	A partir dos 16 anos (a cumprir até 31 de dezembro de 2022)	750m – 20km – 5km	100 atletas de cada género
Grupos de Idade	20-24; 25-29; 30-34; 35-39; …	750m – 20km – 5km	Sem limite

(*) Os atletas do escalão Cadetes podem disputar a prova mas a mesma não atribui o título de Campeão Nacional em Cadetes. A atribuição do título de Campeão Nacional neste escalão é definida em capítulo próprio deste documento.

Prémios monetários:

Só são atribuídos prémios monetários a atletas Cadetes, Juniores e Elites.

#	Nº de Atletas dentro da percentagem de qualidade - Masculinos									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1º	420 €	428 €	441 €	458 €	483 €	522 €	585 €	703 €	965 €	1 830 €
2º	320 €	328 €	341 €	358 €	383 €	422 €	485 €	603 €	865 €	
3º	240 €	248 €	261 €	278 €	303 €	342 €	405 €	523 €		
4º	190 €	198 €	211 €	228 €	253 €	292 €	355 €			
5º	150 €	158 €	171 €	188 €	213 €	252 €				
6º	130 €	138 €	151 €	168 €	193 €					
7º	110 €	118 €	131 €	148 €						
8º	100 €	108 €	121 €							
9º	90 €	98 €								
10º	80 €									

#	Nº de Atletas dentro da percentagem de qualidade - Femininos				
	5	4	3	2	1
1º	420 €	457 €	533 €	710 €	1 320 €
2º	320 €	357 €	433 €	610 €	
3º	240 €	277 €	353 €		
4º	190 €	227 €			
5º	150 €				

O total de prémios monetários é de **3 150 €**.

As percentagens de qualidade a aplicar, relativamente ao tempo do primeiro classificado do respetivo género em prova, são 5% no género Masculino e 8% no género Feminino.

Características:

Aplicam-se as regras do "overlap" e "first runner – last biker".

Campeonato Nacional Individual de Triatlo de Média Distância

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal

Data e Local: 28 de agosto de 2022, Régua

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até à segunda-feira anterior: 60 € (*)
- No dia da prova: 90 €

Não licenciados e licenciados noutros países:

- Acresce 30 € ao valor dos licenciados

(*) Clubes que inscrevam 2 ou 3 atletas pagarão 55 € por inscrição; Clubes que inscrevam 4 ou mais atletas pagarão 50 € por inscrição

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Grupos de Idade	Juniores, 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; …	1900m – 90km – 21km	Sem limite

Prémios monetários:

#	Nº de Atletas dentro da percentagem de qualidade - Masculinos									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1º	420 €	428 €	441 €	458 €	483 €	522 €	585 €	703 €	965 €	1 830 €
2º	320 €	328 €	341 €	358 €	383 €	422 €	485 €	603 €	865 €	
3º	240 €	248 €	261 €	278 €	303 €	342 €	405 €	523 €		
4º	190 €	198 €	211 €	228 €	253 €	292 €	355 €			
5º	150 €	158 €	171 €	188 €	213 €	252 €				
6º	130 €	138 €	151 €	168 €	193 €					
7º	110 €	118 €	131 €	148 €						
8º	100 €	108 €	121 €							
9º	90 €	98 €								
10º	80 €									

#	Nº de Atletas dentro da percentagem de qualidade - Femininos				
	5	4	3	2	1
1º	420 €	457 €	533 €	710 €	1 320 €
2º	320 €	357 €	433 €	610 €	
3º	240 €	277 €	353 €		
4º	190 €	227 €			
5º	150 €				

O total de prémios monetários é de **3 150 €**.

As percentagens de qualidade a aplicar, relativamente ao tempo do primeiro classificado do respetivo género em prova, são 5% no género Masculino e 8% no género Feminino.

