



# III Triatlo das Caldas da Rainha

## Taça de Portugal de Triatlo Campeonato Nacional de Cadetes Prova Aberta

### REGULAMENTO

#### ORGANIZAÇÃO

1. O III Triatlo das Caldas da Rainha - João Pereira é uma organização da Sociedade de Instrução e Recreio "Os Pimpões" juntamente com a Federação de Triatlo de Portugal e apoio da Câmara Municipal das Caldas da Rainha, Junta da União de Freguesias das Caldas da Rainha, Santo Onofre e Serra de Bouro, Junta de Freguesia da Foz, União das Freguesias de Tornada e Salir do Porto.
2. O III Triatlo das Caldas da Rainha - João Pereira é constituído pelas seguintes provas:
  - a. Taça de Portugal de Triatlo (7ª Etapa), disputada no dia 5 de Outubro, domingo, no formato de triatlo em estrada na distância Sprint, destinada a atletas licenciados;
  - b. Campeonato Nacional de Cadetes, disputada no dia 5 de Outubro, domingo, no formato de triatlo em estrada na distância Sprint;
  - c. Prova Aberta, disputada no dia 5 de Outubro, 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:

**Domingo, 5 Outubro  
Taça de Portugal de Triatlo  
Prova Aberta**

**13:30 - 15:00 Secretariado (Praça Eng. Frederico Ulrich)**

<b>13:40 - 15:05</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>15:15</b>	Hora limite de permanência de atletas no Parque de Transição
<b>15:30</b>	<b>Início da prova Taça de Portugal de Triatlo e Prova Aberta</b>
<b>16:00</b>	Cutt Off para terminar o percurso de Natação
<b>17:30</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>17:45</b>	Cerimónia de Entrega de Prémios

**Os horários poderão ser sujeitos a alterações**

## LOCais

4. As provas do III Triatlo das Caldas da Rainha - João Pereira 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)	<a href="#">39°25'43.42"N, 9°13'20.27"W</a>
Parque de Transição	Nadadouro (Parque de Estacionamento)	<a href="#">39°25'43.38"N, 9°13'21.33"W</a>
Partida	Praia Foz do Arelho	<a href="#">39°25'45.23"N, 9°13'33.02"W</a>
Chegada	Nadadouro (Parque de Estacionamento)	<a href="#">39°25'42.45"N, 9°13'18.66"W</a>
WC	WC Cais da Praia	<a href="#">39°25'45.09"N, 9°13'25.96"W</a>
Banhos	Parque das Auto Caravanas	<a href="#">39°25'42.89"N, 9°13'15.10"W</a>

## INSCRIÇÕES

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

Prova	Distância	Admissão
Taça de Portugal de Triatlo Campeonato Nacional de Cadetes	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

6. As inscrições nas provas do III Triatlo das Caldas da Rainha - João Pereira devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 22 de Setembro (segunda-feira):

■ <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
Taça de Portugal de Triatlo Campeonato Nacional de Cadetes	Triatlo Sprint	22,00€	-----
Prova Aberta	Triatlo Sprint	-----	27,00€
Prova Aberta (Estafetas)	Triatlo Sprint	-----	60,00€

8. 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 22 de Setembro (segunda-feira).
9. 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 22 de Setembro (segunda-feira).
10. 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 22 de Setembro (segunda-feira).

11. O pagamento de regtos de inscrição poderá ser liquidado até às 23h59 do dia 23 de Setembro (terça-feira).
12. Regtos fora do prazo de inscrição (22 de Setembro) serão aceites, mediante o pagamento adicional ao valor da inscrição, de acordo com o quadro apresentado em seguida.

Prova	Valor adicional
Taça de Portugal de Triatlo	+ 22,00€
Campeonato Nacional de Cadetes	
Prova Aberta (Individual)	+ 27,00 €
Prova Aberta (Estafetas)	+ 60,00 €

13. As inscrições efetuadas fora deste prazo, para provas Taça de Portugal de Triatlo e Prova Aberta, poderão ser efetuadas no dia da prova no Secretariado, mediante o pagamento adicional estabelecido no quadro apresentado no ponto anterior.
14. As formas de pagamento das inscrições nas provas do III Triatlo das Caldas da Rainha 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.
15. Para efeitos de participação serão apenas consideradas as inscrições pagas.
16. A inscrição nas provas do III Triatlo das Caldas da Rainha - João Pereira contempla:
  - Participação e classificação na prova;
  - Abastecimentos (sólidos e líquidos);
  - Seguro de acidentes pessoais.
  - Banhos
17. 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

18. 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.
19. 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)

20. A participação nas provas do III Triatlo das Caldas da Rainha - João Pereira 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)

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

(nascidos entre 1995 e 1991)

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

(nascidos entre 1990 e 1986)

Natação: 750m (1 volta)

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

(nascidos entre 1985 e 1981)

Ciclismo: 20.000m (1 volta)

Corrida: 5.000m (2 voltas)

#### **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)

## Taça de Portugal de Triatlo (Distância Sprint)

### 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

## DESCRIPÇÃO DOS PERCURSOS

21. Os participantes nas provas do III Triatlo das Caldas da Rainha - João Pereira irão percorrer em cada segmento da respetiva prova, os seguintes percursos:

### Taça de Portugal de Triatlo Prova Aberta

Segmento	Descrição
<b>Natação</b>	Percorso na Baía da Praia da Foz do Arelo, percurso com 1 volta
<b>Ciclismo</b>	Percorso 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.

## Taça de Portugal de Triatlo Prova Aberta

Segmento	Descrição
<b>Corrida</b>	Percorso em terreno misto, com asfalto e terra batida, sem desnível significativo, maioritariamente plano. Trajeto no sentido horário.

### LOCAIS DE ABASTECIMENTO

22. As provas do III Triatlo das Caldas da Rainha - João Pereira incluem abastecimentos nos seguintes locais:

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

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

### REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

24. 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/>
25. 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>

Segmento	Regras
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>

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

## CLASSIFICAÇÕES

27. As provas do III Triatlo das Caldas da Rainha - João Pereira 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>

28. 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

29. 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

30. 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.

31. 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

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

a. Taça de Portugal de Triatlo

Categorias	Troféus Individuais			Femininos		
	Masculinos			1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
<b>Geral</b>	<b>1º</b>	<b>2º</b>	<b>3º</b>	<b>1<sup>a</sup></b>	<b>2<sup>a</sup></b>	<b>3<sup>a</sup></b>
Cadetes	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Juniores	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Grupo de Idade 20-24	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Grupo de Idade 25-29	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Grupo de Idade 30-34	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Grupo de Idade 35-39	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Grupo de Idade 40-44	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Grupo de Idade 45-49	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Grupo de Idade 50-54	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Grupo de Idade 55-59	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Grupo de Idade 60-64	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Grupo de Idade 65-69	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Grupo de Idade 70-74	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Grupo de Idade 75-79	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Grupo de Idade 80-84	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Grupo de Idade 85-89	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Grupo de Idade 90-94	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Grupo de Idade 95-99	1º	2º	3º	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>

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

b. Prova Aberta

### Troféus Individuais

Categorias	Masculinos			Femininos		
Individual Absolutos	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Estafetas		1º		2º		3º

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

### Prémios Monetários Individuais

	Masculinos	Femininos
<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>

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

## OUTRAS INFORMAÇÕES

35. 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.
36. O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo dos percursos de prova.
37. Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova.



38. Os balneários para os atletas localizam-se no Parque de Autocaravanas da Praia da Foz do Arelho.

## CASOS OMISSOS

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

## FIM DE REGULAMENTO