



I Triatlo das Caldas da Rainha

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Campeonato Nacional Universitário Campeonato Nacional de Cadetes Prova Aberta

REGULAMENTO

ORGANIZAÇÃO

1. O I Triatlo das Caldas da Rainha é uma organização da Câmara Municipal das Caldas da Rainha, Junta de Freguesia do Nadadouro, Junta de Freguesia da Foz e da Sociedade de Instrução e Recreio Os Pimpões, com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal (FTP).
2. O I Triatlo das Caldas da Rainha é constituído pelas seguintes provas:
 - a. Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo (2ª Etapa), disputado no dia 3 de Junho, sábado, no formato de triatlo em estrada na distância Sprint, destinado a atletas licenciados;
 - b. Campeonato Nacional Universitário, disputado no dia 3 de Junho, sábado, no formato de triatlo em estrada na distância Sprint, destinado a estudantes-atletas;
 - c. Campeonato Nacional de Cadetes (2ª Etapa), disputado no dia 3 de Junho, Sábado, no formato de triatlo em estrada na distância Super-Sprint, destinado a atletas licenciados;
 - d. Prova Aberta, disputada no dia 3 de Junho, Sábado, no formato de triatlo em estrada na distância Super-Sprint, destinado a atletas licenciados e não licenciados;
3. A realização das provas irá decorrer de acordo com o seguinte programa e horário:

Sábado, 3 de Junho

13:35 - 15:20

Secretariado para todas as provas (tenda junto ao Parque Transição)



13:45 - 15:25	Check-In - Verificação e Colocação de material no Parque de Transição para atletas de todas as provas (obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados)
15:30	Hora limite de permanência de atletas no Parque de Transição
15:50	Início do Campeonato Nacional de Cadetes Masculinos
15:55	Início do Campeonato Nacional de Cadetes Femininos
15h57	Início da Prova Aberta Super Sprint
16h40	Início da Prova Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo e Campeonato Nacional Universitário - Género Masculino
16:50	Início da Prova Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo e Campeonato Nacional Universitário - Género Feminino
17:12	Cutt Off para terminar o percurso de Natação
18:30	<p>Check Out – Recolha dos equipamentos e materiais do Parque de Transição</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Após a chegada do último atleta do segmento de corrida e mediante comunicação prévia da Organização, os atletas poderão aceder e levantar o seu material no Parque de Transição, exibindo o seu dorsal à entrada da mesma. ■ O tempo limite para fazer o levantamento será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova.
19:00	Cerimónia de Entrega de Prémios

Os horários poderão ser sujeitos a alterações

LOCAIS

4. As provas do I Triatlo das Caldas da Rainha vão disputar-se na Baía da praia da Foz do Arelho e na localidade de Nadadouro e Foz do Arelho.

Áreas da Prova	Local	Coordenadas GPS
Secretariado	Nadadouro (Parque de Estacionamento)	39°25'43.42"N, 9°13'20.27"W
Parque de Transição	Nadadouro (Parque de Estacionamento)	39°25'43.38"N, 9°13'21.33"W
Partida	Praia Foz do Arelho	39°25'45.23"N, 9°13'33.02"W
Chegada	Nadadouro (Parque de Estacionamento)	39°25'42.45"N, 9°13'18.66"W
Balneários	Parque das Auto Caravanas	39°25'42.89"N, 9°13'15.10"W



Áreas da Prova	Local	Coordenadas GPS
Bengaleiro	Nadadouro (Parque de Estacionamento)	39°25'43.42"N, 9°13'20.27"W
WC	WC Cais da Praia	39°25'45.09"N, 9°13'25.96"W

INSCRIÇÕES

5. A participação nas provas do I Triatlo das Caldas da Rainha é aberta a todos os interessados, de acordo com os seguintes preceitos:

Prova	Distância	Admissão
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo	Sprint	Prova exclusiva a atletas e clubes licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, nos escalões e grupos etários que constam no ponto 19 deste Regulamento
Campeonato Nacional Universitário	Sprint	Prova exclusiva a atletas universitários
Campeonato Nacional de Cadetes	Super-Sprint	Atletas nascidos entre 2006 e 2007
Prova Aberta	Super-Sprint	Atletas nascidos até 2009 inclusive, em participação individual ou em estafeta mista ou de um só género

6. As inscrições nas provas do I Triatlo das Caldas da Rainha devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 28 de Maio (Domingo):

