II Triatlo Longo de Moura

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo

Prova Aberta - Distância Standard

REGULAMENTO

ORGANIZAÇÃO

1. O II Triatlo de Moura é uma organização da Câmara Municipal de Moura, com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal (FTP).

2. O II Triatlo de Moura é constituído pelas seguintes provas:

   a. Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo (3ª Etapa) disputado no dia 24 de Setembro, domingo, no formato de triatlo em estrada distância de Média Distância destinada a atletas licenciados e não licenciados e que também pode ser disputada em estafetas;

   b. Prova Aberta, disputada no dia 24 de Setembro, domingo, no formato de triatlo em estrada na distância Standard, destinada a atletas licenciados e 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, 23 de Setembro	
15:30 - 19:20	Secretariado para ambas as provas Sala no edifício União Freguesias de Moura e Santo Amador junto ao Parque de Transição 2 - Moura
16:00 - 19:00	Check-In para ambas as provas no Parque de Transição 2 - Moura
16:30 - 19:30	Check-In para ambas as provas no Parque de Transição 1 - Barragem do Alqueva
19:30 - 20:00	Briefing Cineteatro Caridade - Moura O Briefing não é obrigatório e será publicado a informação do briefing no site da FTP

[Revisão 01 - 2023-08-08]

Domingo, 24 de Setembro	
06:40 - 07:30	Horário para colocação de suplementação e abastecimento líquido no Parque de Transição 2 - Moura - Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados
07:30 - 08:30	Horário para colocação de suplementação e abastecimento líquido no Parque de Transição 1 - Barragem do Alqueva - Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados
08:35	Hora limite de permanência de atletas no Parque de Transição
09:00	Início do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo
09:20	Início da Prova Aberta
10:20	Cutt-Off para terminar percurso de Natação
13:40	Cutt-Off para terminar percurso de Ciclismo
14:00	Check Out - Recolha de equipamentos e materiais do Parque de Transição 2 - Moura ■ 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 no Parque de Transição, exibindo o seu dorsal à entrada da mesma. **A Organização assegura o transporte dos equipamentos de Natação para o Parque de Transição 2 (Moura)**
15:30	Hora limite para conclusão da Prova
15:50	Cerimónia de Entrega de Prémios

Os horários poderão ser sujeitos a alterações

LOCAIS

4. A prova do II Triatlo Longo de Moura irá decorrer em Moura, com natação na Barragem do Alqueva, Ciclismo nas imediações de Moura passando na N255 em percurso de ida e volta e corrida em percurso citadino em Moura.

Áreas da Prova	Local	Coordenadas GPS
Secretariado	União de Freguesias de Moura e Santo Amador (Sala em Edifício)	38º08'30.09"N, 7º26'47.55"W
Parque de Transição 1	Barragem do Alqueva	38º12'02.25"N, 7º29'13.98"W
Parque de Transição 2	Rua das Terçarias - Moura	38º08'30.1"N 7º26'51.2"W
Partida	Barragem do Alqueva	38º12'02.25"N, 7º29'13.98"W
Chegada (Meta, Zona Recuperação)	Rua das Terçarias - Moura	38º08'31.26"N, 7º26'49.26"W

TRANSPORTES ENTRE PT1 E PT2

- A Organização providencia transporte no dia da prova (Domingo) para os atletas do PT2 (Moura) para o PT1 (Barragem do Alqueva), no entanto é obrigatório agendar marcação via email até dia 20 de Setembro, quarta-feira.
- Pelas 06h40 de Domingo até às 07h30, estará disponível um veículo da Organização junto à Junta de Freguesia (ao lado do Parque de Transição 2 - Moura) para transporte dos atletas. O horário de saída do transporte será pelas 07h30. O Transporte será apenas para quem efetuou marcação via email.
- O email para esclarecimento de dúvidas é monica.fernandes@federacao-triatlo.pt.