Campeonato Nacional Individual de Triatlo de Longa Distância

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal

Data e Local: 12 de Junho de 2022, Coimbra

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até às 23h59 do dia 31 de dezembro de 2022: 175 €
- Entre as 00h00 do dia 01 de janeiro de 2022 e até às 23h59 do dia 31 de março de 2022: 200 €
- Entre as 00h00 do dia 1 de abril de 2022 e até às 23h59 do dia 15 de maio de 2022: 250 €

Não licenciados e Licenciados noutros países:

- Ver site www.multisport.pt

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Grupos de Idade	18-19, 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; …	3800m – 180km – 42km	Sem limite

Prémios monetários:

#	Nº de Atletas dentro da percentagem de qualidade - Masculinos									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1º	420 €	428 €	441 €	458 €	483 €	522 €	585 €	703 €	965 €	1 830 €
2º	320 €	328 €	341 €	358 €	383 €	422 €	485 €	603 €	865 €	
3º	240 €	248 €	261 €	278 €	303 €	342 €	405 €	523 €		
4º	190 €	198 €	211 €	228 €	253 €	292 €	355 €			
5º	150 €	158 €	171 €	188 €	213 €	252 €				
6º	130 €	138 €	151 €	168 €	193 €					
7º	110 €	118 €	131 €	148 €						
8º	100 €	108 €	121 €							
9º	90 €	98 €								
10º	80 €									

#	Nº de Atletas dentro da percentagem de qualidade - Femininos				
	5	4	3	2	1
1º	420 €	457 €	533 €	710 €	1 320 €
2º	320 €	357 €	433 €	610 €	
3º	240 €	277 €	353 €		
4º	190 €	227 €			
5º	150 €				

O total de prémios monetários é de **3 150 €**.

As percentagens de qualidade a aplicar, relativamente ao tempo do primeiro classificado do respetivo género em prova, são 5% no género Masculino e 8% no género Feminino.

Campeonato Nacional Individual de Duatlo Sprint

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal

Data e Local: 5 de março de 2022, Arronches

Valores de inscrição:

- Até à segunda-feira anterior: 15 €
- No dia da prova: 30 €

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Grupos de Idade	Cadetes, Juniores, 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; …	5km – 20km – 2,5km	Sem limite

Prémios monetários:

#	Nº de Atletas dentro da percentagem 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 percentagem 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 €				

O total de prémios monetários é de **1 501 €**.

As percentagens de qualidade a aplicar, relativamente ao tempo do primeiro classificado do respetivo género em prova, são 5% no género Masculino e 8% no género Feminino.

Campeonato Nacional Individual de Aquatlo

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal, Associação Naval Amorense e Junta de Freguesia da Amora

Data e Local: 30 de julho de 2022, Amora

Valores de inscrição:

- Até à segunda-feira anterior: 10 €
- No dia da prova: 20 €

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Grupos de Idade	Cadetes, Juniores, 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; …	750m – 5km	Sem limite

Prémios monetários:

#	Nº de Atletas dentro da percentagem de qualidade - Masculinos									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1º	135 €	137 €	141 €	147 €	156 €	170 €	191 €	229 €	311 €	588 €
2º	100 €	102 €	106 €	112 €	121 €	135 €	156 €	194 €	276 €	
3º	70 €	72 €	76 €	82 €	91 €	105 €	126 €	164 €		
4º	58 €	60 €	64 €	70 €	79 €	93 €	114 €			
5º	50 €	52 €	56 €	62 €	71 €	85 €				
6º	45 €	47 €	51 €	57 €	66 €					
7º	40 €	42 €	46 €	52 €						
8º	35 €	37 €	41 €							
9º	30 €	32 €								
10º	25 €									

#	Nº de Atletas dentro da percentagem de qualidade - Femininos				
	5	4	3	2	1
1º	135 €	147 €	171 €	224 €	413 €
2º	100 €	112 €	136 €	189 €	
3º	70 €	82 €	106 €		
4º	58 €	70 €			
5º	50 €				

O total de prémios monetários é de **1 001 €**.

As percentagens de qualidade a aplicar, relativamente ao tempo do primeiro classificado do respetivo género em prova, são 5% no género Masculino e 8% no género Feminino.

Campeonato Nacional Individual de Triatlo Cross

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal e Município de Golegã e Núcleo Sportinguista da Golegã

Data e Local: 21 de maio de 2022, Golegã

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até 1 de maio de 2022: 35 €
- Última hora: 55 €

Não licenciados e licenciados noutros países:

- Ver site www.xterra-portugal.com

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Grupos de Idade	Juniores, 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; …	1500m – 35km – 10km	Sem limite

Prémios monetários:

#	Masculinos	Femininos
1º	1 046 €	1 046 €
2º	785 €	785 €
3º	610 €	610 €
4º	480 €	480 €
5º	349 €	349 €
Sub-Total	**3 270 €**	**3 270 €**

Prémio Pecuniário Individual atribuído na prova, independentemente de os atletas serem estrangeiros ou nacionais, licenciados ou não licenciados.

