III Triatlo da Cidade de Serpa

Taça de Portugal - Super Sprint
20 de Junho de 2026

Campeonato Nacional de Clubes - Contrarrelógio (Sprint)
21 de Junho de 2026

REGULAMENTO

ORGANIZAÇÃO

1. O III Triatlo da Cidade de Serpa é uma organização da Câmara Municipal de Serpa com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal (FTP).

2. O III Triatlo de Cidade de Serpa é constituído pelas seguintes prova:

    a. Taça de Portugal de Triatlo (4ª Etapa), disputada no dia 20 de Junho, sábado, no formato de triatlo em estrada na distância Super Sprint, entre a Barragem da Lage e a cidade de Serpa.
    b. Campeonato Nacional de Clubes Contrarrelógio, disputado no dia 21 de junho, domingo no formato de triatlo em estrada na distância Sprint entre a Barragem da Lage e a Cidade de Serpa.

3. A realização da prova irá decorrer de acordo com o seguinte programa e horário:

Sábado, 20 de Junho	
13:30 - 15:30	Secretariado na cidade de Serpa junto à praça da República
14:00 - 15:00	Check In no Parque Transição 2 (PT2) - Colocação do material de corrida no PT2 com apresentação do seu dorsal - em Serpa
15:45 - 17:00	Check In no Parque Transição 1 (PT1) - Verificação técnica e colocação do material de ciclismo no PT1 - na Barragem da Lage - obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados *Tenda com toucas brancas e placas provisórias para Bikes*
17:15	Hora limite de permanência de atletas no PT1
17:30	**Início da Prova** - Taça de Portugal - Género Masculino
17:40	**Início da Prova** - Taça de Portugal - Género Feminino
--:--	**CUT-OFF Natação após 30 minutos da partida**
19:15	Check Out – Recolha dos equipamentos e materiais do PT2 ■ Após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo e da chegada do material previamente recolhido pela Organização no PT1 e mediante comunicação prévia da Organização, os atletas poderão aceder e levantar o seu material no PT1, exibindo o seu dorsal à entrada do mesmo. ■ O tempo limite para fazer o levantamento será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova.
19:45	Cerimónia de Entrega de Prémios

Os horários poderão ser sujeitos a alterações

Domingo, 21 de Junho	
07:00 - 08:15	Secretariado na cidade de Serpa junto à praça da República
07:15 - 07:45	Check In no Parque Transição 2 (PT2) - Colocação do material de corrida no PT2 com apresentação do seu dorsal - em Serpa
07:30 - 08:45	Check In no Parque Transição 1 (PT1) - Verificação técnica e colocação do material de ciclismo no PT1 - na Barragem da Lage - obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados *Tenda com toucas brancas e placas provisórias para Bikes junto a Barragem da Lage*
08:50	Hora limite de permanência de atletas no PT1
09:00	**Início da Prova** - Campeonato Nacional de Contrarrelógio
11h30	Check Out – Recolha dos equipamentos e materiais do PT2 ■ Após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo e da chegada do material previamente recolhido pela Organização no PT1 e mediante comunicação prévia da Organização, os atletas poderão aceder e levantar o seu material no PT1, exibindo o seu dorsal à entrada do mesmo. ■ O tempo limite para fazer o levantamento será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova.
12h15	Cerimónia de Entrega de Prémios

Os horários poderão ser sujeitos a alterações

4. Qualquer situação em contrário deverá ser comunicada atempadamente (até quarta feira dia 17 de Junho) à Federação, de forma a podermos agilizar todo o processo, nomeadamente: pagamento, exame médico ou material necessário.

LOCAIS

5. As provas do III Triatlo da Cidade de Serpa irão realizar-se entre a Barragem da Lage, local onde se realiza a partida, com chegada à cidade de Serpa, estando a meta localizada na Rua Nova.

Áreas da Prova	Local	Coordenadas GPS
Secretariado	Serpa - Junto a Meta	37°56'25.4"N 7°36'02.4"W
Parque de Transição 1	Barragem da Lage	37°58'17.3"N 7°30'59.1"W
Parque de Transição 2	Serpa -Largo	37°56'29.7"N 7°35'47.1"W
Partida	Barragem da Lage	37°58'17.3"N 7°30'59.1"W
Meta	Largo da Câmara Municipal da Cidade de Serpa	37°56'25.4"N 7°36'02.4"W
Balneários	Campo Futebol de Serpa	37°56'21.5"N 7°35'52.3"W

Áreas da Prova	Local	Coordenadas GPS
Bengaleiro	Barragem da Lage	37°58'17.3"N 7°30'59.1"W

6. Haverá Bengaleiro, onde os atletas poderão guardar as mochilas ou outro material individual, dentro de saco ou mochila. O mesmo poderá ser levantado no final mediante a apresentação do dorsal, junto à meta.

