

XXXVI Triatlo de Oeiras

Campeonato Nacional Individual Campeonato Nacional de Paratriatlo Campeonato Nacional de Cadetes Prova Aberta

REGULAMENTO

ORGANIZAÇÃO

1. O XXXVI Triatlo de Oeiras é uma organização da Federação de Triatlo de Portugal, com o apoio da Câmara Municipal de Oeiras.
2. O XXXVI Triatlo de Oeiras é constituído pelas seguintes provas:
 - a. Campeonato Nacional Individual de Triatlo Sprint, disputado no dia 16 de Abril, domingo, no formato de triatlo em estrada na distância de sprint;
 - b. Campeonato Nacional Cadetes (etapa 1), disputado no dia 16 de Abril, domingo, no formato de triatlo em estrada na distância super-sprint;
 - c. Prova Aberta, disputada no dia 16 de Abril, domingo, no formato de triatlo em estrada na distância super-sprint, destinada a atletas não licenciados e que também pode ser disputada em estafetas.
3. A realização das provas irá decorrer de acordo com o seguinte programa e horário:

Sábado, 15 de Abril

15:00 - 18:00 Secretariado (junto ao Parque Transição) para Prova Aberta, Cadetes e Elites

Domingo, 16 de Abril

06:30 - 10:20 Secretariado (junto ao Parque Transição)

06:45 - 8:15 Check In – Verificação técnica e colocação do material no Parque de Transição para **Elites, Cadetes e Prova Aberta** (obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados)

08:20 Hora limite de permanência de atletas no Parque de Transição

08:30 Início do Campeonato Nacional Individual Elite – Feminino

9:00 - 10:30	Check In – Verificação técnica e colocação do material no Parque de Transição para Grupos de Idade e Paratriatlo (obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados)
10:00	Início do Campeonato Nacional Individual Elite – Masculinos
11:30	Início do Campeonato Nacional Cadetes Masculinos
11:32	Início do Campeonato Nacional Cadetes Femininos
11:35	Início da Prova Aberta
12:15	Check Out do Parque de Transição para Elites, Cadetes e Prova Aberta - Os atletas poderão aceder e levantar o seu material no Parque de Transição, exibindo o seu dorsal à entrada da mesma
12:30	Cerimónia de Entrega de Prémios (Elites, Juniores, Cadetes e Prova Aberta)
13:30	Início do Campeonato Nacional Individual GI - Masculinos até 39 anos
13:31	Início do Campeonato Nacional Individual GI - Masculinos após 40 anos
13:35	Início do Campeonato Nacional Individual GI - Femininos
13:36	Início do Campeonato Nacional Paratriatlo
Cut-off 45 minutos após partida	
15:45	Check Out - Recolha dos equipamentos e materiais do Parque de Transição Grupos de Idade e Paratriatlo - Os atletas poderão aceder e levantar o seu material no Parque de Transição, exibindo o seu dorsal à entrada da mesma
16:00	Hora limite para conclusão da prova
16:30	Cerimónia de Entrega de Prémios (Grupos de Idade)

Os horários poderão ser sujeitos a alterações

*** Não é permitida a entrada no parque de transição depois da chegada da primeira bicicleta**

LOCAIS

- As provas do XXXVI Triatlo de Oeiras vão disputar-se em Oeiras, com Natação na Praia da Torre, Ciclismo na marginal com percurso de ida e volta e Corrida na marginal, em Oeiras.

Áreas da Prova	Local	Coordenadas GPS
Secretariado	Junto ao Estacionamento Praia da Torre	38°40'36.5"N 9°19'23.8"W
Parque de Transição	Parque de Estacionamento	38°40'36.5"N 9°19'23.8"W
Partida	Partida da Praia	38°40'33.9"N 9°19'19.3"W
Chegada	Junto à Feitoria do Colégio Militar	38°40'37.1"N 9°19'17.2"W
Balneários	Pavilhão Desportivo de São Julião da Barra	38°41'01.1"N 9°19'04.9"W

INSCRIÇÕES

5. A participação nas provas do XXXVI Triatlo de Oeiras é aberta a todos os interessados, de acordo com os seguintes preceitos:

Prova	Distância	Admissão
Campeonato Nacional Individual Elites	Sprint	Atletas nascidos até 2005
Campeonato Nacional Individual Grupos de idade	Sprint	Atletas nascidos até 2005
Campeonato Nacional de Paratriatlo	Sprint	Atletas nascidos até 2005
Campeonato Nacional de Cadetes	Super-sprint	Atletas nascidos entre 2006 e 2007
Prova Aberta	Super-sprint	Atletas nascidos até 2005, em participação individual ou em estafeta mistas ou de um só género

6. As inscrições nas provas do XXXVI Triatlo de Oeiras devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 9 de Abril (Domingo):
- <http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/aplicacao-de-gestao-ftp/>
7. Os valores das inscrições são os constantes no quadro apresentado em seguida.

