

Triatlo Jovem de Ourém
Campeonato Litoral e Interior Centro Jovem de Clubes
Duatlo de Ourém
Campeonato Absoluto Litoral e Interior Centro
Campeonato Individual de Duatlo Litoral e Interior Centro

REGULAMENTO

ORGANIZAÇÃO

1. O Triatlo Jovem de Ourém e Duatlo de Ourém, é uma organização do Fátima Escola de Triatlo em parceria com a Câmara Municipal de Ourém, com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal (FTP).
2. O Triatlo Jovem de Ourém é constituído pelo Campeonato Litoral e Interior Centro Jovem de Clubes, sendo a sétima etapa pontuável.
 - É constituída por provas de Triatlo em Estrada, com natação na Piscina descoberta de Ourém, que irão decorrer nas imediações da Piscina Municipal de Ourém, a disputar no dia 27 de Setembro, domingo.
3. O Duatlo de Ourém é constituído pelo Campeonato Absoluto Litoral e Interior Centro e Campeonato Individual de Duatlo Litoral e Interior Centro, sendo a terceira etapa pontuável. É constituída por uma prova de Duatlo na distância Sprint, a disputar no dia 27 de Setembro, domingo, destinada a atletas licenciados.
4. Prova Única do Campeonato Litoral e Interior Centro em Duatlo, atribuindo os títulos individuais na vertente de Duatlo.
5. Prova Aberta, disputada no dia 27 de Setembro, domingo, no formato de Duatlo na distância Sprint destinada a atletas licenciados de outras regiões, atletas não licenciados (Licenciados por 1 Dia), em participação individual e que também pode ser disputada em estafetas.
6. A realização das provas irá decorrer de acordo com o seguinte programa e horário:

Domingo, 27 de Setembro
Campeonato Litoral e Interior Centro Jovem de Clubes

08:30 - 09:30	Secretariado Prova Jovem (Tenda junto a Meta)
08:30 - 09:30	Check In – Verificação técnica e colocação do material no Parque de Transição para todos os atletas (obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados)
09:35	Hora limite de permanência de atletas no Parque Transição
09:45	Reunião do Delegado Técnico da prova com Treinadores das Equipas (Cais da Piscina Municipal)
10:00	Início da prova Jovem com provas separadas por escalões e géneros (início pelo escalão Benjamim no género Masculino)
13:15	Check Out – Recolha dos equipamentos e materiais do Parque de Transição ■ 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. ■ O tempo limite para fazer o levantamento será de 15 min após o último atleta ter concluído a prova.
13:30	Cerimónia de Entrega de Prémios

Os horários poderão ser sujeitos a alterações

Domingo, 27 de Setembro
Campeonato Absoluto e Individual Litoral e Interior Centro
Prova Aberta

14:00 - 15:15	Secretariado Prova Absoluta e Prova Aberta (Tenda junto a Meta)
14:00 - 15:10	Check In – Verificação técnica e colocação do material no Parque de Transição (obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados)
15:15	Hora limite de permanência de atletas no Parque Transição
15:30	Início da Prova Absoluta e Prova Aberta
17:30	Check Out – Recolha dos equipamentos e materiais do Parque de Transição ■ Após a chegada do último atleta do segmento de corrida 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. ■ O tempo limite para fazer o levantamento será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova.
17:55	Cerimónia de Entrega de Prémios

LOCAIS

7. As provas do Triatlo Jovem de Ourém e Duatlo de Ourém irão disputar-se nas imediações da Piscina Municipal de Ourém.

Áreas da Prova	Local	Coordenadas GPS
Secretariado	Tenda Parque Transição	39.653647, -8.576638
Parque de Transição	Estrada Junto Parque Transição	39.653647, -8.576638
Partida	Piscina Municipal Descoberta de Ourém	39.653647, -8.576638
Chegada	Parque Municipal de Ourém	39.653647, -8.576638
Balneários	Piscina Municipal de Ourém	39.653647, -8.576638