- <http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/aplicacao-de-gestao-ftp/>

As inscrições para o Campeonato Nacional Universitário de Duatlo deverão ser feitas junto da FADU pelas respectivas Instituições de Ensino Superior / Associações de Estudantes ou Académicas dos atletas

7. Os valores das inscrições são os constantes no quadro apresentado em seguida.

Prova	Distância	Preço de Inscrição
-------	-----------	--------------------



		Licenciados	Não Licenciados
Campeonato Nacional Clubes de Triatlo	Sprint	22,00 €	-----
Campeonato Nacional de Cadetes	Super-Sprint	15,00€	-----
Prova Aberta (Individual)	Super-Sprint	15,00€	21,00 €
Prova Aberta (Estafetas)	Super-Sprint		45,00€

8. Para atletas não licenciados, o valor da inscrição na Prova Aberta Distância Super-Sprint, no formato Individual, tem um custo de 15,00€ (que inclui o seguro de acidentes pessoais e aluguer de chip), se efetuadas até às 23h59 do dia 28 de Maio (domingo).
9. Para atletas não licenciados, o valor da inscrição na Prova Aberta Distância Super Sprint, no formato Estafetas, é respeitante ao conjunto da equipa de Estafetas (2 ou 3 elementos: Se forem três elementos cada, cada um efetua um dos três segmentos da prova (natação, ciclismo e corrida), se forem dois elementos, um dos elementos efetua dois segmentos).
10. O pagamento de registos de inscrição dentro do prazo poderá ser liquidado até às 23h59 do dia 30 de Maio (terça-feira).
11. Registos fora do prazo de inscrição (28 de Maio) serão aceites, mediante o pagamento adicional ao valor da inscrição, de acordo com o quadro apresentado em seguida.

Prova	Valor adicional
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo	+ 22,00 €
Prova Aberta (Individual)	+ 21,00 €
Prova Aberta (Estafetas)	+ 45,00 €



12. As inscrições efetuadas fora deste prazo poderão ser efetuadas no dia da prova no Secretariado, mediante o pagamento adicional estabelecido no quadro apresentado no ponto anterior.
13. As formas de pagamento das inscrições nas provas do I Triatlo das Caldas da Rainha 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);
14. Para efeitos de participação serão apenas consideradas as inscrições pagas.
15. A inscrição nas provas do I Triatlo das Caldas da Rainha contempla:
 - Participação e classificação na prova;
 - Abastecimentos (sólidos e líquidos);
 - Seguro de acidentes pessoais;
 - Lembrança.
16. Qualquer dificuldade de inscrição deverá contactar a Federação de Triatlo de Portugal:
 - E-mail: competicoes@federacao-triatlo.pt
 - Telefone: 214 464 821

ALUGUER DE DORSAL E CHIP DE PROVA

17. 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.
18. Em caso de falta de qualquer um dos elementos identificadores (dorsal, touca, número de bicicleta), os atletas podem competir mediante o pagamento de uma taxa de 3,00 € (por elemento) não reembolsável.

ESCALÕES ETÁRIOS E GRUPOS DE IDADE (DISTÂNCIAS)

19. A participação nas provas do I Triatlo das Caldas da Rainha é efetuada com base nos escalões e grupos de idade definidos neste Regulamento, de acordo com o ano de nascimento dos atletas.



Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo (Distância Sprint)

CADETES

(nascidos entre 2007 e 2006)

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)

GRUPO DE IDADE 40-44

(nascidos entre 1979 e 1983)

GRUPO DE IDADE 45-49

(nascidos entre 1974 e 1978)

GRUPO DE IDADE 50-54

(nascidos entre 1969 e 1973)

Natação: 750m (1 volta)

Ciclismo: 20.000m (1 volta)

GRUPO DE IDADE 55-59

(nascidos entre 1964 e 1968)

Corrida: 5.000m (2 voltas)

GRUPO DE IDADE 60-64

(nascidos entre 1959 e 1963)

GRUPO DE IDADE 65-69

(nascidos entre 1954 e 1958)

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 de Cadetes (Distância Super-Sprint)

CADETES

(nascidos entre 2006 e 2007)

Natação: 500m (1 volta)

Ciclismo: 13.000 (1 volta)

Corrida: 3.000m (2 voltas)

Prova Aberta Triatlo (Distância Super-Sprint)

ABSOLUTOS

(nascidos até 2009)

Natação: 500m (1 volta)

Ciclismo: 13.000 (1 volta)

