

Direção de Competições
Versão 5.0

GUIA DO CALENDÁRIO

2026

Campeonato Nacional Individual de Triatlo Standard	4
Campeonato Nacional Individual de Triatlo Sprint	6
Campeonato Nacional Individual de Triatlo Super Sprint	8
Campeonato Nacional Individual de Triatlo de Média Distância	10
Campeonato Nacional Individual de Triatlo de Longa Distância	12
Campeonato Nacional Individual de Duatlo Sprint	14
Campeonato Nacional Individual de Aquatlo	15
Campeonato Nacional Individual de Triatlo Cross	16
Campeonato Nacional Individual de Duatlo Cross	17
Campeonato Nacional de Júniores	18
Campeonato Nacional de Cadetes	19
Campeonato Nacional Individual de Paratriatlo	20
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo	21
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo	24
Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo	26
Campeonato Nacional de Clubes de Aquatlo	28
Campeonato Nacional de Clubes de Cross	29
Campeonato Nacional de Clubes de Estafetas Mistas	31
Campeonato Nacional Jovem de Clubes	33
Campeonato Nacional de Juvenis	35
Taça de Portugal	36
Swim Run	38
Outras Provas	39

Serve o presente guia para descrever o calendário competitivo, detalhando o figurino de cada competição, para a época de 2026.

Os valores mínimos de inscrição nas provas nacionais serão os seguintes:

Competições	Licenciados	Não Licenciados	Última hora
Campeonatos Nacionais Individuais e de Clubes de Triatlo	30,00 €	N/A	+30,00 €
Campeonato Nacional de Clubes (Estafetas)	60,00 €/equipa	N/A	N/A
Campeonato Nacional de Triatlo Longo	120,00 €	150,00 €	+30,00 €
Campeonatos Nacionais Individuais e de Clubes de Duetlo	20,00 €	N/A	+20,00 €
Campeonatos Nacionais Individuais e de Clubes de Triatlo Cross e Duetlo Cross	20,00 €	N/A	+20,00 €
Campeonatos Nacionais de Aquatlo	15,00 €	N/A	+15,00 €
Taça de Portugal	22,00 €	27,00 €	+100% Valor
Prova Aberta / Promoção	20,00 €	desde 20,00€	+100% Valor
Prova Aberta / Estafetas		60,00 €	+60,00 €
Provas de Triatlo Longo / Estafetas		150,00 €	+150,00 €
Provas Jovem	2,50 €	7,50 €	+7,50 €

Campeonatos Nacionais

Campeonato Nacional Individual de Triatlo Standard

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal,

Data e Local: Outubro, a definir

Valores de inscrição:

- Até à penúltima segunda-feira antes da prova: 30 €
- Até à última segunda-feira antes da prova: 50 €

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Elites de ambos os géneros	A partir dos 18 anos (a cumprir até 31 de dezembro de 2026)	1500 m – 40 km – 10 km	100 atletas de cada género
Grupos de Idade	Juniores, 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; ...	1500 m – 40 km – 10 km	Sem limite

O Campeonato Nacional Individual de Triatlo Standard em Elites é disputado por todos os atletas com idade a partir de 18 anos (a cumprir até 31 de Dezembro de 2026) que escolham disputar esta prova no escalão de Elites.

O Campeonato Nacional Individual de Triatlo Standard no escalão de Júnior é definido em capítulo próprio deste documento.

Os atletas do escalão Júnior podem optar por disputar a prova de Grupos de Idades mas esta prova não atribui títulos nacionais a este escalão.

Prémios monetários:

Só são atribuídos prémios monetários a atletas Elites e Júniores.

#	Masculinos	Femininos
1º	650 €	650 €
2º	500 €	500 €
3º	390 €	390 €
4º	320 €	320 €
5º	260 €	260 €
6º	210 €	210 €
7º	180 €	180 €
8º	150 €	150 €
9º	125 €	125 €
10º	100 €	100 €
Total	2 885 €	2 885 €

O total de prémios monetários é de **5 770 €**.

Características:

Aplicam-se as regras do “*overlap*” e “*first runner – last biker*”.