O total de prémios monetários é de **6 540 €**.

Campeonato Nacional Individual de Duatlo Cross

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal, Município de Famalicão e Associação Amigos do Pedal

Data e Local: 20 de março de 2022, Famalicão

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até 14 de março: 15 €
- No dia da prova: 30 €

Não licenciados:

- Acresce 5 € ao valor dos licenciados

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Grupos de Idade	Cadetes, Juniores, 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; …	5km – 20km – 2,5km	Sem limite

Prémios monetários:

#	Nº de Atletas dentro da percentagem de qualidade - Masculinos									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1º	160 €	162 €	166 €	171 €	180 €	194 €	217 €	262 €	361 €	686 €
2º	124 €	126 €	130 €	135 €	144 €	158 €	181 €	226 €	325 €	
3º	96 €	98 €	102 €	107 €	116 €	130 €	153 €	198 €		
4º	76 €	78 €	82 €	87 €	96 €	110 €	133 €			
5º	60 €	62 €	66 €	71 €	80 €	94 €				
6º	48 €	50 €	54 €	59 €	68 €					
7º	40 €	42 €	46 €	51 €						
8º	32 €	34 €	38 €							
9º	27 €	29 €								
10º	23 €									

#	Nº de Atletas dentro da percentagem de qualidade - Femininos				
	5	4	3	2	1
1º	160	175	205	276	516
2º	124	139	169	240	
3º	96	111	141		
4º	76	91			
5º	60				

O total de prémios monetários é de **1 202 €**.

As percentagens de qualidade a aplicar, relativamente ao tempo do primeiro classificado do respetivo género em prova, são 5% no género Masculino e 8% no género Feminino.

Campeonato Nacional de Juniores

- O escalão de Juniores integra os atletas nascidos em 2003 e 2004;
- No escalão de Juniores serão atribuídos os títulos nacionais em Triatlo, Triatlo Cross, Duatlo, Duatlo Cross e Aquatlo;

Os Campeonatos Nacionais de Juniores são disputados em provas únicas:

Data	Prova	Formato
Sábado, 5 de março de 2022	Duatlo de Arronches	Duatlo
Domingo, 20 de março de 2022	Duatlo de Famalicão	Duatlo Cross
Domingo, 29 de maio de 2022	Triatlo de Oeiras	Triatlo Sprint
Sábado, 30 de julho de 2022	Aquatlo de Amora	Aquatlo
Sábado, 11 de setembro de 2022	Triatlo de Pinhel	Triatlo Cross

Campeonato Nacional de Cadetes

- O escalão de Cadetes integra os atletas nascidos em 2005 e 2006;
- No escalão de Cadetes serão atribuídos os títulos nacionais em Triatlo, Triatlo Cross, Duatlo, Duatlo Cross e Aquatlo;
- Os Campeonatos Nacionais de Cadetes de Triatlo Cross, Duatlo, Duatlo Cross e Aquatlo são disputados em provas únicas;
- O Campeonato Nacional de Triatlo é composto por 3 provas, podendo o atleta descartar a pior classificação;
- A cada etapa do Campeonato Nacional de Triatlo é aplicada, à classificação individual, a Tabela I do Anexo F do Regulamento Técnico e de Competições;
- O desempate na classificação final é efetuado nos termos do ponto 15.36. do Regulamento Técnico e de Competições;
- Todas as provas têm ponderação 1.

As provas dos Campeonatos Nacionais Individuais de Cadetes são as seguintes:

Data	Prova	Formato
sábado, 5 de março de 2022	Arronches	Duatlo
Domingo, 20 de março de 2022	Famalicão	Duatlo Cross
Sábado, 4 de junho de 2022	Peniche	Triatlo Sprint
Sábado, 10 de julho de 2022	Abrantes	Triatlo Sprint
Sábado, 30 de julho de 2022	Amora	Aquatlo
Domingo, 11 de setembro de 2022	Pinhel	Triatlo Cross
Sábado, 17 de Setembro de 2022	São Martinho do Porto	Triatlo Sprint

Campeonato Nacional Individual de Paratriatlo

Valores de inscrição: valores de inscrição de acordo com os valores do Campeonato Nacional Individual respetivo.