INSCRIÇÕES

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

Prova	Distância	Admissão
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo	Média Distância 1,9 km | 90 Km | 19,4 Km	Atletas nascidos até 2005

Prova	Distância	Admissão
Prova Aberta Distância Standard	1,5 km | 56 km | 9,6 Km	Atletas nascidos até 2005, em participação individual ou em estafeta mistas ou de um só género

6. As inscrições nas provas do II Triatlo Longo de Moura devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 17 de Setembro (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	Preço de Inscrição			
	Licenciados		Não Licenciados e Outras Federações	
			Individual	Estafetas
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo Média Distância	1 atleta por clube	70,00 €	100,00 €	150,00 €
	2 ou 3 atletas por clube	65,00 €		
	4 ou mais atletas por clube	60,00 €		

Prova	Preço de Inscrição			
	Licenciados	Não Licenciados e Outras Federações		
		Data	Individual	Estafetas
Prova Aberta Distância Standard	45,00€	Até 17/09	45,00€	65,00€

8. O valor da inscrição na Prova Aberta Distância Standard, 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 (corrida, 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 19 de Setembro (terça-feira).

10. Registos fora do prazo de inscrição (17 de Setembro) serão aceites, mediante o pagamento adicional ao valor da inscrição, de acordo com o seguinte:

Prova	Valor adicional
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo	+ 35,00 €
Prova Aberta Distância Standard (Individual)	+ 45,00 €
Prova Aberta Distância Standard (Estafetas)	+ 65,00 €

11. As formas de pagamento das inscrições nas provas do II Triatlo Longo de Moura 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);

12. Para efeitos de participação serão apenas consideradas as inscrições pagas.

13. A inscrição nas provas do II Triatlo Longo de Moura contempla:

    - Participação e classificação na prova;
    - Abastecimentos (sólidos e líquidos);
    - Seguro de acidentes pessoais;
    - Lembrança a todos os atletas.

14. Qualquer dificuldade de inscrição deverá contatar a Federação de Triatlo de Portugal:

    - E-mail: competicoes@federacao-triatlo.pt
    - Telefone: 214 464 821

ESTAFETAS

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

16. 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

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 II Triatlo Longo de Moura 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 Longo (Média Distância)	
JUNIORES (nascidos entre 2005 e 2004)	Natação: 1.900m Ciclismo: 90.000m (Troço de Ligação até Retorno 2 mais 2 Voltas) Corrida: 19.400m (4 voltas)
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)	
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)	
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)	

Prova Aberta (Distância Standard)	
ABSOLUTOS (nascidos até 2005)	Natação: 1.500m Ciclismo: 56.000m (Troço de Ligação até Retorno 2 + 1 Volta completa) Corrida: 9.600m (2 voltas)

DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

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

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo (Média Distância) e Prova Aberta (Distância Standard)	
Segmento	**Descrição**
Natação	Percurso de ida e volta, realizado na Barragem do Alqueva sem corrente.
Ciclismo	Percurso em linha em asfalto com boas condições. Para prova do Campeonato Nacional de Clubes, Troço de Ligação até Retorno 2

	mais 2 voltas; na Prova Aberta, Troço de Ligação até Retorno 2 mais 1 volta. Percurso maioritariamente plano em circuito de ida e volta, com uma subida acentuada.
Corrida	Percurso pelas ruas de Moura em terreno misto, maioritariamente de asfalto e calçada. Campeonato Nacional de Clubes com 4 voltas e a Prova aberta com 2 voltas.