Campeonato Nacional Individual de Triatlo Sprint

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal e Município de Oeiras

Data e Local: 9 e 10 de maio de 2026, Oeiras

Valores de inscrição:

- Até à penúltima segunda-feira antes da prova: 30 €
- Até à última segunda-feira antes da prova: 40 €

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Elites de ambos os géneros	A partir dos 16 anos (a cumprir até 31 de dezembro de 2026)	750 m – 20 km – 5 km	100 atletas de cada género
Grupos de Idade	Juniores, 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; ...	750 m – 20 km – 5 km	Sem limite

O Campeonato Nacional Individual de Triatlo Sprint em Elites é disputado por todos os atletas com idade a partir de 16 anos (a cumprir até 31 de Dezembro de 2026) que escolham disputar esta prova no escalão de Elites.

O Campeonato Nacional Individual de Triatlo Sprint nos escalões de Cadetes e Juniores é definido em capítulo próprio deste documento.

Os atletas dos escalões de Cadetes e Juniores podem optar por disputar a prova de Grupos de Idades mas esta prova não atribui títulos nacionais a estes escalões.

Prémios monetários:

Só são atribuídos prémios monetários a Elites.

#	Masculinos	Femininos
1º	420 €	420 €
2º	320 €	320 €
3º	240 €	240 €
4º	200 €	200 €
5º	170 €	170 €
6º	150 €	150 €
7º	135 €	135 €
8º	120 €	120 €
9º	110 €	110 €
10º	100 €	100 €
Total	1 965 €	1 965 €

O total de prémios monetários é de **3 930 €**.

Características:

Aplicam-se as regras do “*overlap*” e “*first runner – last biker*”.

Campeonato Nacional Individual de Triatlo Super Sprint

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal e Município de Albufeira

Data e Local: 15 de março de 2026, Albufeira

Valores de inscrição:

- Até à penúltima segunda-feira antes da prova: 30 €
- Até à última segunda-feira antes da prova: 40 €

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Elites de ambos os géneros	A partir dos 16 anos (a cumprir até 31 de dezembro de 2026)	300 m – 8 km – 2 km	100 atletas de cada género
Grupos de Idade	Juniores, 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; ...	300 m – 8 km – 2 km	Sem limite

O Campeonato Nacional Individual de Triatlo Super Sprint em Elites é disputado por todos os atletas com idade a partir de 14 anos (a cumprir até 31 de Dezembro de 2026) que escolham disputar esta prova no escalão de Elites.

O Campeonato Nacional Individual de Triatlo Super Sprint nos escalões de Juvenis, Cadetes e Juniores é definido em capítulo próprio deste documento.

Os atletas dos escalões de Juvenis, Cadetes e Juniores podem optar por disputar a prova de Grupos de Idades mas esta prova não atribui títulos nacionais a estes escalões.

Prémios monetários:

Só são atribuídos prémios monetários a Elites.

#	Masculinos	Femininos
1º	350 €	350 €
2º	275 €	275 €
3º	225 €	225 €
4º	175 €	175 €
5º	125 €	125 €
6º	100 €	100 €
7º	75 €	75 €
8º	75 €	75 €
9º	50 €	50 €
10º	50 €	50 €
Total	1 500 €	1 500 €

O total de prémios monetários é de **3 000 €**.

Características:

Aplicam-se as regras do "overlap" e "first runner – last biker".

Campeonato Nacional Individual de Triatlo de Média Distância

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal, Município de Moura

Data e Local: 26 de Abril de 2026, Moura

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Inscrições - Janeiro: 80 €
- No dia da prova: 240 €

Não licenciados e licenciados noutros países:

- Acresce 30 € ao valor dos licenciados

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Grupos de Idade	Juniores, 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; ...	1900 m – 90 km – 21 km	Sem limite

Prémios monetários:

#	Masculinos	Femininos
1º	400 €	400 €
2º	300 €	300 €
3º	250 €	250 €
4º	200 €	200 €
5º	150 €	150 €
6º	130 €	130 €
7º	120 €	120 €
8º	110 €	110 €

#	Masculinos	Femininos
Total	1 660 €	1 660 €

O total de prémios monetários é de **3 320 €**.

Campeonato Nacional Individual de Triatlo de Longa Distância

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal e Município de Coimbra

Data e Local: 13 de Junho de 2026, Coimbra

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Inscrições a abrir em janeiro: 120 €
- No dia da prova: 300 €

Não licenciados e licenciados noutros países:

- Acresce 30 € ao valor dos licenciados

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Grupos de Idade	Juniores, 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; ...	3800 m – 180 km – 42 km	Sem limite

Prémios monetários:

#	Masculinos	Femininos
1º	400 €	400 €
2º	300 €	300 €
3º	250 €	250 €
4º	200 €	200 €
5º	150 €	150 €

#	Masculinos	Femininos
6º	130 €	130 €
7º	120 €	120 €
8º	110 €	110 €
Total	1 660 €	1 660 €

O total de prémios monetários é de **3 320 €**.