Prova	Distância	Preço de Inscrição	
		Licenciados	Não Licenciados
Campeonato Nacional Individual e Paratriatlo	Sprint	22,00 €	-----
Campeonato Nacional Cadetes	Super-Sprint	15,00 €	-----
Prova Aberta	Super-Sprint	-----	15,00 €
Prova Aberta (Estafetas)	Sprint	45,00€	

8. O valor da inscrição na Prova Aberta Distância Super-Sprint, no formato de Estafetas, é respeitante ao conjunto da equipa de Estafetas (2 ou 3 elementos). Se forem três elementos cada, um efetua um dos três segmentos da prova (natação, ciclismo e corrida), se forem dois elementos, um dos elementos efetua dois segmentos.
9. O pagamento de registos de inscrição dentro do prazo poderá ser liquidado até às 23h59 do dia 11 de Abril (terça-feira).
10. As formas de pagamento das inscrições nas provas do XXXVI Triatlo de Oeiras 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);
 - MB WAY;
 - Transferência Multibanco (IBAN: PT50 0045 5442 4033 1296 628 30, deverá enviar comprovativo de transferência para competicoes@federacao-triatlo.pt);
11. Para efeitos de participação serão apenas consideradas as inscrições pagas.
12. A inscrição nas provas do XXXVI Triatlo de Oeiras contempla:
 - Participação e classificação na prova;
 - Abastecimentos (sólidos e líquidos);
 - Seguro de acidentes pessoais;
 - Lembrança a todos os atletas.
13. Qualquer dificuldade de inscrição deverá contatar a Federação de Triatlo de Portugal:
 - E-mail: competicoes@federacao-triatlo.pt
 - Telefone: 214 464 821

ESTAFETAS

14. Serão compostas por grupos de 2 ou 3 participantes, os quais darão cumprimento aos 3 segmentos da prova no formato de Estafeta.

15. Todos os atletas que participam nas Estafetas terão de respeitar a zona de transmissão de testemunhos, sob pena de desclassificação.

ALUGUER DE DORSAL E CHIP DE PROVA

16. Os atletas licenciados que não tenham chip próprio terão de alugar o chip no Secretariado pelo valor de 5,00 €. O chip terá que ser devolvido à saída do Parque de Transição durante o Check Out.
17. Em caso de falta de qualquer um dos elementos identificadores (dorsal, número de bicicleta ou touca), os atletas podem competir mediante o pagamento de uma taxa de 3,00 € (por elemento) não reembolsável.

ESCALÕES ETÁRIOS E GRUPOS DE IDADE (DISTÂNCIAS)

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

Campeonato Nacional Individual Elites (Sprint)	
JUNIORES (nascidos entre 2005 e 2004)	
GRUPO DE IDADE 20-24 (nascidos entre 1999 e 2003)	
GRUPO DE IDADE 25-29 (nascidos entre 1994 e 1998)	
GRUPO DE IDADE 30-34 (nascidos entre 1989 e 1993)	
GRUPO DE IDADE 35-39 (nascidos entre 1984 e 1988)	Natação: 750m (2 voltas)
GRUPO DE IDADE 40-44 (nascidos entre 1979 e 1983)	Ciclismo: 20.000m (4 voltas)
GRUPO DE IDADE 45-49 (nascidos entre 1974 e 1978)	Corrida: 5.000(2 voltas)
GRUPO DE IDADE 50-54 (nascidos entre 1969 e 1973)	
GRUPO DE IDADE 55-59 (nascidos entre 1964 e 1968)	
GRUPO DE IDADE 60-64 (nascidos entre 1959 e 1963)	
GRUPO DE IDADE 65-69 (nascidos entre 1954 e 1958)	

Campeonato Nacional Individual Elites (Sprint)

GRUPO DE IDADE 70-74

(nascidos entre 1949 e 1953)

GRUPO DE IDADE 75-79

(nascidos entre 1944 e 1948)

GRUPO DE IDADE 80-84

(nascidos entre 1939 e 1943)

GRUPO DE IDADE 85-89

(nascidos entre 1934 e 1938)

GRUPO DE IDADE 90-94

(nascidos entre 1929 e 1933)

GRUPO DE IDADE 95-99

(nascidos entre 1923 e 1928)

19.