INSCRIÇÕES

8. A participação nas provas do Triatlo Jovem de Ourém e Duatlo de Ourém é aberta a todos os interessados, de acordo com os seguintes preceitos:

Prova	Distância	Admissão
Campeonato Litoral e Interior Centro Jovem de Clubes	De acordo com o RTC	Atletas nascidos entre 2019 e 2009
Campeonato Litoral e Interior Centro Absoluto e Individual de Duatlo	Sprint	Atletas licenciados nascidos até 2010 inclusive
Prova Aberta	Sprint	Atletas nascidos até 2010 inclusive, em participação individual ou em estafeta mistas ou de um só género

9. **Para atletas licenciados**, as inscrições nas provas do Triatlo Jovem de Ourém e Duatlo de Ourém devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 22 de Setembro (terça-feira).

- [FTP | Loja e Gestão de Filiados » Área Reservada](#)

10. **Para atletas licenciados por um dia**, as inscrições nas provas do Duatlo de Ourém devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 22 de Setembro (terça-feira).

- <https://aplicacao.federacao-triatlo.pt/i-triatlo-e-duatlo-de-ourem-licenciados-por-um-dia>

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

Prova	Distância	Preço de Inscrição	
		Licenciados	Licenciados por 1 dia
Campeonato Litoral e Interior Centro Jovem	Distâncias jovens de acordo com o RTC	2,50 €	7,50

Prova	Preço de Inscrição		
	Licenciados	Licenciados por 1 Dia	
		Individual	Estafetas
Campeonato Litoral e Interior Centro Absoluto	15,00 €	20,00 €	30,00 €
Prova Aberta			

12. Para atletas Licenciados, as inscrições na prova do Campeonato Litoral e Interior Centro Jovem têm o custo de 2,50€ para licenciados e de 7,50€ para licenciados por 1 dia, se efetuadas até às 23h59 do dia 22 de Setembro (terça-feira).
13. Para atletas licenciados, as inscrições no Campeonato Litoral e Interior Centro Absoluto tem o valor de 15,00 € se efetuadas até às 23:59 do dia 22 de Setembro (terça-feira).
14. Para atletas Licenciados por 1 Dia, a inscrição individual tem o valor de 20,00 € (que inclui seguro de acidentes pessoais e aluguer de dorsal), se efetuadas até às 23:59 do dia 22 de Setembro (terça-feira).
15. As inscrições para Licenciados por 1 Dia no formato Estafetas têm o valor de 30,00 € (que inclui seguro de acidentes pessoais e aluguer de dorsal), se efetuadas até às 23:59 do dia 22 de Setembro (terça-feira).

Este valor de inscrição é respeitante ao conjunto de elementos da equipa de estafeta, mista ou por género masculino ou feminino. Cada um dos elementos efetua um dos dois segmentos da prova (corrida e ciclismo).

16. O pagamento de registos de inscrição poderá ser liquidado até às 23h59 do dia 23 de Setembro (quarta-feira).
17. Registos fora do prazo de inscrição (22 de Setembro) serão aceites no local da prova, mediante o pagamento adicional ao valor da inscrição, de acordo com o quadro apresentado em seguida.

Prova	Valor adicional
Campeonato Litoral e Interior Centro Jovem	+ 7,50 €

Prova	Valor adicional	
	Licenciados	Licenciados por 1 Dia
	Individual	Estafetas
Campeonato Litoral e Interior Centro Absoluto	+ 15,00 €	+ 20,00 €
Prova Aberta		+ 30,00 €

18. As formas de pagamento das inscrições nas provas do Triatlo Jovem de Ourém e Duatlo de Ourém 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).
19. Para efeitos de participação serão apenas consideradas as inscrições pagas.
20. A inscrição nas provas do Triatlo Jovem de Ourém e Duatlo de Ourém contempla:
 - Participação e classificação na prova;
 - Abastecimentos (sólidos e líquidos);
 - Seguro de acidentes pessoais;
 - Banhos.