Campeonato Nacional Individual de Duatlo Sprint

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal, Município de Grândola e Clube Amiciclo

Data e Local: 1 de Março de 2026, Grândola

Valores de inscrição:

- Até à penúltima segunda-feira antes da prova: 20 €
- Até à última segunda-feira antes da prova: 30 €
- No dia da prova: 40 €

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Grupos de Idade	Cadetes, Juniores, 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; ...	5 km – 20 km – 2,5 km	Sem limite

Prémios monetários:

#	Masculinos	Femininos
1º	300 €	300 €
2º	250 €	250 €
3º	200 €	200 €
4º	150 €	150 €
5º	100 €	100 €
Total	1 000 €	1 000 €

O total de prémios monetários é de **2 000 €**.

Campeonato Nacional Individual de Aquatlo

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal e Associação Regional de Triatlo da Madeira

Data e Local: 4 de abril de 2026, Santa Cruz - Madeira

Valores de inscrição:

- Até à penúltima segunda-feira antes da prova: 15 €
- Até à última segunda-feira antes da prova: 25 €
- No dia da prova: 30 €

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Grupos de Idade	Cadetes, Juniores, 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; ...	750 m – 5 km	Sem limite

Prémios monetários:

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

O total de prémios monetários é de **1 500 €**.

Campeonato Nacional Individual de Triatlo Cross

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal, Município de Golegã e Núcleo Sportinguista da Golegã

Data e Local: 30 de maio de 2026, Golegã

Valores de inscrição:

- Até à penúltima segunda-feira antes da prova: 20 €
- Até à última segunda-feira antes da prova: 30 €
- No dia da prova: 40 €

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Grupos de Idade	Juniores, 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; ...	1500 m – 35 km – 10 km	Sem limite

O CNI de Triatlo Cross no escalão de Júnior é definido em capítulo próprio deste documento. Apesar de poderem participar não é atribuído o título nacional.

Prémios monetários:

#	Masculinos	Femininos
1º	300 €	300 €
2º	250 €	250 €
3º	200 €	200 €
4º	150 €	150 €
5º	100 €	100 €
Total	1 000 €	1 000 €

O total de prémios monetários é de **2 000 €**.

Campeonato Nacional Individual de Duatlo Cross

Organizador: Federação de Triatlo de Portugal, Município de Vila Nova de Famalicão e Amigos do Pedal

Data e Local: 22 de março de 2026, Vila Nova de Famalicão

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até à penúltima segunda-feira antes da prova: 20 €
- Até à última segunda-feira antes da prova: 30 €
- No dia da prova: 40 €

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Distância	Limite de participação
Grupos de Idade	Cadetes, Juniores, 20-24; 25-29; 30-34; 35-39; ...	5 km – 20 km – 2,5 km	Sem limite

Prémios monetários:

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

O total de prémios monetários é de **1 500 €**.

Campeonato Nacional de Juniores

- O escalão de Juniores integra os atletas nascidos em 2007 e 2008;
- No escalão de Juniores serão atribuídos os títulos nacionais em Triatlo Standard, Triatlo Sprint, Triatlo Super-Sprint, Duatlo, Aquatlo, Triatlo Cross e Duatlo Cross.

Os Campeonatos Nacionais de Juniores são disputados em provas únicas:

Data	Prova	Formato
Outubro	A definir (Elites)	Triatlo Standard
Sábado, 9 de maio de 2026	Triatlo de Oeiras (Elites)	Triatlo Sprint
Domingo, 15 de março de 2026	Triatlo de Albufeira (Elites)	Triatlo Super-Sprint
Domingo, 1 de março de 2026	Duatlo de Grândola	Duatlo
Sábado, 04 de abril de 2026	Aquatlo de Santa Cruz	Aquatlo
Domingo, 24 de maio de 2026	Fornos de Algodres	Triatlo Cross
Domingo, 22 de março de 2026	Duatlo de Famalicão	Duatlo Cross

