

---

# **IV Triatlo de São Martinho do Porto**

## **Taça de Portugal de Triatlo**

### **Prova Aberta**

#### **REGULAMENTO**

#### **ORGANIZAÇÃO**

1. O IV Triatlo de São Martinho do Porto é uma organização da Câmara Municipal de Alcobaça, Junta de Freguesia de São Martinho do Porto, da Junta de Freguesia de Alfeizerão e do Clube de Natação de Alcobaça, com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal (FTP).
2. O IV Triatlo de São Martinho do Porto é constituído pelas seguintes provas:
  - a. Taça de Portugal de Triatlo (5ª Etapa), disputada no dia 21 de Setembro, domingo, no formato de triatlo em estrada na distância Sprint, destinada a atletas licenciados;
  - b. Prova Aberta, disputada no dia 21 de Setembro, domingo, destinada a atletas não licenciados que também pode ser disputada em estafetas.
3. A realização das provas irá decorrer de acordo com o seguinte programa e horário:

**Sábado, 20 de Setembro**  
**Taça de Portugal de Triatlo**  
**Prova Aberta**

**15:30 - 18:00** Secretariado (Praça Eng. Frederico Ulrich)

**Domingo, 21 de Setembro**  
**Taça de Portugal de Triatlo**  
**Prova Aberta**

**07:30 - 09:40** Secretariado (Praça Eng. Frederico Ulrich)

<b>07:45 - 09:50</b>	Check In – Verificação técnica e colocação do material no Parque de Transição para todas as provas (obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados)
<b>10:00</b>	Hora limite de permanência de atletas no Parque de Transição
<b>10:30</b>	<b>Início das provas</b> com a seguinte ordem: 10:30 - Partida Masculina da prova Taça de Portugal de Triatlo 10:35 - Partida Feminina da prova Taça de Portugal de Triatlo 10:45 - Partida Prova Aberta - Masculinos 10:47 - Partida Prova Aberta - Femininos 10:48 - Partida Prova Aberta - Estafetas
<b>12:30</b>	Check Out – Recolha dos equipamentos e materiais do Parque de Transição <ul style="list-style-type: none"><li>■ 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.</li><li>■ O tempo limite para fazer o levantamento será de 15 min após o último atleta ter concluído a prova.</li></ul>
<b>13:30</b>	Cerimónia de Entrega de Prémios

**Os horários poderão ser sujeitos a alterações**

## Prova Aberta

4. Dia 21 de Setembro, domingo, disputar-se-á uma prova de promoção da modalidade designada de "Prova Aberta".
5. Esta competição destina-se exclusivamente a atletas não federados.
6. Pode ser disputada a título individual ou em estafetas.
7. As estafetas podem ser de 2 ou de 3 elementos, todos do mesmo género ou mistas. Nas equipas de 2 elementos, um deles efetua dois segmentos e o outro efetua um segmento. Nas equipas de 3 elementos, cada elemento efetua apenas um segmento da prova.
8. A Prova Aberta tem uma partida única que junta masculinos, femininos e estafetas.
9. Os percursos, e tudo o resto não especificado nos pontos 4 a 8, são o especificado para a prova Taça de Portugal de Triatlo.

## LOCAIS

10. As provas do IV Triatlo de São Martinho do Porto irão decorrer na zona ribeirinha de São Martinho do Porto, na baía de São Martinho do Porto (natação), nas imediações da Vila de São Martinho do Porto (ciclismo) e na zona ribeirinha (corrida).

Áreas da Prova	Local	Coordenadas GPS
Secretariado	Praça Eng. Frederico Ulrich	<a href="#">39°30'30.17"N, 9°08'03.92"W</a>
Parque de Transição	Baía São Martinho do Porto	<a href="#">39°30'40.09"N, 9°08'08.42"W</a>
Partida	Baía São Martinho do Porto	<a href="#">39°30'34.69"N, 9°08'08.12"W</a>
Chegada	Praça Eng. Frederico Ulrich	<a href="#">39°30'30.17"N, 9°08'03.92"W</a>
Banhos	Parque de Campismo Baía Azul	<a href="#">39°30'14.46"N, 9°08'05.66"W</a>
Bengaleiro	Praça Eng. Frederico Ulrich	<a href="#">39°30'30.17"N, 9°08'03.92"W</a>

11. Haverá Bengaleiro perto da zona da Meta, localizado na Praça Eng. Frederico Ulrich, onde os atletas poderão guardar as mochilas ou outro material individual. O mesmo poderá ser levantado no final mediante a apresentação do dorsal.