Corrida: 3.000m (2 voltas)

DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

20. Os participantes nas provas do I Triatlo das Caldas da Rainha irão percorrer em cada segmento da respetiva prova, os seguintes percursos:

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo | Campeonato Nacional Universitário (Distância Sprint)

Segmento	Descrição
Natação	Baía da Praia da Foz do Arelho, 1 volta no sentido contrário ao horário
Ciclismo	Percurso maioritariamente feito na Avenida Engenheiro Paiva de Sousa, com piso em boas condições. Início do percurso de ciclismo com uma subida muito acentuada e desnível significativo até meio do percurso de ciclismo.
Corrida	Percurso em terreno misto, com asfalto e terra batida, sem desnível significativo, maioritariamente plano. Trajeto no sentido horário.

Campeonato Nacional de Cadetes | Prova Aberta (Distância Super-Sprint)

Segmento	Descrição
Natação	Baía da Praia da Foz do Arelho, 1 volta no sentido contrário ao horário



Campeonato Nacional de Cadetes | Prova Aberta (Distância Super-Sprint)

Segmento	Descrição
Ciclismo	Percurso maioritariamente feito na Avenida Engenheiro Paiva de Sousa, com piso em boas condições. Início do percurso de ciclismo com uma subida acentuada e desnível significativo ao meio do segmento de ciclismo.
Corrida	Percurso em terreno misto, com asfalto e terra batida, sem desnível significativo, maioritariamente plano. Trajeto no sentido horário.

LOCAIS DE ABASTECIMENTO

21. As provas do I Triatlo das Caldas da rainha incluem abastecimentos nos seguintes locais:

Provas	Distância	Abastecimentos
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Campeonato Nacional Universitário	Sprint	Início da Corrida Início da 2ª volta da corrida Zona de Recuperação
Campeonato Nacional de Cadetes Prova Aberta	Super-Sprint	Meta e Zona de Recuperação

22. Na Zona de Recuperação existirão abastecimentos líquidos e sólidos (água e fruta), nos restantes locais serão disponibilizadas garrafas de água, seladas.

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 permitido andar na roda para atletas com partida em simultâneo e na mesma prova; Não é permitido andar na roda entre atletas de géneros diferentes;■ 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.
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 I Triatlo das Caldas da Rainha terão as classificações definidas no quadro apresentado em seguida.

Prova	Classificações
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo	<ul style="list-style-type: none"> ■ Classificação Absoluta por Género ■ Classificação Grupos de Idade e Género ■ Classificação por Clube por Géneros
Campeonato Nacional Universitário	<ul style="list-style-type: none"> ■ Classificação Absoluta por Género ■ Classificação Grupos de Idade e Género
Campeonato Nacional de Cadetes	<ul style="list-style-type: none"> ■ Classificação Absoluta Individual por Género
Prova Aberta	<ul style="list-style-type: none"> ■ Classificação Absoluta Individual por Género

27. A classificação coletiva por Equipas do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo é apurada pelo somatório dos tempos dos quatro primeiros atletas de cada equipa, no género masculino, e pelos tempos das três primeiras atletas do género feminino.

PROTESTOS

28. 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

29. 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.



30. 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

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

- a. Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo

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



Grupo de Idade 95-99	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
----------------------	----	----	----	----	----	----

Troféus Colectivos						
	Masculinos			Femininos		
Clubes	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

b. Campeonato Nacional de Cadetes

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

c. Campeonato Nacional Universitário

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

d. Prova Aberta

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

32. No Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo serão atribuídos prémios pecuniários de acordo com as tabelas apresentadas em seguida.

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo		
Prémios por Etapa do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo		
#	Masculinos	Femininos
1º	560 €	560 €
2º	440 €	440 €



3º	340 €	340 €
4º	260 €	260 €
5º	200 €	200 €
6º	160 €	
7º	140 €	
8º	120 €	
9º	100 €	
10º	80 €	
Total	2 400€	1 800€

OUTRAS INFORMAÇÕES

33. 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.
34. O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo dos percursos de prova.
35. Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova.
36. Os balneários para os atletas localizam-se no Parque de Autocaravanas da Praia da Foz do Arelho.
37. Haverá Bengaleiro para as provas I Triatlo das Caldas da Rainha. Os atletas poderão deixar as suas mochilas, desde que devidamente identificadas com nome e número de dorsal.

CASOS OMISSOS

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

FIM DE REGULAMENTO