Campeonato Nacional de Cadetes

- O escalão de Cadetes integra os atletas nascidos em 2009 e 2010;
- No escalão de Cadetes serão atribuídos os títulos nacionais em Triatlo, Duatlo, Aquatlo, Triatlo Cross e Duatlo Cross;
- Os Campeonatos Nacionais de Cadetes de Triatlo Cross, Duatlo, Duatlo Cross e Aquatlo são disputados em provas únicas;
- O Campeonato Nacional de Triatlo de Cadetes é composto por 3 provas;
- A cada etapa do Campeonato Nacional de Triatlo de Cadetes é aplicada, à classificação individual, a Tabela I do Anexo F do Regulamento Técnico e de Competições;
- Todas as etapas apresentam coeficientes iguais e todas as pontuações contam para a classificação final. Nenhum resultado pode ser descartado.
- O desempate na classificação final é efetuado nos termos do ponto 16.36. do Regulamento Técnico e de Competições;

As provas dos Campeonatos Nacionais Individuais de Cadetes são as seguintes:

Data	Prova	Formato
Domingo, 15 de março de 2026	Triatlo Albufeira	Triatlo Super-Sprint
Sábado, 9 de maio de 2026	Triatlo Oeiras	Triatlo Sprint
Sábado, 5 de setembro 2026	Triatlo Alhandra	Triatlo Super-Sprint
Domingo, 1 de março de 2026	Grândola	Duatlo
Sábado, 4 de abril de 2026	Aquatlo de Santa Cruz	Aquatlo
Domingo, 24 de maio de 2026	Fornos de Algodres	Triatlo Cross
Domingo, 22 de março de 2026	Duatlo de Famalicão	Duatlo Cross

Campeonato Nacional Individual de Paratriatlo

Valores de inscrição: valores de inscrição de acordo com os valores do Campeonato Nacional Individual respetivo.

Competições:

Data	Local	Modalidade	Distância
Domingo, 1 de março de 2026	Grândola	Duatlo	Sprint
Domingo, 22 de março de 2026	Vila Nova Famalicão	Duatlo Cross	Sprint
Domingo, 10 de maio de 2026	Oeiras	Triatlo	Sprint
Domingo, 26 de abril de 2026	Moura	Triatlo	Média Distância
Sábado, 04 de abril de 2026	Santa Cruz	Aquatlo	Sprint
Domingo, 24 de maio de 2026	Fornos de Algodres	Triatlo Cross	Sprint

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo

Valores de inscrição:

Provas disputadas individualmente:

- Até à penúltima segunda-feira antes da prova: 30 €
- No dia da prova: 60 €

Estafetas:

- 60 €/equipa

Competições:

Data	Local	Formato	Escalões	Organizador
A definir	A definir	Sprint	Igual ou superior a Cadete	
A definir	A definir	Standard	Igual ou superior a Junior	
Domingo, 21 de junho de 2026	Serpa	Contra-Relógio Equipas (Sprint)	Igual ou superior a Cadete	FTP e Município de Serpa
A definir	A definir	Estafetas (Super-Sprint)	Igual ou superior a Juvenil	

Participação e classificação por prova:

- Nas provas individuais, a classificação coletiva de cada etapa no género feminino é apurada pela soma dos tempos das **3 atletas** mais rápidas de cada clube e classificação coletiva de cada etapa no género masculino é apurada pela soma dos tempos dos **4 atletas** mais rápidos de cada clube;

- Nas provas coletivas (Estafetas e Contra Relógio colectivo) a classificação coletiva da etapa 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 da etapa no género masculino é apurada pelo tempo total obtido quando o 4º atleta de cada clube a cruzar a linha de meta.
- Na prova colectiva em Estafetas as equipas do género feminino são constituídas por **3 atletas** e as equipas do género masculino são constituídas por **4 atletas**;
- Na prova colectiva em Contra Relógio colectivo 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**;
- Nas provas coletivas (Estafetas e Contra Relógio colectivo), cada clube poderá participar com o número de equipas que entender mas só será atribuído prémio monetário à melhor equipa de cada clube e só a referida equipa pontua para o Campeonato Nacional de Clubes;

Classificação no Campeonato Nacional de Clubes:

- A cada etapa é aplicada, à classificação coletiva, a Tabela I, do Anexo G, do Regulamento Técnico e de Competições;
- Todas as etapas apresentam coeficientes iguais e todas as pontuações contam para a classificação final. Nenhum resultado pode ser descartado;
- Para disputar os prémios monetários finais e a respectiva classificação final, os clubes têm de participar em todas as provas;
- O desempate na classificação final é efetuado nos termos do ponto 16.36 do Regulamento Técnico e de Competições.