Competições:

Data	Local	Modalidade	Distância
Domingo, 20 de março de 2022	Famalicão	Duatlo Cross	Sprint
Sábado, 2 de abril de 2022	Grândola	Duatlo	Sprint
Domingo, 29 de maio de 2022	Oeiras	Triatlo	Sprint
Sábado, 30 de julho de 2022	Amora	Aquatlo	Sprint
Domingo, 28 de agosto de 2022	Régua	Triatlo	Média Distância
Domingo, 11 de setembro de 2022	Pinhel	Triatlo Cross	Sprint

Campeonato Nacional Individual de Swimrun

Organizador: Associação de Swimrun de Portugal, com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal

Data e Local: 8 de maio de 2022, Lagoa

Valores e condições de inscrição:

- https://www.swimrunportugal.com

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Limite de participação
Grupos de Idade	Juniores, 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; …	Sem limite

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo

Valores de inscrição:

Provas disputadas individualmente:

- Até segunda feira antes da prova: 20 €
- No dia da prova: 40 €

Estafetas e contrarrelógio:

- 30 €/equipa

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Limite de participação
Grupos de Idade	Cadetes; Juniores; 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; …	Sem limite

Competições:

Data	Local	Formato	Escalões	Organizador
Sábado, 4 de junho de 2022	Peniche	Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP, C.M. Peniche
Domingo, 17 de setembro de 2022	São Martinho do Porto	Estafetas (Super-sprint)	Igual ou superior a Juvenil	FTP, C.M.Alcobaça, Junta Freguesia S.M.Porto, CNAL
Sábado, 1 de outubro de 2022	Portimão	Sprint Contra-relógio	Igual ou superior a Cadete	FTP, C.M.Portimão

Participação e classificação por prova:

- Nas provas coletivas, cada clube poderá participar com o número de equipas que entender, garantindo um máximo de 6 atletas por equipa;
- Nas provas individuais, nas distâncias Standard e Sprint, a classificação coletiva é apurada pela soma dos tempos dos 4 atletas mais rápidos de cada clube, no género masculino, e dos 3 atletas mais rápidos de cada clube, no género feminino;

- Nas provas coletivas (Estafeta e contra-relógio) a classificação coletiva é apurada pelo tempo do 4º atleta a cruzar a linha de meta de cada clube, no género masculino, e pelo tempo da 3ª atleta a cruzar a linha de meta de cada clube, no género feminino.

Classificação no Campeonato Nacional de Clubes:

- As provas apresentam coeficientes iguais e todas as pontuações contam para a classificação final. Nenhum resultado pode ser descartado;
- Para disputar os prémios finais e o título, os clubes têm de participar em mais de 50% das provas;
- A cada etapa é aplicada, à classificação coletiva, a Tabela I, do Anexo G, do Regulamento Técnico e de Competições;
- O desempate na classificação final é efetuado nos termos do ponto 15.36 do Regulamento Técnico e de Competições.

Prémios monetários:

Prémios por Etapa do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo

#	Masculinos	Femininos
1ª	560 €	560 €
2ª	440 €	440 €
3ª	340 €	340 €
4ª	260 €	260 €
5ª	200 €	200 €
6ª	160 €	
7ª	140 €	
8ª	120 €	
9ª	100€	
10ª	80 €	
Total	**2 400 €**	**1 800 €**

Prémio final do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo
Prémio Jorge Damas

#	Equipas Masculinas	Equipas Femininas
1ª	1 400 €	1 400 €
2ª	1 050 €	1 050 €
3ª	780 €	780 €
4ª	600 €	600 €
5ª	500 €	
6ª	450 €	
7ª	400 €	
8ª	360 €	
9ª	330 €	
10ª	300 €	
Total	**6 170 €**	**3 830 €**

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até segunda feira antes da prova: 60 € (*)
- No dia da prova: 90 €

Não licenciados e licenciados noutros países:

- acresce 30 € ao valor dos licenciados

(*) Clubes que inscrevam 2 ou 3 atletas pagarão 55 € por inscrição; Clubes que inscrevam 4 ou mais atletas pagarão 50 € por inscrição