Campeonato Nacional Individual Grupos Idade e Paratriatlo(Sprint)

JUNIORES

(nascidos entre 2005 e 2004)

GRUPO DE IDADE 20-24

(nascidos entre 1999 e 2003)

GRUPO DE IDADE 25-29

(nascidos entre 1994 e 1998)

GRUPO DE IDADE 30-34

(nascidos entre 1989 e 1993)

GRUPO DE IDADE 35-39

(nascidos entre 1984 e 1988)

Natação: 750m (1 volta com saída australiana)

GRUPO DE IDADE 40-44

(nascidos entre 1979 e 1983)

Ciclismo: 20.000m (1 volta)

GRUPO DE IDADE 45-49

(nascidos entre 1974 e 1978)

Corrida: 5.000(1 volta)

GRUPO DE IDADE 50-54

(nascidos entre 1969 e 1973)

GRUPO DE IDADE 55-59

(nascidos entre 1964 e 1968)

GRUPO DE IDADE 60-64

(nascidos entre 1959 e 1963)

GRUPO DE IDADE 65-69

(nascidos entre 1954 e 1958)

Campeonato Nacional Individual Grupos Idade e Paratriatlo(Sprint)

GRUPO DE IDADE 70-74

(nascidos entre 1949 e 1953)

GRUPO DE IDADE 75-79

(nascidos entre 1944 e 1948)

GRUPO DE IDADE 80-84

(nascidos entre 1939 e 1943)

GRUPO DE IDADE 85-89

(nascidos entre 1934 e 1938)

GRUPO DE IDADE 90-94

(nascidos entre 1929 e 1933)

GRUPO DE IDADE 95-99

(nascidos entre 1923 e 1928)

Campeonato Nacional Cadetes (Distância Super-Sprint)

Cadetes

(nascidos entre 2006 e 2007)

Natação: 500m (1 volta em M)

Ciclismo: 13.000m (1 volta)

Corrida: 3.500m (1 volta)

Prova Aberta (Distância Super-Sprint)

ABSOLUTOS

(nascidos até 2005)

Natação: 500m (1 volta em M)

Ciclismo: 13.000m (1 volta)

Corrida: 3.500m (1 volta)

DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

20. Os participantes nas provas do XXXVI Triatlo de Oeiras irão percorrer em cada segmento da respetiva prova, os seguintes percursos:

Campeonato Nacional individual Elite (Sprint)

Segmento	Descrição
Natação	Percurso na Praia da Torre, duas voltas com saída da água entre voltas

Campeonato Nacional individual Elite (Sprint)	
Segmento	Descrição
Ciclismo	Percurso em asfalto em boas condições, com 4 voltas maioritariamente plano.
Corrida	Percurso em asfalto em boas condições, com 2 voltas com desnível médio

Campeonato Nacional individual Grupos de Idade e Paratriatlo(Sprint)	
Segmento	Descrição
Natação	Percurso na Praia da Torre, com uma volta com saída australiana
Ciclismo	Percurso em asfalto em boas condições, 1 volta com desnível ligeiro
Corrida	Percurso em asfalto em boas condições, com 1 volta com desnível médio

Campeonato Nacional de Cadetes e Prova Aberta (Distância Super-Sprint)	
Segmento	Descrição
Natação	Percurso na Praia da Torre, com uma volta em "M"
Ciclismo	Percurso em asfalto em boas condições, 1 volta com desnível ligeiro
Corrida	Percurso em asfalto em boas condições, com 1 volta com desnível médio

LOCAIS DE ABASTECIMENTO

21. As provas do XXXVI Triatlo de Oeiras incluem abastecimentos nos seguintes locais:

Provas	Distância	Abastecimentos
Campeonato Nacional Individual Elites e Grupos de idade	Sprint	Início da corrida e início da 2ª volta
Campeonato Nacional Individual Grupos de idade	Sprint	Início da corrida e retorno
Campeonato Nacional Cadetes e Prova Aberta	Super-Sprint	Início da corrida

22. Os abastecimentos irão contemplar água. A zona de recuperação contempla água, fruta e barras de cereais.

REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

23. São adotadas as regras em vigor no Regulamento Técnico e Competições (RTC) 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. O RTC em vigor pode ser consultado, no site da Federação de Triatlo, no link <http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/a-federacao/estatutos/>

24. Principais regras a ter em atenção são apresentadas no quadro seguinte.

Segmento	Regras
Natação	<ul style="list-style-type: none"> ■ Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimentos do respectivo percurso e número de voltas, previamente anunciado. ■ Todos os meios de propulsão ou aspiração artificiais estão interditos. ■ Os atletas terão, obrigatoriamente, de utilizar touca no percurso de natação até ao Parque de Transição. ■ O uso de fato isotérmico será permitido, caso a temperatura da água seja inferior a 22º.
Ciclismo	<ul style="list-style-type: none"> ■ É interdito "seguir na roda" ou "aproveitar o vácuo" de quaisquer veículos, da organização ou outros. A separação mínima bicicleta/veículo será a de um espaço de 35 metros, contados a partir da traseira do veículo; ■ É obrigatório o uso de capacete rígido afivelado em toda a extensão do percurso, até à colocação da bicicleta no suporte; ■ Cada atleta é responsável pela sua bicicleta, pelo que as ajudas externas estarão de acordo com o RTC de 2023; ■ É obrigatório o uso de dorsal colocado nas costas e em local bem visível; ■ Cada concorrente é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respetivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas; ■ Cada concorrente é responsável pela sua bicicleta, não sendo possível receber qualquer tipo de ajuda exterior para a sua reparação; ■ Os atletas obrigam-se a respeitar as regras de trânsito e as indicações dadas pelos agentes de segurança; ■ 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. ■