Prémios monetários:
Prémios por Etapa do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo

#	Masculinos	Femininos
1ª	500 €	500 €
2ª	400 €	400 €
3ª	300 €	300 €
4ª	250 €	250 €
5ª	250 €	250 €
6ª	200 €	200 €
7ª	200 €	200 €
8ª	150 €	150 €
9ª	150€	150€
10ª	150 €	150 €
Total	2 550 €	2 550 €

**Prémio final do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo
Prémio Jorge Damas**

#	Equipas Masculinas	Equipas Femininas
1ª	1 500 €	1 500 €
2ª	1 200 €	1 200 €
3ª	1000 €	1000 €
4ª	750 €	750 €
5ª	550 €	550 €
Total	5 000 €	5 000 €

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até à penúltima segunda-feira antes da prova: 120 €
- No dia da prova: 240 €

Não licenciados e licenciados noutros países:

- Acresce 30 € ao valor dos licenciados

Competições:

Data	Local	Formato	Escalões	Organizador
Domingo, 19 de julho de 2026	Caminha	1900 m – 90 km – 21 km	Igual ou superior a Junior	FTP e C.M. Caminha

Participação e classificação por prova:

- A participação é aberta a não licenciados;
- Não há restrição no número de atletas a inscrever por cada clube;
- A classificação coletiva é apurada pela soma dos tempos dos **3 atletas** mais rápidos de cada clube, no respetivo género;
- Os prémios monetários da prova são atribuídos aos clubes.

Classificação no Campeonato Nacional de Clubes:

- Sendo constituído por uma única prova, a classificação final é equivalente à classificação colectiva da prova e o prémio monetário envolvido é o apresentado abaixo.

Prémios monetários:**Prémio final do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo**

#	Equipas Masculinas	Equipas Femininas
1ª	1 250 €	1 250 €
2ª	1 000 €	1 000 €
3ª	750 €	750 €
4ª	600 €	600 €
5ª	500 €	500 €
Total	4 100 €	4 100 €

Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até à penúltima segunda-feira antes da prova: 20 €
- Até à última segunda-feira antes da prova: 30 €
- No dia da prova: 40 €

Não licenciados:

- Acresce 5 € ao valor dos licenciados

Competições:

Data	Local	Formato	Escalões	Organizador
Sábado, 7 de Fevereiro de 2026	Arronches	Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP e C.M. Arronches
Domingo, 1 de Março de 2026	Grândola	Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP e C.M. Grândola
Domingo, 3 de Maio de 2026	Mação	Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP e C.M. Mação

Participação e classificação por prova:

- A classificação coletiva de cada etapa é apurada pela soma dos tempos dos **3 atletas** mais rápidos de cada clube, no respetivo género;

Classificação no Campeonato Nacional de Clubes:

- A cada etapa é aplicada, à classificação coletiva, a Tabela I do Anexo G, do Regulamento Técnico e de Competições;
- Todas as etapas apresentam coeficientes iguais e todas as pontuações contam para a classificação final. Nenhum resultado pode ser descartado;

- Para disputar os prémios monetários finais e a respectiva classificação final, os clubes têm de participar em todas as provas;
- O desempate na classificação final é efetuado nos termos do ponto 16.36 do Regulamento Técnico e de Competições.

Prémios monetários:

Prémios por Etapa do Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo

#	Masculinos	Femininos
1^a	400 €	400 €
2^a	300 €	300 €
3^a	250 €	250 €
4^a	200 €	200 €
5^a	150 €	150 €
Total	1 300 €	1 300 €

Prémio final do Campeonato Nacional de Clubes de Duatlo

#	Equipas Masculinas	Equipas Femininas
1^a	750 €	750 €
2^a	600 €	600 €
3^a	500 €	500 €
4^a	400 €	400 €
5^a	300 €	300 €
Total	2 550 €	2 550 €

Campeonato Nacional de Clubes Aquatlo

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até à penúltima segunda-feira antes da prova: 15 €
- Até à última segunda-feira antes da prova: 25 €
- No dia da prova: 30 €

Competições:

Data	Local	Formato	Escalões	Organizador
Domingo, 26 de julho de 2026	Amora	Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP, J.F. Amora e Associação Naval Amorense

Participação e classificação por prova:

- A classificação coletiva é apurada pela soma dos tempos dos **3 atletas** mais rápidos de cada clube, no respetivo género.