21. 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

22. A cronometragem da prova está a cargo da Federação de Triatlo, pelo que os atletas deverão levar o chip da FTP.
23. Os atletas licenciados que não tenham chip próprio terão de levantar o chip no Secretariado. O chip terá que ser devolvido à saída do Parque de Transição durante o Check Out.
24. Em caso de falta de qualquer um dos elementos identificadores (dorsal, 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)

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

Campeonato Litoral e Interior Centro Jovem	
BENJAMINS (nascidos em 2019, 2018 e 2017)	Natação: 50m (1 volta) Ciclismo: 1.000m (1 volta) Corrida: 400m (1 volta)
INFANTIS (nascidos em 2016 e 2015)	Natação: 100m (2 voltas) Ciclismo: 1.900m (1 volta) Corrida: 800m (1 volta)
INICIADOS (nascidos em 2014 e 2013)	Natação: 150m (3 voltas) Ciclismo: 4.000m (1 volta) Corrida: 900m (1 volta)
JUVENIS (nascidos em 2012 e 2011)	Natação: 200m (4 voltas) Ciclismo: 8.000m (2 voltas) Corrida: 2.000m (2 voltas)
CADETES (nascidos em 2010 e 2009)	Natação: 200m (4 voltas) Ciclismo: 8.000m (2 voltas) Corrida: 2.000m (2 voltas)

Estes escalões aplicam-se no género masculino e feminino

26. Conforme o número de atletas, a referência do número de atletas por partida por género em piscina será a abaixo, podendo ainda ser subdividida.

Partidas Natação: Piscina					
Escalões de Idade	Benjamins	Infantis	Iniciados	Juvenis	Cadetes
Nº Atletas por Partida	16	14	12	10	8

Campeonato Litoral e Interior Centro Absoluto Prova Aberta

CADETES

(nascidos entre 2010 e 2009)

JUNIORES

(nascidos entre 2008 e 2007)

GRUPO DE IDADE 20-24

(nascidos entre 2006 e 2002)

GRUPO DE IDADE 25-29

(nascidos entre 2001 e 1997)

GRUPO DE IDADE 30-34

(nascidos entre 1996 e 1992)

GRUPO DE IDADE 35-39

(nascidos entre 1991 e 1987)

GRUPO DE IDADE 40-44

(nascidos entre 1986 e 1982)

GRUPO DE IDADE 45-49

(nascidos entre 1981 e 1977)

GRUPO DE IDADE 50-54

(nascidos entre 1976 e 1972)

GRUPO DE IDADE 55-59

(nascidos entre 1971 e 1967)

GRUPO DE IDADE 60-64

(nascidos entre 1966 e 1962)

GRUPO DE IDADE 65-69

(nascidos entre 1961 e 1957)

GRUPO DE IDADE 70-74

(nascidos entre 1956 e 1952)

GRUPO DE IDADE 75-79

(nascidos entre 1951 e 1947)

GRUPO DE IDADE 80-84

(nascidos entre 1946 e 1942)

GRUPO DE IDADE 85-89

(nascidos entre 1941 e 1937)

GRUPO DE IDADE 90-94

(nascidos entre 1936 e 1932)

GRUPO DE IDADE 95-99

(nascidos entre 1931 e 1927)

1ª Corrida: 5.000m (2 voltas)

Ciclismo: 18.200m (2 voltas)

2ª Corrida: 2.500m (1 volta)

DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

27. Os participantes nas provas do Triatlo Jovem de Ourém e Duatlo de Ourém irão percorrer em cada segmento da respetiva prova, os seguintes percursos:

Campeonato Litoral e Interior Centro Jovem	
Segmento	Descrição
Natação	Em piscina de 25m com 6 pistas, na piscina descoberta de Ourém
Ciclismo	Percurso plano em asfalto com algumas lombas e rotundas
Corrida	Percurso em circuito plano em alcatrão, terra batida e relva