7. A organização providenciará transporte para os atletas e suas bicicletas do PT2 para o PT1, para tal deverá enviar um email para competicoes@federacao-triatlo.pt a solicitar o mesmo. Na Barragem da Lage para garantir a segurança e a organização do evento, fica estabelecido que nenhum veículo está autorizado a acessar o local da partida na Barragem da Lage. Todos os participantes e visitantes devem deixar seus veículos no parque de estacionamento improvisado designado para este efeito, localizado nas proximidades do evento, e a organização fará o transporte do parque de estacionamento até à partida.

INSCRIÇÕES

8. A participação nas provas do III Triatlo da Cidade de Serpa é aberta a todos os interessados, de acordo com os seguintes preceitos:

Prova	Distância	Admissão
Taça de Portugal de Triatlo	Super Sprint	Atletas e clubes licenciados ou não na Federação de Triatlo de Portugal, destinada a atletas nascidos até 2012 inclusive.
Contra- Relógio	Sprint	Prova exclusiva a atletas e clubes licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, destinada a atletas nascidos até 20010 inclusive

9. Para atletas **licenciados**, as inscrições nas provas do III Triatlo da Cidade de Serpa devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal e as inscrições do Contrarrelógio devem ser efetuadas através do formulário da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 8 de junho (segunda-feira):

   - http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/aplicacao-de-gestao-ftp/
   - https://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/wp-content/uploads/2024/11/Ficha-de-Inscricao-CN-Clubes-Contra-Relogio.doc

- Para atletas **não licenciados**, as inscrições nas provas do III Triatlo da Cidade de Serpa devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal devem ser efetuadas através do formulário da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 8 de junho (segunda-feira):

  - https://aplicacao.federacao-triatlo.pt/produto/iii-triatlo-da-cidade-de-serpa-nao-federados/

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

Prova	Distância	Preço de Inscrição	
		Licenciados	Não Licenciados
Taça de Portugal	Triatlo Super Sprint	22,00€	27,00€
Campeonato Nacional de Contrarrelógio	Triatlo Sprint	60,00€/Equipa	–

11. Para atletas licenciados, as inscrições na prova Taça de Portugal de têm o valor de 22,00€, e atletas não licenciados de 27,00€ (que inclui seguro de acidentes pessoais e aluguer de chip), se efetuadas até às 23h59 do dia 8 de Junho (segunda-feira).

12. Na prova de Contrarrelógio, a participação na prova é exclusiva a atletas e clubes licenciados na Federação de Triatlo de Portugal.

13. Na prova de Contrarrelógio, as equipas do género feminino são constituídas por um máximo de **5 atletas** e as equipas do género masculino são constituídas por um máximo de **6 atletas**;

14. A constituição das equipas apenas pode ser alterada até ao dia 19 de junho;

15. Na prova de Contrarrelógio, os elementos de uma equipa terão de ser filiados na Federação de Triatlo e pertencer ao mesmo Clube

16. As inscrições terão de ser feitas através do preenchimento da ficha respectiva.

17. O pagamento de registos de inscrição poderá ser liquidado até às 23h59 do dia 9 de Junho (terça-feira).

18. Registos fora do prazo de inscrição (9 de Junho) serão aceites, mediante o pagamento adicional ao valor da inscrição, de acordo com o quadro apresentado em seguida.

Prova	Valor adicional
Taça de Portugal Atletas Licenciados	+ 22,00€
Taça de Portugal Atletas não Licenciados	+ 27,00 €

19. As inscrições efetuadas fora deste prazo, para provas Taça de Portugal de Triatlo, poderão ser efetuadas no dia da prova no Secretariado, mediante o pagamento adicional estabelecido no quadro apresentado no ponto anterior.

20. As formas de pagamento das inscrições nas provas do III Triatlo da Cidade de Serpa 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);
    - 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 III Triatlo da Cidade de Serpa 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
    - 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 euros não reembolsáveis. O chip terá de ser devolvido na meta ou saída do Parque de transição no 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 III Triatlo da Cidade de Serpa 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 Super Sprint)	
JUVENIS (nascidos entre 2012 e 2011)	
CADETES (nascidos entre 2009 e 2010)	
JUNIORES (nascidos entre 2007 e 2008)	
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)	Natação: 300 m (1 volta) Ciclismo: 10.000m (1 volta) Corrida: 2.500m (1 volta)
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)	

Taça de Portugal de Triatlo (Distância Super Sprint)	
GRUPO DE IDADE 85-89 (nascidos entre 1937 e 1941)	
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

Campeonato Nacional de Clubes - Contrarrelógio	
CADETES (nascidos entre 2009 e 2008)	Natação: 750m (1 volta) Ciclismo: 19600m (1 volta) Corrida: 5000m (2 voltas)
JUNIORES (nascidos entre 2007 e 2006)	
SÉNIORES (nascidos entre 2000 e 1986)	
VETERANOS (nascidos entre 1985 e 1926)	

DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

27. Os participantes nas provas do III Triatlo da Cidade de Serpa irão percorrer em cada segmento da respetiva prova, os seguintes percursos:

Taça de Portugal de Triatlo (Distância Super Sprint)	
Segmento	**Descrição**
Natação	Percurso triangular na distância de 300 metros na Barragem da Lage.
Ciclismo	Percurso de 10km entre a Barragem da Lage e Serpa através da Estrada Municipal 517. no cruzamento virar à esquerda todo o percurso incluindo o retorno é feito pela esquerda, depois do cruzamento da barragem passa a direita, depois em Serpa pela Rua Nova em direção ao Parque de Transição. Percurso em asfalto em razoáveis condições e com alguns desníveis.
Corrida	Percurso de 1 volta pela Cidade de Serpa, maioritariamente em asfalto.