Classificação no Campeonato Nacional de Clubes:

- Sendo constituído por uma única prova, a classificação final é equivalente à classificação colectiva da prova e o prémio monetário envolvido é o apresentado abaixo.

Prémios monetários:

Prémio final do Campeonato Nacional de Clubes Aquatlo

#	Masculinos	Femininos
1ª	250 €	250 €
2ª	150 €	150 €
3ª	100 €	100 €
Total	500 €	500 €

Campeonato Nacional de Clubes de Cross

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até à penúltima segunda-feira antes da prova: 20 €
- Até à última segunda-feira antes da prova: 30 €
- No dia da prova: 40 €

Não licenciados:

- Acresce 5 € ao valor dos licenciados

Competições:

Data	Local	Formato	Escalões	Organizador
Domingo, 25 de janeiro de 2026	Abrantes	Duatlo Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP, C.M. Abrantes e Clube de Triatlo de Abrantes
Domingo, 22 de março de 2026	Famalicão	Duatlo Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP, C.M. Famalicão e Amigos do Pedal
Domingo, 17 de maio de 2026	Malhada Sorda	Duatlo Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP, J.F. da Malhada Sorda
Sábado, 30 de maio de 2026	Golegã	Triatlo Standard	Igual ou superior a Júnior	FTP e Núcleo Sportinguista da Golegã
Domingo, 24 de maio de 2026	Fornos de Algodres	Triatlo Sprint	Igual ou superior a Cadete	FTP e J.F. Fornos de Algodres

Participação e classificação por prova:

- Não há restrição no número de atletas de cada clube;
- A classificação coletiva de cada etapa é apurada pela soma dos tempos dos **3 atletas** mais rápidos de cada clube, no respectivo género.

Classificação no Campeonato Nacional de Clubes:

- A cada etapa é aplicada, à classificação coletiva, a Tabela I do Anexo G, do Regulamento Técnico e de Competições;

- Todas as etapas apresentam coeficientes iguais e contam somente os resultados das 4 melhores etapas;
- Para disputar os prémios monetários finais e a respectiva classificação final, os clubes têm de participar em pelo menos 4 etapas;
- O desempate na classificação final é efetuado nos termos do ponto 16.36 do Regulamento Técnico e de Competições.

Prémios monetários individuais:

#	Masculinos	Femininos
1º	150 €	150 €
2º	125 €	125 €
3º	100 €	100 €
4º	75 €	75 €
5º	50 €	50 €
Total	500 €	500 €

Estas tabelas de prémios individuais não se aplicam no Triatlo da Golegã e Duetlo da Raia visto que já está contemplado um prémio monetário para os Campeonatos Nacionais Individuais.

O total de prémios monetários individuais por prova é de **1 000 €**.

Prémio monetário final do Campeonato Nacional de Clubes de Cross:

#	Equipas Masculinas	Equipas Femininas
1ª	600 €	600 €
2ª	500 €	500 €
3ª	400 €	400 €
4ª	300 €	300 €
5ª	200 €	200 €
Total	2 000 €	2 000 €

Campeonato Nacional de Clubes de Estafetas Mistas

Valores de inscrição:

Equipas licenciadas:

- Até à penúltima segunda-feira antes da prova: 60 €/equipa

Distâncias e categorias:

Escalão	Idades	Limite de participação
Escalões	Juvenis; Cadetes; Juniores; Seniores e Veteranos	Sem limite

Competições:

Data	Local	Formato	Escalões	Organizador
A designar	A definir	Super-Sprint	Igual ou superior a Juvenil	

Participação e classificação por prova:

- Apenas podem participar atletas e clubes licenciados;
- Não há restrição no número de equipas a apresentar por cada clube mas só será atribuído prémio monetário à melhor equipa de cada clube;
- A classificação coletiva é apurada pelo tempo decorrido entre a partida do primeiro elemento da equipa e o momento em que o último elemento passar a meta.