Campeonato Regional Absoluto e Individual Prova Aberta: Duatlo	
Segmento	Descrição
Corrida	Percurso com 2 voltas em alcatrão, terra batida e relva,
Ciclismo	Percurso em alcatrão em bom estado, com algum desnível
Corrida	Percurso com 1 voltas em alcatrão, terra batida e relva, idêntica a primeira Corrida

LOCAIS DE ABASTECIMENTO

28. As provas do Triatlo Jovem de Ourém e Duatlo de Ourém incluem abastecimentos nos seguintes locais:

Provas	Distância	Abastecimentos
Campeonato Litoral e Interior Centro Jovem	De acordo com o RTC	Meta e Zona de Recuperação
Campeonato Absoluto e Individual Litoral e Interior Centro	Sprint	Início em cada volta de Corrida
Prova Aberta	Sprint	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 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/>
31. Principais regras a ter em atenção são apresentadas no quadro seguinte.

Segmento	Regras
Ciclismo	■ É permitido andar na roda para atletas com partida em simultâneo e que circulam na mesma volta; ■ Aos atletas dos escalões de benjamins e infantis só é permitido o uso de bicicleta de BTT; ■ 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 respetivo 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 Triatlo Jovem de Ourém e Duatlo de Ourém terão as classificações definidas no quadro apresentado em seguida.

Prova	Classificações
Campeonato Litoral e Interior Centro Jovem	■ Classificação Individual por Escalão e Género ■ Classificação por Equipas (Pontuação)

34. No Campeonato Litoral e Interior Centro Jovem, para efeitos de pontuação no Ranking Individual do Campeonato Jovem, aplicam-se as pontuações definidas na Tabela II do Anexo F do RTC.
35. A classificação coletiva da etapa do Campeonato Litoral e Interior Centro Jovem é obtida pelo somatório dos pontos obtidos pelos atletas da Região do Litoral e Interior Centro nos diferentes Escalões, aplicando-se à classificação individual a Tabela I do Anexo G.

Prova	Classificações
Campeonato Absoluto e Individual Litoral e Interior Centro	■ Classificação Absoluta Individual ■ Classificação Grupos de Idade e Género ■ Classificação Coletiva dos Clubes da Região Litoral e Interior centro
	■ Classificação Absoluta de Estafetas

36. No Campeonato Absoluto, a classificação coletiva por Equipas é obtida pelo somatório dos pontos dos atletas da Região Litoral e Interior Centro (tempos dos 3 atletas mais rápidos de cada clube, no género masculino, e dos 3 atletas mais rápidos de cada clube, no género feminino).

PROTESTOS

37. 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

38. 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.

39. 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

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

a. Campeonato Regional Jovem de Clubes

Troféus Individuais Litoral e Interior Centro Jovem						
Categorias	Masculinos			Femininos		
Benjamins	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Infantis	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Iniciados	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Juvenis	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Cadetes	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

Troféus Coletivos Clubes da Região Litoral e Interior Centro						
Clubes	1º	2º	3º	4ª	5ª	

b. Campeonato Litoral e Interior Centro Absoluto

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

Troféus Individuais						
Categorias	Masculinos			Femininos		
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 75-99	1º	2º	3º	1º	2º	3º

Troféus Colectivos						
	Masculinos			Femininos		
Clubes Litoral e Interior Centro	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

c. Licenciados por 1 Dia

Licenciados por 1 Dia						
Categorias	Masculinos			Femininos		
Individual Absolutos	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Estafetas	1º					

OUTRAS INFORMAÇÕES

- 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.

42. O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo dos percursos de prova.
43. Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova.
44. Os balneários para os atletas localizam-se na Piscina Municipal de Ourém.

CASOS OMISSOS

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

FIM DE REGULAMENTO