

# Triatlo de Coimbra

## Campeonato Nacional Individual de Triatlo Standard

### Prova Aberta

#### REGULAMENTO

##### ORGANIZAÇÃO

1. O Triatlo de Coimbra é uma organização da Câmara Municipal de Coimbra, com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal (FTP).
2. O Triatlo de Coimbra é constituído pelas seguintes provas:
  - a. Triatlo Standard em Elites, disputado no dia 14 de junho, domingo, no formato de triatlo na distância Standard, destinado a atletas licenciados e que conta para o Campeonato Nacional Individual de Triatlo Standard em Elites e em Juniores;
  - b. Triatlo Standard por Grupos de Idade, disputado no dia 14 de junho, domingo, no formato de triatlo na distância Standard, destinado a atletas licenciados e que conta para o Campeonato Nacional Individual de Triatlo Standard em Grupos de Idades;
  - c. Prova Aberta, disputada no dia 14 de junho, domingo, no formato de triatlo na distância Sprint;
3. A realização das provas irá decorrer de acordo com o seguinte programa e horário:

<b>Domingo, 14 de junho</b>	
<b>06:30 - 08:00</b>	Secretariado das Provas de Triatlo Standard em Elites, Juniores, Grupos de Idade e Prova Aberta
<b>07:00 - 08:30</b>	Check-In - Verificação e Colocação de material no Parque de Transição para todos os atletas (obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados)
<b>08:45</b>	Hora limite de permanência de atletas no Parque de Transição

<b>09:00</b>	Início da Prova Aberta – Triatlo Sprint
<b>09:10</b>	Início da prova de Triatlo Standard - Elites Masculinos, Juniores Femininos
<b>09:25</b>	Início da prova de Triatlo Standard - Elites Masculinos, Juniores Masculinos
<b>09:26</b>	Início da prova de Triatlo Standard – Grupo de Idades
<b>12:30</b>	<p>Check Out – Recolha dos equipamentos e materiais do Parque de Transição.</p> <p>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.</p> <p>O tempo limite para fazer o levantamento será de 15 min após o último atleta ter concluído a prova.</p>
<b>13:00</b>	Cerimónia de Entrega de Prémios

**Os horários poderão ser sujeitos a alterações**

## **LOCAIS**

4. As provas do Triatlo de Coimbra vão disputar-se no Parque do Choupalinho, com a natação a decorrer no Rio Mondego, Ciclismo pelas artérias da cidade e a Corrida pelo parque do Choupalinho, parque da Cidade Manuel Braga e pelo Parque Verde do Mondego.

<b>Áreas da Prova</b>	<b>Local</b>	<b>Coordenadas GPS</b>
Secretariado	Parque do Choupalinho	<a href="#">40°11'59.2"N 8°25'40.9"W</a>
Parque de Transição	Parque do Choupalinho	<a href="#">40°11'59.2"N 8°25'40.9"W</a>
Partida	Rio Mondego	<a href="#">40°11'59.7"N 8°25'39.6"W</a>
Chegada	Parque do Choupalinho	<a href="#">40°11'59.2"N 8°25'40.9"W</a>
Balneários	Por definir	Por definir

## INSCRIÇÕES

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

Prova	Distância	Admissão
Triatlo Standard - Elites e Juniores	Standard	Prova exclusiva a atletas licenciados na Federação de Triatlo de Portugal nascidos até 2008
Triatlo Standard - Grupos de Idade	Standard	Prova exclusiva a atletas e clubes licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, nos escalões e grupos etários que constam no ponto 18 deste Regulamento
Prova Aberta	Sprint	Prova destinada a todos os atletas nascidos até 2010, em participação individual ou em estafeta mista ou de um só género

6. Para atletas licenciados, as inscrições nas provas do Triatlo de Coimbra devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 1 de junho (Segunda-feira):

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

Para atletas licenciados por um dia, as inscrições nas provas do Triatlo de Coimbra devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 1 de junho (Segunda-feira):

- <https://aplicacao.federacao-triatlo.pt/produto/triatlo-de-coimbra-prova-aberta-licenciados-por-um-dia/>

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

Prova	Distância	Preço de Inscrição	
		Licenciados	Não Licenciados
Triatlo Standard (Elites e Grupos de Idade)	Standard	30,00 €	-----
Prova Aberta	Sprint	20,00 €	25,00 €

8. O pagamento de registos de inscrição dentro do prazo poderá ser liquidado até às 23h59 do dia 02 de junho (terça-feira).

- 
9. Registos fora do prazo de inscrição (após 1 de junho) não serão aceites.
  10. As formas de pagamento das inscrições nas provas do Triatlo de Coimbra 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));
  11. Para efeitos de participação serão apenas consideradas as inscrições pagas.
  12. A inscrição nas provas do Triatlo de Coimbra contempla:
    - Participação e classificação na prova;
    - Abastecimentos (sólidos e líquidos);
    - Seguro de acidentes pessoais.
  13. Qualquer dificuldade de inscrição deverá contactar 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**

14. O chip eletrónico utilizado pelos atletas será entregue pela organização antes do check in. A não devolução ou dano accidental do chip implicará o pagamento de 60€ por parte do atleta.
15. 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. A perda ou não devolução do chip terá um custo de 60€.
16. 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)**

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

### Triatlo Standard - Elites

#### **ELITES**

(nascidos até 2008)

Natação: 1.500m (1 volta)

Ciclismo: 40.000m (4 voltas)

Corrida: 10.000m (4 voltas)

Estes escalões aplicam-se no género masculino e feminino

### Triatlo Standard - Grupos de Idade

#### **JUNIORES**

(nascidos entre 2008 e 2007)