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Limite de participação
Grupos de Idade	Juniores; 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; …	Sem limite

Competições:

Data	Local	Formato	Escalões	Organizador
Domingo, 15 de maio de 2022	Caminha	1900m – 90km – 21km	Igual ou superior a Junior	FTP, C.M. Caminha e Associação de Triatlo de Caminha
Domingo, 3 de julho de 2022	Guarda	1900m – 90km – 21km	Igual ou superior a Junior	FTP e C.M. Guarda
Domingo, 7 de agosto de 2022	Moura	1900m – 90km – 21km	Igual ou superior a Junior	FTP e C.M. Moura
Domingo, 28 de agosto de 2022	Régua	1900m – 90km – 21km	Igual ou superior a Junior	FTP e C.M. Régua

Participação e classificação por prova:

- A participação é aberta a Não licenciados;
- Não há restrição no número de atletas a inscrever por cada clube;
- A classificação coletiva é apurada pela soma dos tempos dos 3 atletas mais rápidos de cada clube, no respetivo género;
- Os prémios monetários da prova são atribuídos aos clubes.

Classificação no Campeonato Nacional de Clubes:

- As provas apresentam coeficientes iguais;
- Para o resultado final contam as 3 melhores classificações;
- Para disputar os prémios finais e o título, os clubes têm de participar em mais de 50% das provas;
- A cada etapa é aplicada, à classificação coletiva, a Tabela I do Anexo G, do Regulamento Técnico e de Competições;
- O desempate na classificação final é efetuado nos termos do ponto 15.36 do Regulamento Técnico e de Competições.

Prémios monetários:

Prémios por Etapa do Campeonato Nacional de Clubes Triatlo Longo

#	Masculinos	Femininos
1ª	300 €	300 €
2ª	250 €	250 €
3ª	200 €	200 €
4ª	150 €	
5ª	100 €	
Total	**1 000 €**	**750 €**

Prémio final do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo

#	Equipas Masculinas	Equipas Femininas
1ª	1 100 €	1 100 €
2ª	850 €	850 €
3ª	650 €	650 €
4ª	500 €	
5ª	400 €	
Total	**3 500 €**	**2 600 €**

Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até segunda feira antes da prova: 15 €
- No dia da prova: 30 €

Não licenciados:

- Acresce 5 € ao valor dos licenciados

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Limite de participação
Grupos de Idade	Juvenis; Cadetes; Juniores; 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; …	Sem limite

Competições:

Data	Local	Formato	Escalões	Organizador
Sábado, 5 de março de 2022	Arronches	Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP e C.M. Arronches
Domingo, 13 de Março de 2022	Vila N.de Cerveira	Sprint	Igual ou superior a Juvenil	FTP, C.M. Vila Nova Cerveira
Domingo, 3 de abril de 2022	Grândola	Super-Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP e C.M. Grândola
Sábado, 24 de Setembro de 2022	Lagoa	Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP e NTR EVENTS

Participação e classificação por prova:

- Nas provas individuais a classificação coletiva é apurada pela soma dos tempos dos 3 atletas mais rápidos de cada clube, no respetivo género;
- Na prova coletiva (Estafeta) a classificação coletiva é apurada pelo tempo do 3º atleta a cruzar a linha de meta de cada clube, no respetivo género.

Classificação no Campeonato Nacional de Clubes:

- As provas apresentam coeficientes iguais e todas as pontuações contam para a classificação final. Nenhum resultado pode ser descartado;
- Para disputar os prémios finais e o título, os clubes têm de participar em mais de 50% das provas;
- A cada etapa é aplicada, à classificação coletiva, a Tabela I do Anexo G, do Regulamento Técnico e de Competições;
- O desempate na classificação final é efetuado nos termos do ponto 15.36 do Regulamento Técnico e de Competições.