## INSCRIÇÕES

12. A participação nas provas do IV Triatlo de São Martinho do Porto é aberta a todos os interessados, de acordo com os seguintes preceitos:

Prova	Distância	Admissão
Taça de Portugal de Triatlo	Triatlo Sprint	Prova exclusiva a atletas e clubes licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, destinada a atletas nascidos até 2009 inclusive
Prova Aberta	Triatlo Sprint	Atletas nascidos até 2009 inclusive, em participação individual ou em estafetas

13. As inscrições nas provas do IV Triatlo de São Martinho do Porto devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 8 de Setembro (segunda-feira):

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

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

<b>Prova</b>	<b>Distância</b>	<b>Preço de Inscrição</b>	
		<b>Licenciados</b>	<b>Não Licenciados</b>
Taça de Portugal de Triatlo	Triatlo Sprint	22,00€	-----
Prova Aberta	Triatlo Sprint	-----	27,00€
Prova Aberta (Estafetas)	Triatlo Sprint	-----	60,00€

15. Para atletas licenciados, as inscrições na prova Taça de Portugal de Triatlo têm o valor de 22,00€, se efetuadas até às 23h59 do dia 8 de Setembro (segunda-feira).
16. Para atletas não licenciados, as inscrições na Prova Aberta têm o valor de 27,00 € (que inclui seguro de acidentes pessoais e aluguer de chip), se efetuadas até às 23h59 do dia 8 de Setembro (segunda-feira).
17. As inscrições na Prova Aberta, para atletas não licenciados no formato de estafetas, têm o valor de 60,00 € (que inclui seguro de acidentes pessoais e aluguer de chip), se efetuadas até às 23h59 do dia 8 de Setembro (segunda-feira).
18. O pagamento de regtos de inscrição poderá ser liquidado até às 23h59 do dia 9 de Setembro (terça-feira).
19. As inscrições para as provas da Taça de Portugal de Triatlo e Prova Aberta, **encontram-se encerradas, não havendo inscrições de última hora no dia da Prova no secretariado.**
20. As formas de pagamento das inscrições nas provas do IV Triatlo de São Martinho do Porto são as seguintes:
- Referência Multibanco (com 24 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](mailto:competicoes@federacao-triatlo.pt));

- Numerário, exclusivamente para inscrições fora de prazo efetuadas no Secretariado no dia e local da prova.
21. Para efeitos de participação serão apenas consideradas as inscrições pagas.
22. A inscrição nas provas do IV Triatlo de São Martinho do Porto contempla:
- Participação e classificação na prova;
  - Abastecimentos (sólidos e líquidos);
  - Seguro de acidentes pessoais.
  - Banhos
23. Qualquer dificuldade de inscrição deverá contatar a Federação de Triatlo de Portugal:
- e-mail: [competicoes@federacao-triatlo.pt](mailto:competicoes@federacao-triatlo.pt)
  - Telefone: 214 464 821

## **ALUGUER DE DORSAL E CHIP DE PROVA**

24. Os atletas federados 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.
25. 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)**

26. A participação nas provas do IV Triatlo de São Martinho do Porto é efetuada com base nos escalões e grupos de idade definidos neste Regulamento, de acordo com o ano de nascimento dos atletas.

### **Taça de Portugal de Triatlo (Distância Sprint)**

#### **CADETES**

(nascidos entre 2009 e 2008)

#### **JUNIORES**

(nascidos entre 2007 e 2006)

#### **GRUPO DE IDADE 20-24**

(nascidos entre 2005 e 2001)

#### **GRUPO DE IDADE 25-29**

(nascidos entre 2000 e 1996)

Natação: 750m (1 volta)

Ciclismo: 20.000m (1 volta)

Corrida: 5.000m (2 voltas)

## Taça de Portugal de Triatlo (Distância Sprint)

### **GRUPO DE IDADE 30-34**

(nascidos entre 1995 e 1991)

### **GRUPO DE IDADE 35-39**

(nascidos entre 1990 e 1986)

### **GRUPO DE IDADE 40-44**

(nascidos entre 1985 e 1981)

### **GRUPO DE IDADE 45-49**

(nascidos entre 1980 e 1976)

### **GRUPO DE IDADE 50-54**

(nascidos entre 1975 e 1971)

### **GRUPO DE IDADE 55-59**

(nascidos entre 1970 e 1966)

### **GRUPO DE IDADE 60-64**

(nascidos entre 1965 e 1961)

### **GRUPO DE IDADE 65-69**

(nascidos entre 1960 e 1956)

### **GRUPO DE IDADE 70-74**

(nascidos entre 1955 e 1951)

### **GRUPO DE IDADE 75-79**

(nascidos entre 1950 e 1946)

### **GRUPO DE IDADE 80-84**

(nascidos entre 1945 e 1941)

### **GRUPO DE IDADE 85-89**

(nascidos entre 1940 e 1936)

### **GRUPO DE IDADE 90-94**

(nascidos entre 1935 e 1931)

### **GRUPO DE IDADE 95-99**

(nascidos entre 1930 e 1926)

**Estes escalões aplicam-se no género masculino e feminino**

## Prova Aberta (Distância Sprint)

### **NÃO LICENCIADOS**

Natação: 750m (1 volta)  
Ciclismo: 20.000m (1 volta)  
Corrida: 5.000m (2 voltas)

**Estes escalões aplicam-se no género masculino e feminino**

## DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

27. Os participantes nas provas do IV Triatlo de São Martinho do Porto irão percorrer em cada segmento da respetiva prova, os seguintes percursos:

<b>Taça de Portugal de Triatlo Prova Aberta</b>	
<b>Segmento</b>	<b>Descrição</b>
<b>Natação</b>	Percorso na Baía de São Martinho do Porto
<b>Ciclismo</b>	Percorso maioritariamente em asfalto em boas condições
<b>Corrida</b>	Percorso essencialmente plano, em alcatrão e paralelos, realizado na Zona Ribeirinha de São Martinho do Porto

28. Em caso de cruzamento entre um atleta no percurso entre a saída da água e a entrada no PT e outro atleta já no percurso da corrida, tem prioridade o atleta do percurso da corrida.