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

(nascidos entre 2002 e 2006)

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

(nascidos entre 1997 e 2001)

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

(nascidos entre 1992 e 1996)

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

(nascidos entre 1987 e 1991)

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

(nascidos entre 1982 e 1986)

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

(nascidos entre 1977 e 1981)

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

(nascidos entre 1972 e 1976)

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

(nascidos entre 1967 e 1971)

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

(nascidos entre 1962 e 1966)

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

(nascidos entre 1957 e 1961)

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

(nascidos entre 1952 e 1956)

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

(nascidos entre 1947 e 1951)

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

(nascidos entre 1942 e 1946)

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

(nascidos entre 1937 e 1941)

Natação: 1.500m (1 volta)

Ciclismo: 40.000m (4 voltas)

Corrida: 10.000m (4 voltas)

### Triatlo Standard - Grupos de Idade

**GRUPO DE IDADE 90-94**

(nascidos entre 1932 e 1936)

**GRUPO DE IDADE 95-99**

(nascidos entre 1927 e 1931)

Estes escalões aplicam-se no género masculino e feminino

### Prova Aberta (Distância Sprint)

**ABSOLUTOS**

(nascidos até 2010)

Natação: 750m (1 volta)

Ciclismo: 20.000m (2 voltas)

Corrida: 5.000m (2 voltas)

Estes escalões aplicam-se no género masculino e feminino

## DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

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

Triatlo Standard (Elites e Grupos de Idade)	
Segmento	Descrição
<b>Natação</b>	Partida dentro de água no Rio Mondego em uma volta única.
<b>Ciclismo</b>	Percurso de 4 voltas, relativamente plano e com piso em bom estado de conservação.
<b>Corrida</b>	Percurso em calçada, asfalto e terra em 4 voltas nas margens do Rio Mondego, com passagem pela Ponta de Santa Clara, Parque da Cidade Manuel Braga, Parque Verde do Mondego e pela Ponte Pedonal Pedro e Inês.

Prova Aberta	
Segmento	Descrição
<b>Natação</b>	Partida dentro de água no Rio Mondego em uma volta única.
<b>Ciclismo</b>	Percurso de 2 voltas, relativamente plano e com piso em bom estado de conservação.
<b>Corrida</b>	Percurso em calçada, asfalto e terra em 2 voltas nas margens do Rio Mondego, com passagem pela Ponta de Santa Clara, Parque da Cidade Manuel Braga, Parque Verde do Mondego e pela Ponte Pedonal Pedro e Inês.

## LOCAIS DE ABASTECIMENTO

19. As provas do Triatlo de Coimbra incluem abastecimentos nos seguintes locais:

Provas	Distância	Abastecimentos
Triatlo Standard (Elites e Grupos de Idade)	Standard	Início da Corrida, Zona de voltas da corrida, Zona de Recuperação.
Prova Aberta	Sprint	Início da Corrida, Zona de voltas da corrida, Zona de Recuperação.

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

## REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

21. 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 <https://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/a-federacao/estatutos/>

22. 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/conhecimentos do respetivo percurso e número de voltas, previamente anunciado.</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 na mesma prova; Não é permitido andar na roda entre atletas de géneros diferentes;</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>■ Cada atleta é responsável pela sua bicicleta, pelo que as ajudas externas estarão de acordo com o RTC de 2024;</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>

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

## CLASSIFICAÇÕES

24. As provas do Triatlo de Coimbra terão as classificações definidas no quadro apresentado em seguida.

Prova	Classificações
Triatlo Standard - Elites	■ Classificação Absoluta por Género
Triatlo Standard- Grupos de Idade	■ Classificação Grupos de Idade e Género
Prova Aberta	■ Classificação Absoluta por Género

## PROTESTOS

25. 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 50,00 €; 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 50,00 € será devolvida.

## JÚRI DE COMPETIÇÃO

26. 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.

27. 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

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

### a. Triatlo Standard - Elites

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

### b. Triatlo Standard - Grupos de Idade

Troféus Individuais						
Categorias	Masculinos			Femininos		
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

### c. Prova Aberta

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

29. No Triatlo Standard, prova de Elites, serão atribuídos prémios pecuniários de acordo com as tabelas apresentadas em seguida.

#	Mascullinos	Femininos
<b>1º</b>	650 €	650 €
<b>2º</b>	500 €	500 €
<b>3º</b>	390 €	390 €
<b>4º</b>	320 €	320 €
<b>5º</b>	260 €	260 €
<b>6º</b>	210 €	210 €
<b>7º</b>	180 €	180 €
<b>8º</b>	150 €	150 €
<b>9º</b>	125 €	125 €
<b>10º</b>	100 €	100 €
<b>Tota</b>	<b>2 885 €</b>	<b>2 885 €</b>

O total de prémios monetários individuais é de **5770 €**.

Apenas serão atribuídos prémios monetários a atletas Elites.

---

## **OUTRAS INFORMAÇÕES**

30. 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.
31. O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo dos percursos de prova.
32. Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova.
33. Todos os participantes na prova, autorizam, gratuita e incondicionalmente, que a Federação de Triatlo de Portugal e os respetivos parceiros com quem tenha contratualizado serviços fotográficos ou de vídeo, utilizem as imagens para fins editoriais, sociais e comerciais. Todos os participantes cedem os direitos de utilização da imagem, tal como captada em fotografias e filmagens que terão lugar durante a realização das provas, renunciando ao recebimento de qualquer quantia que venha a ser auferida com a sua divulgação.

## **CASOS OMISSOS**

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

## **FIM DE REGULAMENTO**