Prémio final do Campeonato Nacional de Clubes de Estafetas Mistas:

#	Clubes
1ª	400 €
2ª	300 €
3ª	250 €
4ª	200 €
5ª	150 €
Total	1 300 €

Campeonato Nacional Jovem de Clubes

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até à penúltima segunda-feira antes da prova: 2,5 €
- No dia da prova: +7,50 €

Não licenciados:

- Acresce 5,00 € ao valor dos licenciados

Competições:

Etap	Data	Prova	Modalidade
Etapa 1	Sábado, 28 de fevereiro de 2026	Duatlo Jovem de Grândola	Duatlo
Etapa 2	Sábado, 04 de abril de 2026	Aquatlo de Santa Cruz	Aquatlo
Etapa 3	Sexta, 01 de maio de 2026	Duatlo Jovem de Cerveira	Duatlo
Etapa 4	Sábado, 16 de maio de 2026	Triatlo Jovem do Sabugal	Estafetas
Etapa 5	Domingo, 31 de maio de 2026	Triatlo Jovem da Golegã	Triatlo BTT
Etapa 6	Sábado, 06 de junho de 2026	Aquatlo Jovem de Peniche	Aquatlo
Etapa 7	Sábado, 27 de junho de 2026	Triatlo Jovem de Soure	Estafetas
Etapa 8	Sábado, 25 de julho de 2026	Triatlo Jovem da Amora	Triatlo
Etapa 9	Sábado, 19 de setembro de 2026	Triatlo de S. Martinho do Porto	Triatlo

Classificação no Campeonato Nacional Jovem de Clubes:

- O Campeonato Nacional Jovem integra os escalões de Benjamins, Infantis, Iniciados e Juvenis;

-
- O Campeonato Nacional Jovem é composto por 9 etapas: 5 Triatlos (1 de BTT, 2 de estrada e 2 de estafetas), 2 Duetlo 2 Aquatlos;
 - A classificação em cada uma das etapas é obtida pelo somatório dos pontos obtidos pelos atletas do clube nos diferentes escalões, aplicando-se à classificação individual a Tabela II do Anexo F **(com exceção do escalão de Benjamins, em que todos os atletas valem 1 ponto e todos recebem medalha)** do Regulamento Técnico e de Competições;
 - Em caso de empate na pontuação de uma etapa, o desempate é feito pela média de pontos obtida por atleta de cada clube;
 - A cada etapa é aplicada, à classificação coletiva, a Tabela I do Anexo G do Regulamento Técnico e de Competições;
 - A classificação final é obtida pelo somatório das pontuações das 6 melhores etapas de cada equipa;
 - O desempate na classificação final é efetuado nos termos do ponto 16.36 do Regulamento Técnico e de Competições;

Campeonato Nacional de Juvenis

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até à penúltima segunda-feira antes da prova: 2,5 €
- No dia da prova: +7,50 €

Não licenciados:

- Acresce 5,00 € ao valor dos licenciados

Competições:

Etapa	Data	Prova	Modalidade
Etapa 1	Sábado, 28 de fevereiro de 2025	Duatlo Jovem de Grândola	Duatlo
Etapa 2	Sábado, 06 de junho de 2026	Aquatlo Jovem de Peniche	Aquatlo
Etapa 3	Domingo, 15 de março de 2026	Triatlo Albufeira	Triatlo
Etapa 4	Sábado, 25 de julho de 2026	Triatlo Jovem da Amora	Triatlo

Classificação no Campeonato Nacional de Juvenis:

- O escalão de Juvenis integra os atletas nascidos em 2011 e 2012.
- No escalão de Juvenis são atribuídos os títulos nacionais em Triatlo, Duatlo e Aquatlo;
- O Campeonato Nacional de Triatlo de Juvenis é composto por 2 provas;
- A cada etapa é aplicada, à classificação obtida, a Tabela II do Anexo F do Regulamento Técnico e de Competições;
- Todas as etapas apresentam coeficientes iguais e todas as pontuações contam para a classificação final. Nenhum resultado pode ser descartado;
- O desempate na classificação final é efetuado nos termos do ponto 16.36 do Regulamento Técnico e de Competições;
- Os Campeonatos Nacionais de Duatlo e Aquatlo são constituídos por prova única, apurando-se diretamente a classificação final.