Prémios monetários:

Prémios por Etapa do Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo

#	Masculinos	Femininos
1ª	280 €	280 €
2ª	220 €	220 €
3ª	170 €	170 €
4ª	130 €	130 €
5ª	100 €	100 €
6ª	80 €	
7ª	70 €	
8ª	60 €	
9ª	50€	
10ª	40 €	
Total	**1 200 €**	**900 €**

Prémio final do Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo

#	Equipas Masculinas	Equipas Femininas
1ª	750 €	700 €
2ª	550 €	550 €
3ª	450 €	450 €
4ª	350 €	
5ª	300 €	
Total	**2 400 €**	**1 750 €**

Campeonato Nacional de Clubes de Aquatlo

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até segunda feira antes da prova: 10 €
- No dia da prova: 20 €

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Limite de participação
Grupos de Idade	Cadetes; Juniores; 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; …	Sem limite

Competições:

Data	Local	Formato	Escalões	Organizador
Sábado, 31 julho de 2022	Amora	Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP, Associação Naval Amorense e J.F. Amora

Participação e classificação por prova:

- A prova e respectiva participação é a mesma que o Campeonato Nacional Individual.
- A classificação final por equipas é efetuada pelo somatório dos tempos dos três primeiros atletas de cada equipa, no respetivo género.

Classificação no Campeonato Nacional de Clubes:

- Sendo constituído por uma única prova, a classificação final é equivalente à da prova e o Prémio Monetário envolvido é o apresentado abaixo.

Prémios monetários:

Prémios por Etapa do Campeonato Nacional de Clubes Aquatlo

#	Masculinos	Femininos
1ª	70 €	70 €
2ª	55 €	55 €
3ª	43 €	43 €
4ª	35 €	
5ª	29 €	
6ª	24 €	
7ª	21 €	
8ª	18 €	
Total	**295 €**	**168 €**

Campeonato Nacional de Clubes de Cross

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até segunda feira antes da prova: 15 €
- No dia da prova: 30 €

Não licenciados:

- Acresce 5 € ao valor dos licenciados

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Limite de participação
Grupos de Idade	Cadetes; Juniores; 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; …	Sem limite

Competições:

Data	Local	Formato	Escalões	Organizador
Domingo, 13 de fevereiro de 2022	Abrantes	Duatlo Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP, C.M. Abrantes e Clube de Triatlo de Abrantes
Domingo, 20 de março de 2022	Famalicão	Duatlo Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP, Associação Amigos do Pedal e C.M. Famalicão
Sábado, 21 de maio de 2022	Golegã	Triatlo Standard	Igual ou superior a Júnior	FTP e Núcleo Sportinguista da Golegã
Domingo, 11 de setembro de 2022	Pinhel	Triatlo Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP, C.M.Pinhel, Multisport
Domingo, 9 de outubro de 2022	Fátima	Duatlo Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP, C.M.Fátima, Fátima Escola Triatlo

Participação e classificação por prova:

- Não há restrição no número de atletas de cada clube;
- A classificação coletiva é apurada pela soma dos tempos dos 3 atletas mais rápidos de cada clube, no respetivo género.

Classificação no Campeonato Nacional de Clubes:

- As provas apresentam coeficientes iguais;
- Para a classificação final poderá ser descartada a pior classificação;
- Para disputar os prémios finais e o título, os clubes têm de participar em mais de 50% das provas;
- A cada etapa é aplicada, à classificação coletiva, a Tabela I do Anexo G, do Regulamento Técnico e de Competições;
- O desempate na classificação final é efetuado nos termos do ponto 15.36 do Regulamento Técnico e de Competições.

Prémios monetários individuais:

#	Nº de Atletas dentro da percentagem de qualidade - Masculinos									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1º	90 €	91 €	94 €	97 €	103 €	111 €	126 €	153 €	213 €	406 €
2º	70 €	71 €	74 €	77 €	83 €	91 €	106 €	133 €	193 €	
3º	55 €	56 €	59 €	62 €	68 €	76 €	91 €	118 €		
4º	45 €	46 €	49 €	52 €	58 €	66 €	81 €			
5º	37 €	38 €	41 €	44 €	50 €	58 €				
6º	30 €	31 €	34 €	37 €	43 €					
7º	25 €	26 €	29 €	32 €						
8º	21 €	22 €	25 €							
9º	18 €	19 €								
10º	15 €									

#	Nº de Atletas dentro da percentagem de qualidade - Femininos				
	5	4	3	2	1
1º	90 €	99 €	117€	158 €	297 €
2º	70 €	79 €	97 €	138 €	
3º	55 €	64 €	82 €		
4º	45 €	54 €			
5º	37 €				

Estas tabelas de prémios individuais não se aplicam no Triatlo da Golegã visto que já está contemplado um prémio monetário específico para a prova.

O total de prémios monetários individuais por prova é de **703 €**.