LOCAIS DE ABASTECIMENTO

21. As provas do II Triatlo Longo de Moura incluem abastecimentos nos seguintes locais:

Provas	Distância	Abastecimentos
Prova Aberta	Distância Standard	Ciclismo: Km 8 e 41
		Corrida: Ao início de cada volta de Corrida, aos 2,9 Km, aos 4,8 Km e aos 9,6 Km
		Meta e Zona de Recuperação

Provas	Distância	Abastecimentos
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo	Média Distância	Ciclismo: Km 19, 53 e 87
		Corrida: Ao início de cada volta de Corrida, aos 2,9 Km, aos 4,8 Km, aos 9,6 Km, aos 14,4 km e aos 16,3 Km
		Meta e Zona de Recuperação

22. Os abastecimentos irão contemplar água, fruta, bebida isotónica, coca-cola, barras energéticas e gel.

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	■ 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 24,6º.
Ciclismo	■ Não é permitido "andar na roda". ■ A zona de vácuo considerada, onde o atleta que segue atrás não pode permanecer, é constituída por um espaço de 12 metros. Em caso de ultrapassagem, o atleta poderá entrar na zona de vácuo do adversário que segue à sua frente. Porém, terá um máximo de 25 segundos para atravessar essa zona; ■ 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 atleta 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	■ É obrigatório o uso de peitoral, colocado em zona frontal, bem visível; ■ Cada atleta 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 II Triatlo Longo de Moura terão as classificações definidas no quadro apresentado em seguida.

Prova	Classificações
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo	■ Classificação Absoluta por Género ■ Classificação por Grupo de Idade e Género ■ Classificação por Clubes por Género
Prova Aberta Distância Standard	■ Classificação Absoluta Individual por Género ■ Classificação Absoluta de Estafetas

27. A classificação coletiva por Equipas do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo é apurada pelo somatório dos tempos dos três primeiros atletas de cada equipa, no respetivo género.

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 Longo de Média Distância

Troféus Individuais						
Categorias	**Masculinos**			**Femininos**		
Absolutos	1º	2º	3º	1º	2º	3º
Juniores	1º	2º	3º	1º	2º	3º
Grupo de Idade 20-24	1º	2º	3º	1º	2º	3º
Grupo de Idade 25-29	1º	2º	3º	1º	2º	3º
Grupo de Idade 30-34	1º	2º	3º	1º	2º	3º
Grupo de Idade 35-39	1º	2º	3º	1º	2º	3º
Grupo de Idade 40-44	1º	2º	3º	1º	2º	3º
Grupo de Idade 45-49	1º	2º	3º	1º	2º	3º
Grupo de Idade 50-54	1º	2º	3º	1º	2º	3º
Grupo de Idade 55-59	1º	2º	3º	1º	2º	3º
Grupo de Idade 60-64	1º	2º	3º	1º	2º	3º

Grupo de Idade 65-69	1º	2º	3º	1º	2º	3º
Grupo de Idade 70-74	1º	2º	3º	1º	2º	3º
Grupo de Idade 75-79	1º	2º	3º	1º	2º	3º
Grupo de Idade 80-84	1º	2º	3º	1º	2º	3º
Grupo de Idade 85-89	1º	2º	3º	1º	2º	3º
Grupo de Idade 90-94	1º	2º	3º	1º	2º	3º
Grupo de Idade 95-99	1º	2º	3º	1º	2º	3º

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

Troféus Colectivos			
Estafetas	1º	2º	3ª

b. Prova Aberta Distância Standard

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

32. Serão atribuídos prémios pecuniários de acordo com as tabelas apresentadas em seguida.

Prémios por Etapa do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo		
#	**Masculino**	**Feminino**
1º	300 €	300 €
2º	250 €	250 €
3º	200 €	200 €
4º	150 €	
5º	100 €	

33. O valor total dos prémios pecuniários individuais atribuídos é de 1750,00 € (mil setecentos e cinquenta Euros).

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. Na eventualidade de haver controlo anti-doping, será efetuado no Pavilhão Gimnodesportivo de Moura.

38. Haverá local para guardar equipamento antes do percurso de Natação, perto do local de partida, no entanto o material terá de estar identificado pelo atleta com o nome e número do dorsal. Equipamento sem estar identificado não poderá ser entregue para guardar.

CASOS OMISSOS

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

FIM DE REGULAMENTO