## LOCAIS DE ABASTECIMENTO

29. As provas do IV Triatlo de São Martinho do Porto incluem abastecimentos nos seguintes locais:

<b>Provas</b>	<b>Distância</b>	<b>Abastecimentos</b>
Taça de Portugal de Triatlo		Início da Corrida
Prova Aberta	Sprint	Início da 2ª Volta de Corrida
		Zona de Recuperação

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

## REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

31. 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/>

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

Segmento	Regras
Natação	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respetivo percurso e nº de voltas, previamente anunciados;</li> <li>■ Todos os meios de propulsão ou aspiração artificiais estão interditos;</li> <li>■ Os atletas terão, obrigatoriamente, de utilizar touca, no percurso de natação até ao Parque de Transição;</li> <li>■ O uso de fato isotérmico será permitido, caso a temperatura da água seja inferior a 22º.</li> </ul>
Ciclismo	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ É permitido andar na roda para atletas com partida em simultâneo e que circulem na mesma volta;</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 atleta é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respetivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas;</li> <li>■ Cada atleta 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> <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>
Corrida	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ É obrigatório o uso de peitoral, colocado em zona frontal, bem visível;</li> <li>■ Cada atleta é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respetivo 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>

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

## CLASSIFICAÇÕES

34. As provas do IV Triatlo de São Martinho do Porto terão as classificações definidas no quadro apresentado em seguida.

Prova	Classificações
Taça de Portugal de Triatlo	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Classificação Absoluta por Género</li> <li>■ Classificação por Grupos de Idade e Género</li> <li>■ Classificação por Clube por Género</li> </ul>
Prova Aberta	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Classificação Absoluta Individual por Género</li> <li>■ Classificação Absoluta de Estafetas</li> </ul>

35. A classificação coletiva por Equipas da Taça de Portugal de Triatlo é efetuada pelo somatório dos tempos dos quatro primeiros atletas de cada equipa, no género masculino, e das três primeiras atletas de cada equipa, no género feminino.

## PROTESTOS

36. 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

37. 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.

38. 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

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

a. Taça de Portugal de Triatlo

<b>Categorias</b>	<b>Troféus Individuais</b>					
	<b>Masculinos</b>				<b>Femininos</b>	
<b>Geral</b>	<b>1º</b>	<b>2º</b>	<b>3º</b>	<b>1ª</b>	<b>2ª</b>	<b>3ª</b>
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

<b>Troféus Colectivos</b>						
	<b>Masculinos</b>			<b>Femininos</b>		
<b>Clubes</b>	<b>1º</b>	<b>2º</b>	<b>3º</b>	<b>1ª</b>	<b>2ª</b>	<b>3ª</b>

b. Prova Aberta

<b>Troféus Individuais</b>						
<b>Categorias</b>	<b>Masculinos</b>			<b>Femininos</b>		
Individual Absolutos	<b>1º</b>	<b>2º</b>	<b>3º</b>	<b>1ª</b>	<b>2ª</b>	<b>3ª</b>
Estafetas		<b>1º</b>		<b>2º</b>		<b>3º</b>

40. Na Taça de Portugal de Triatlo serão atribuídos prémios pecuniários de acordo com as tabelas apresentadas em seguida.

**Prémios Monetários Individuais**

<b>Masculinos</b>		<b>Femininos</b>
<b>1ª</b>	200 €	200 €
<b>2ª</b>	175 €	175 €
<b>3ª</b>	150 €	150 €
<b>4ª</b>	125 €	125 €
<b>5ª</b>	100 €	100 €
<b>Total</b>	<b>750 €</b>	<b>750 €</b>

41. O valor total dos prémios pecuniários individuais atribuídos é de 1.500,00 € (Mil e quinhentos Euros).

---

## OUTRAS INFORMAÇÕES

42. 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.
43. O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo dos percursos de prova.
44. Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova.
45. Os balneários para os atletas localizam-se no Parque de Campismo Baía Azul.
46. A prova IV Triatlo de São Martinho do Porto obteve a Certificação "Closing Gender GAP" na qual se certifica que:
  - Será considerada a política de devolução da inscrição em caso de gravidez do atleta inscrito;
  - Respeitando a diversidade cultural, será colocada uma tenda na zona de transição em local a definir para necessidades de troca de equipamento desportivo;
  - Difusão de Códigos de Conduta (onde se incluem as penalizações), na página de promoção da prova.

## CASOS OMISSOS

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

## FIM DE REGULAMENTO