Contrarrelógio (Distância Sprint)	
Segmento	**Descrição**
Natação	Percurso triangular na distância de 750 metros na Barragem da Lage.
Ciclismo	Percurso de 20 Km entre a Barragem da Lage e Serpa A saída do PT1 faz-se com viragem à esquerda, seguindo em direção à saída da barragem.Na entrada da estrada M517, deverá virar novamente à esquerda e circular sempre encostado ao lado esquerdo da via (em contramão), conforme sinalização e indicações da organização.O ponto de retorno situa-se a cerca de 4,7 km, após o qual deverá inverter o sentido de marcha em direção à cidade de Serpa.À chegada à cidade, a entrada será feita pela Rua Nova, onde estará localizado o PT2.
Corrida	Percurso 5 km com 2 voltas pela Cidade de Serpa, maioritariamente em asfalto, e tb na ciclovia.

LOCAIS DE ABASTECIMENTO

28. As provas do III Triatlo da Cidade de Serpa incluem abastecimentos nos seguintes locais:

Provas	Distância	Abastecimentos
Taça de Portugal de Triatlo	Super Sprint	Início da Corrida
		Zona de Recuperação
Contra Relógio (Domingo)	Sprint	Início da Corrida e 2ª volta Zona de Recuperação

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

REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

30. São adotadas as regras em vigor no Regulamento Técnico e Competições (RTC) da Federação de Triatlo de Portugal, sendo 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/

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

Segmento	Regras
Natação	■ Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respetivo percurso e nº de voltas, previamente anunciados; ■ 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	■ É permitido andar na roda para atletas com partida em simultâneo e que circulam na mesma volta; ■ É obrigatório o uso de capacete rígido afivelado em toda a extensão do percurso, até à colocação da bicicleta no suporte; ■ 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 atleta 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.

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

CLASSIFICAÇÕES

33. As provas do III Triatlo da Cidade de Serpa terão as classificações definidas no quadro apresentado em seguida.

Prova	Classificações
Taça de Portugal de Triatlo	■ Classificação Absoluta por Género ■ Classificação por Grupos de Idade e Género ■ Classificação por Clube por Géneros
Campeonato Nacional de Contrarrelógio	■ Classificação Geral por Equipas ■ Classificação por Clubes (melhor equipa de cada clube) ■ Classificação por Escalões por Equipas

34. O apuramento das classificações coletivas é efetuado com base no somatório dos 4 primeiros atletas de cada equipa,no género masculino, e das 3 primeiras atletas de cada equipa,no género feminino.

35. A classificação coletiva do Campeonato Nacional de Contrarrelógio no género feminino é apurada pelo tempo total obtido quando a 3ª atleta de cada clube cruzar a linha de meta e a classificação coletiva no género masculino é apurada pelo tempo total obtido quando o 4º atleta de cada clube cruzar a linha de meta

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 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

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.

Troféus Individuais						
Categorias	**Masculinos**			**Femininos**		
Absolutos	**1º**	**2º**	**3º**	**1ª**	**2ª**	**3ª**
Juvenis	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
Não Licenciados	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

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

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo - Contrarrelógio

Troféus Coletivos						
Categorias	**Masculinos**			**Femininos**		
Geral	**1º**	**2º**	**3º**	**1ª**	**2ª**	**3ª**
Cadetes	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Juniores	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Séniores	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Veteranos	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

40. Serão atribuídos prémios pecuniários na Taça de Portugal de acordo com as seguintes tabelas:

Prémios monetários individuais

#	Masculinos	Femininos
1º	200 €	200 €
2º	175 €	175 €
3º	150 €	150 €
4º	125 €	125 €
5º	100 €	100 €
Total	**750 €**	**750 €**

41. Serão atribuídos prémios pecuniários no Campeonato Nacional de Clubes de acordo com as seguintes tabelas:

Prémios por Etapa do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo

#	Masculinos	Femininos
1ª	500 €	500 €
2ª	400 €	400 €
3ª	300 €	300 €
4ª	250 €	250 €

Prémios por Etapa do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo

#	Masculinos	Femininos
5ª	250 €	250 €
6ª	200 €	200 €
7ª	200 €	200 €
8ª	150 €	150 €
9ª	150€	150€
10ª	150 €	150 €
Total	**2 550 €**	**2 550 €**

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 Campo de Futebol de Serpa junto à Meta.

CASOS OMISSOS

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

47. Todos os participantes na prova, autorizam, gratuita e incondicionalmente, que a Federação de Triatlo de Portugal e os respectivos parceiros com quem tenha contratualizado serviços fotográficos ou de vídeo, utilizem as imagens para fins editoriais, sociais e comerciais. Todos os participantes cedem o direito 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.

FIM DE REGULAMENTO