As percentagens de qualidade a aplicar, relativamente ao tempo do primeiro classificado do respetivo género em prova, são 5% no género Masculino e 8% no género Feminino.

Prémio monetário final do Campeonato Nacional de Clubes de Cross:

#	Equipas Masculinas	Equipas Femininas
1ª	625 €	625 €
2ª	470 €	470 €
3ª	370 €	370 €
4ª	310 €	
5ª	260 €	
Total	**2 035 €**	**1 465 €**

Campeonato Nacional de Clubes de Estafetas Mistas

Valores de inscrição:

Equipas licenciadas:

- Até segunda feira antes da prova: 30 €/equipa

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Limite de participação
Grupos de Idade	Juvenis; Cadetes; Juniores; 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; …	Sem limite

Competições:

Data	Local	Formato	Escalões	Organizador
Domingo, 26 de junho 2022	Soure	Super-Sprint	Igual ou superior a Juvenil	FTP, C.M. Soure

Participação e classificação por prova:

- Apenas podem participar atletas e clubes licenciados;
- Não há restrição no número de equipas a apresentar por cada clube;
- A classificação coletiva é apurada pela ordenação dos tempos do 4º atleta de cada equipa a cruzar a linha de meta;
- Os prémios pecuniários são atribuídos à Classificação Geral, o que significa que um clube pode ganhar mais que um prémio monetário.

Prémio final do Campeonato Nacional de Clubes de Estafetas Mistas:

#	Clubes
1ª	300 €
2ª	200 €
3ª	150 €
4ª	100 €
5ª	100 €
6ª	50 €
7ª	50 €
8ª	50 €
Total	**1 000 €**

Campeonato Nacional Jovem de Clubes

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até segunda feira antes da prova: 0 €
- No dia da prova: +5 €

Não licenciados:

- Acresce 5 € ao valor dos licenciados

Competições:

Etapa	Data	Prova	Modalidade
Etapa 1	Sábado, 5 de fevereiro de 2022	Duatlo Jovem de Portalegre	Duatlo Cross
Etapa 2	Domingo, 22 de maio de 2022	Triatlo Jovem da Golegã	Triatlo Cross
Etapa 3	Domingo, 5 de junho de 2022	Aquatlo Jovem de Coruche	Aquatlo
Etapa 4	Sábado, 25 de junho de 2022	Triatlo de Soure	Estafetas
Etapa 5	Domingo, 30 de julho de 2022	Triatlo Jovem da Amora	Triatlo

Classificação no Campeonato Nacional Jovem de Clubes:

- O Campeonato Nacional Jovem integra os escalões de Benjamins, Infantis, Iniciados e Juvenis;
- O Campeonato Nacional Jovem é composto por 5 etapas: 3 Triatlos (1 de estrada, 1 cross e 1 estafetas), 1 Duatlo e 1 Aquatlo;
- A cada etapa é aplicada, à classificação coletiva, a Tabela I, do Anexo G, do Regulamento Técnico e de Competições;
- O desempate na classificação final é efetuado nos termos do ponto 15.36 do Regulamento Técnico e de Competições Todas as provas têm ponderação 1;
- A classificação final é obtida pelo somatório de todas as pontuações.

Campeonato Nacional de Juvenis

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até segunda feira antes da prova: 0 €
- No dia da prova: +5 €

Não licenciados:

- Acresce 5 € ao valor dos licenciados

Competições:

Etapa	Data	Prova	Modalidade
Etapa 1	Domingo, 13 de fevereiro de 2022	Duatlo Jovem de Portalegre	Duatlo Cross
Etapa 1	Domingo, 5 de junho de 2022	Aquatlo Jovem de Coruche	Aquatlo
Etapa 1	Domingo, 22 de maio de 2022	Triatlo Jovem da Golegã	Triatlo
Etapa 2	Domingo, 31 de julho de 2022	Triatlo Jovem da Amora	Triatlo

Classificação no Campeonato Nacional de Clubes:

- O escalão de Juvenis integra os atletas nascidos em 2007 e 2008.
- No escalão de Juvenis são atribuídos os títulos nacionais em Triatlo, Duatlo e Aquatlo;
- O Campeonato Nacional de Triatlo é composto por 2 provas;
- A cada etapa é aplicada, à classificação coletiva, a Tabela I do Anexo G, do Regulamento Técnico e de Competições;
- O desempate na classificação final é efetuado nos termos do ponto 15.36 do Regulamento Técnico e de Competições;
- Todas as provas têm ponderação 1;
- Os Campeonatos Nacionais de Duatlo e Aquatlo são constituídos por prova única, apurando-se diretamente a classificação final;

Taça de Portugal

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até à segunda feira antes da prova: 15 €
- No dia da prova: +15 €

Não licenciados:

- Acresce 5 € ao valor dos licenciados

Competições:

Etapa	Data	Prova	Distância
Etapa 1	Domingo, 20 de fevereiro de 2022	Quinta do Lago	Triatlo Sprint
Etapa 2	Domingo, 27 de março de 2022	Quarteira	Triatlo Sprint
Etapa 3	Sábado, 2 de abril de 2022	Grândola	Duatlo CR individual - Sprint
Etapa 4	Domingo, 1 de maio de 2022	Fundão	Triatlo Sprint
Etapa 5	Domingo, 19 de junho de 2022	Póvoa de Lanhoso	Triatlo Sprint
Etapa 6	Domingo, 10 de julho de 2022	Abrantes	Triatlo Sprint
Etapa 7	Domingo, 24 de julho de 2022	Entre-os-Rios	Triatlo Standard
Etapa 8	Domingo, 18 de setembro de 2022	São Martinho do Porto	Triatlo Sprint
Etapa 9	Domingo, 2 de outubro de 2022	Portimão	Triatlo Sprint
Etapa 10	Domingo, 30 de outubro de 2022	Sesimbra	Triatlo Sprint

Classificação na Taça de Portugal:

- Competição por clubes composta por provas de Triatlo e Duatlo, em estrada;
- Modelo competitivo variado, explorando os vários modelos e distâncias.
- As provas apresentam coeficientes iguais;
- Para a classificação final poderão ser descartadas as 2 piores classificações;
- A classificação coletiva de cada etapa é efetuada pelo somatório dos tempos dos 4 primeiros atletas de cada equipa, no género masculino, e das 3 primeiras atletas de cada equipa, no género feminino;

- Para disputar os prémios finais e o título, os clubes têm de participar em mais de 50% das provas;
- A cada etapa é aplicada, à classificação coletiva, a Tabela I do Anexo G, do Regulamento Técnico e de Competições;
- O desempate na classificação final é efetuado nos termos do ponto 15.36 do Regulamento Técnico e de Competições;
- A participação nas provas da Taça de Portugal está aberta a não licenciados.

Prémios finais da Taça de Portugal:

#	Equipas Masculinas	Equipas Femininas
1ª	1 100 €	1 100 €
2ª	850 €	850 €
3ª	650 €	650 €
4ª	500 €	
5ª	400 €	
Total	**3 500 €**	**2 600 €**

Outras Provas

Data	Prova	Observações	Distância
Sábado, 5 de março 2022	C.N. Universitário Duatlo – Arronches	Estrada	Sprint
Sábado, 7 de maio de 2022	Challenge Lisboa	Estrada	Médio
Domingo, 27 de março de 2022	C.N. Militar de Triatlo – Quarteira	Estrada	Sprint
Sábado, 26 de março de 2022	Taça da Europa – Quarteira	Estrada	Standard
Domingo, 27 de março de 2022	Taça da Europa Júnior – Quarteira	Estrada	Sprint
Domingo, 10 de abril de 2022	Setúbal Triathlon	Estrada	Média
Sábado, 21 de maio de 2022	Triatlo XTerra – Golegã	Cross	Standard
Sábado, 4 de junho de 2022	C.N. Universitário Triatlo – Peniche	Estrada	Sprint
Sábado, 11 de junho de 2022	Taça da Europa – Multisport Coimbra	Estrada	Sprint
Sábado, 17 de julho de 2022	Starman	Estrada	Média
Sábado, 03 de setembro de 2022	Taça do Mundo Paratriatlo - Alhandra	Estrada	Sprint
Domingo, 04 de setembro de 2022	Taça da Europa Elite - Alhandra	Estrada	Sprint
Sábado, 15 de outubro de 2022	Ironman Cascais	Estrada	Longo
Domingo, 16 de outubro de 2022	Ironman Cascais	Estrada	Médio