Taça de Portugal

Valores de inscrição:

Licenciados:

- Até à penúltima segunda-feira antes da prova: 22 €
- Até à última segunda-feira antes da prova: 32 €
- No dia da prova: 42 €

Não licenciados:

- Acresce 5 € ao valor dos licenciados

Competições:

Etapa	Data	Prova	Distância
Etapa 1	Domingo, 15 de fevereiro de 2026	Triatlo de Santo André	Triatlo Sprint
Etapa 2	Domingo, 29 de março de 2026	Triatlo de Quarteira	Triatlo Sprint
Etapa 3	Domingo, 12 de abril de 2026	Triatlo de Monte Gordo	Triatlo Sprint
Etapa 4	Sábado, 20 de junho de 2026	Triatlo de Serpa	Triatlo Super Sprint
Etapa 5	Domingo, 12 de julho de 2026	Triatlo Rios Ibéricos	Triatlo Sprint
Etapa 6	Sábado, 05 de setembro de 2026	Triatlo de Alhandra	Triatlo Super Sprint
Etapa 7	Domingo, 20 de setembro de 2026	Triatlo de S. Martinho Porto	Triatlo Sprint
Etapa 8			

Classificação na Taça de Portugal:

- A participação nas provas da Taça de Portugal está aberta a não licenciados.
- Competição por clubes composta por provas de triatlo em estrada;
- A classificação coletiva de cada etapa no género feminino é apurada pela soma dos tempos das **3 atletas** mais rápidas de cada clube e classificação coletiva de cada etapa no género masculino é apurada pela soma dos tempos dos **4 atletas** mais rápidos de cada clube;

- A cada etapa é aplicada, à classificação coletiva, a Tabela I do Anexo G, do Regulamento Técnico e de Competições;
- Todas as etapas apresentam coeficientes iguais e todas as pontuações contam para a classificação final. Nenhum resultado pode ser descartado;
- Para disputar os prémios monetários finais e a respectiva classificação final, os clubes têm de participar em mais de 60% das provas;
- O desempate na classificação final é efetuado nos termos do ponto 16.36 do Regulamento Técnico e de Competições;

Prémios monetários individuais:

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

O total de prémios monetários individuais por prova é de **1500 €**.

Prémios finais da Taça de Portugal:

#	Equipas Masculinas	Equipas Femininas
1ª	750 €	750 €
2ª	600 €	600 €
3ª	500 €	500 €
4ª	450 €	450 €
5ª	400 €	400 €
6ª	300 €	300 €
7ª	250 €	250 €

#	Equipas Masculinas	Equipas Femininas
8ª	250 €	250 €
9ª	250 €	250 €
10ª	250 €	250 €
Total	4 000 €	4 000 €

Swim Run

Valores de inscrição:

Licenciados:

- 50,00 €

Não licenciados:

- Acresce 5,00 € ao valor dos licenciados

Competições:

Data	Prova	Modalidade
Domingo, 19 de abril de 2026	Troia Swim Run	
Sábado, 02 de maio de 2026	Swim Run do Tâmega	
Domingo, 03 de maio de 2026	Swim Run do Tâmega	
Domingo, 24 de maio de 2026	Lagoa Swim Run	
Domingo, 14 de junho de 2026	Penacova Swim Run	
Domingo, 06 de setembro de 2026	Madeira Swim Run	
Domingo, 27 de setembro de 2026	Zêzere Swim Run	
Domingo, 11 de outubro de 2026	Arrábida Swim Run	

Outras Provas

Data	Prova	Observações	Distância
Sábado, 28 de março de 2026	Taça da Europa – Quarteira	Estrada	Standard
Domingo, 29 de março de 2026	Taça da Europa Júnior – Quarteira	Estrada	Sprint
Sábado, 11 de abril de 2026	Taça da Europa - Monte Gordo	Estrada	Sprint
Domingo, 12 de abril de 2026	Triatlo de Setúbal	Estrada	Triatlo de Média Distância
Sábado, 22 de Agosto de 2026	Campeonato Ibérico de Triatlo Mérida 2026	Estrada	Standard
Sábado, 5 de setembro de 2026	Taça do Mundo Paratriatlo - Alhandra	Estrada	Sprint
Domingo, 6 de setembro de 2026	Triatlo de Lisboa (Triton)	Estrada	Várias
Sábado, 19 de setembro	Taça da Europa - S. Martinho do Porto	Estrada	Sprint
Domingo, 27 de Setembro de 2026	Triatlo de Sines	Estrada	Triatlo de Média Distância
Sábado, 17 de Outubro de 2026	Ironman de Cascais	Estrada	Triatlo de Média e Longa Distância
A definir	Starman	Estrada	Triatlo de Média Distância