Segmento	Regras
Corrida	<ul style="list-style-type: none"> ■ É obrigatório o uso de peitoral, colocado em zona frontal, bem visível; ■ Cada concorrente é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respectivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas; ■ É proibido o acompanhamento dos atletas por parte de qualquer outra pessoa que não esteja em competição e por parte de qualquer veículo, autorizado ou não, pela organização.

25. A participação na prova tem que estar obrigatoriamente coberta pelo seguro desportivo previsto na Lei (Acidentes Pessoais).

CLASSIFICAÇÕES

26. As provas do XXXVI Triatlo de Oeiras terão as classificações definidas no quadro apresentado em seguida.

Prova	Classificações
Campeonato Nacional Elites	■ Classificação Absoluta por Género
Campeonato Nacional Grupos de Idade	■ Classificação Grupos de Idade e Género
Campeonato Nacional de Cadetes	■ Classificação Absoluta por Género
Prova Aberta	■ Classificação Absoluta por Género

PROTESTOS

27. Podem ser efetuados protestos/reclamações por todos os agentes desportivos diretamente envolvidos, de acordo com o estabelecido no Capítulo 11 do Regulamento Técnico e Competições e tendo também em consideração o seguinte:

- Os protestos são efetuados por escrito, no formulário fornecido pelo Árbitro Chefe de Equipa e entregues ao mesmo de acordo com os prazos estabelecidos no Regulamento Técnico e Competições, acompanhados de uma taxa de 25,00 €; O Árbitro Chefe de Equipa terá de assinar o formulário de Protesto, anotando a hora da receção.
- A deliberação resulta do voto dos membros do Júri de Competição, que terão direito a um voto cada. A maioria determinará se o protesto é indeferido ou deferido. Caso o protesto seja deferido, a taxa de 25,00 € será devolvida.

JÚRI DE COMPETIÇÃO

28. O Júri de Competição é formado por três elementos:

- Presidente: Delegado Técnico da prova;
- Vogal: Representante da Federação de Triatlo de Portugal;
- Vogal: Representante do Organizador Local.

29. O Júri de Competição delibera sobre todos os protestos devidamente apresentados ao Árbitro Chefe de Equipa. A resolução de qualquer protesto terá de ser comunicada ao Árbitro Chefe de Equipa para que possa informar o interessado e modificar os resultados, se necessário.

PRÉMIOS

30. Serão atribuídos troféus individuais e coletivos de acordo com os quadros abaixo, para cada uma das provas abaixo.

a. Campeonato Nacional Individual

Troféus Individuais						
Categorias	Masculinos			Femininos		
Elites	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	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 70-74	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 75-79	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 80-84	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 85-89	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 90-94	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

Troféus Individuais						
Categorias	Masculinos			Femininos		
Grupo de Idade 95-99	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

b. Campeonato Nacional de Cadetes

Troféus Individuais						
Categorias	Masculinos			Femininos		
Absolutos	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

c. Prova Aberta

Troféus Individuais						
Categorias	Masculinos			Femininos		
Absolutos	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Estafetas	1		2		3	

31. No Campeonato Nacional Individual 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 €

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

32. O valor total dos prémios pecuniários individuais atribuídos é de 3150,00 €.
33. 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

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.
37. Os balneários para os atletas localizam-se na Piscina Oceânica.
38. Não haverá Bengaleiro ou local para guardar mochilas ou outro equipamento/material dos atletas.
39. A organização através de uma parceria com o Real Hotels disponibiliza 20% de desconto no Hotel Real de Oeiras para as noites 13, 14, 15, 16 de Abril de 2023. Para tal basta utilizar o promo code CAMP-TRIATLO no website: www.realhotelsgroup.com ou usar o link abaixo que os encaminha logo ao motor: https://www.book-secure.com/index.php?s=results&property=ptpao00002&arrival=2023-04-13&departure=2023-04-17&code=CAMP-TRIATLO&adults1=2&children1=0&locale=en_GB¤cy=EUR&stid=unxmia5jb

CASOS OMISSOS

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

FIM DE REGULAMENTO