

V Triatlo de Sesimbra

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo - Estafetas Prova Aberta Super Sprint

Domingo, 25 de Outubro de 2026

REGULAMENTO

ORGANIZAÇÃO

1. O V Triatlo de Sesimbra é uma organização da Câmara Municipal de Sesimbra, com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal (FTP).
2. O V Triatlo de Sesimbra é constituído pelas seguintes provas:
 - a. Campeonato Nacional de Clubes é a 4ª e última etapa do Campeonato Nacional, disputado no dia 25 de Outubro, no formato de triatlo estafetas em estrada na distância super-sprint, destinado a equipas/atletas licenciados ;
 - b. Prova Aberta de Triatlo, distância super-sprint destinado a atletas licenciados e licenciados por um dia.
3. A realização das provas irá decorrer de acordo com o seguinte programa e horário:

Domingo, 25 de Outubro	
07:15 - 09:00	Secretariado (Junto ao Parque Transição)
07:30 - 09:15	Check-in Campeonato Nacional de Clubes de Estafetas e Prova Aberta Verificação e Colocação de material no Parque de Transição para todos os atletas da prova Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo -Estafetas (obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados, no caso das estafetas têm de entrar por equipa)
09:30	Hora limite de permanência de atletas no Parque de transição
09:45	Prova Aberta - Partida Masculina

09:48	Prova Aberta - Partida Feminina (3 minutos após Masculinos)
11:00	Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo - Estafetas Partida Masculina
11:15	Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo - Estafetas Partida Feminina
	Check Out – Recolha dos equipamentos e materiais do Parque de Transição
13:15	■ Após a chegada do último atleta do segmento de natação do aquatlo 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 (junto à Meta)

Os horários poderão ser sujeitos a alterações

LOCAIS

4. As provas do V Triatlo de Sesimbra vão disputar-se na zona ribeirinha da Lagoa de Albufeira, na Lagoa (natação), nas imediações da Vila (ciclismo) e na zona ribeirinha (corrida)

Áreas da Prova	Local	Coordenadas GPS
Secretariado	Av. Marginal da Lagoa	38°30'28.2"N 9°10'36.3"W
Parque de Transição	Av. Marginal da Lagoa	38°30'28.2"N 9°10'36.3"W
Partida	Lagoa de Albufeira	38°30'34.8"N 9°10'31.8"W
Meta	Av. Marginal da Lagoa	38°30'28.2"N 9°10'36.3"W
Balneários	Campo de Futebol do Clube Desportivo de Alfarim	38°29'18.9"N 9°09'39.5"W
Bengaleiro	Av. Marginal da Lagoa	38°30'28.2"N 9°10'36.3"W

INSCRIÇÕES

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

Prova	Distância	Admissão
Campeonato Nacional de Clubes de Estafetas	Super-Sprint	Prova exclusiva a clubes licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, nos escalões e grupos etários que constam no Regulamento
Prova Aberta	Super -Sprint	Atletas nascidos até 2012 inclusive, em participação individual

6. Para atletas **licenciados**, as inscrições **na prova do V Triatlo de Sesimbra, Campeonato Nacional de Clubes de Estafetas**, devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 12 de Outubro (segunda-feira):

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

7. Para atletas **licenciados por um dia**, as inscrições **na prova do V Triatlo de Sesimbra, Prova Aberta**, devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 12 de Outubro (segunda-feira):

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

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

Prova	Distância	Preço de Inscrição	
		Licenciados	Licenciados por um Dia
Campeonato Nacional de Clubes de Estafetas	Super sprint	60,00 €	-----
Prova Aberta	Super Sprint	20,00 €	20,00€

9. Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo de Estafetas:
- A participação na prova é exclusiva a atletas e clubes licenciados na Federação de Triatlo de Portugal;
 - As equipas de estafetas serão compostas por 4 elementos no setor masculino e por 3 elementos no setor feminino;
 - Os elementos de uma equipa terão de ser filiados na Federação de Triatlo e pertencer ao mesmo Clube;
 - As inscrições terão de ser feitas através do preenchimento da ficha respectiva;
 - Não serão aceites inscrições para o Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo em Estafetas fora da data limite de inscrição (12 de Outubro);
 - A constituição das equipas **apenas pode ser alterada até ao dia 22 de Outubro (quinta-feira)**. A ordem de partida de cada atleta pode ser alterada **até ao fecho do Secretariado**. Terminado estes prazos a composição e ordem da equipa não poderão ser alteradas, o que, a verificar-se, **implica a desclassificação da equipa**.
10. Para **atletas licenciados por um dia**, as inscrições na prova V Triatlo de Sesimbra. Prova Aberta, têm o custo de 20,00€ (**que inclui o seguro de acidentes pessoais e aluguer de chip**), se efetuadas até às 23h59 do dia 12 de Outubro (segunda-feira).
11. O pagamento de registos de inscrição dentro do prazo poderá ser liquidado até às 23h59 do dia 13 de Outubro (terça-feira).
12. Registos fora do prazo de inscrição (13 de Outubro) apenas para a Prova Aberta, serão aceites, mediante o pagamento adicional ao valor da inscrição, de acordo com o quadro apresentado em seguida.

Prova	Valor adicional
Prova aberta - V Triatlo de Sesimbra	+ 20,00 €

13. As inscrições efetuadas fora deste prazo 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 V Triatlo de Sesimbra 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).
15. Para efeitos de participação serão apenas consideradas as inscrições pagas.
16. A inscrição nas provas do V Triatlo de Sesimbra contempla:
 - Participação e classificação na prova;
 - Abastecimentos (sólidos e líquidos);
 - Seguro de acidentes pessoais;
 - Lembrança.
17. 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

18. Para o efeito é **necessário e obrigatório a utilização de chip**, o qual deverá ser **levantado no secretariado**, mediante o pagamento de **5,00 € (não reembolsáveis)** e devolvido no final da prova. A não devolução do chip terá um custo de 60€. O chip terá que ser **devolvido após o término da prova**.
19. Em caso de falta de qualquer um dos elementos identificadores (dorsal 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 V Triatlo de Sesimbra é efetuada com base nos escalões e grupos de idade definidos neste Regulamento, de acordo com o ano de nascimento dos atletas.

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo - Estafetas

Juvenis

(nascidos entre 2011-2012)

Cadetes

(nascidos entre 2010-2009)

Juniores

(nascidos entre 2008-2007)

Seniores

(nascidos entre 1987-2006)

Veteranos

(nascidos entre 1986 e anteriores)

Natação: 300m (1 volta)
Ciclismo: 7.800m (1 volta)
Corrida: 2.000m (1 volta)

*Estes escalões aplicam-se no género masculino e feminino

Prova Aberta - Super Sprint

Absolutos

(nascidos até 2010)

Natação: 300m (1 volta)
Ciclismo: 7.800m (1 volta)
Corrida: 2.000m (1 volta)

DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

21. Os participantes nas provas do V Triatlo de Sesimbra irão percorrer em cada segmento da respectiva prova, os seguintes percursos:

Provas V Triatlo de Sesimbra	
Segmento	Descrição
Natação	Percurso na Lagoa de Albufeira
Ciclismo	Percurso maioritariamente em asfalto em razoáveis condições, exceto na saída e na chegada ao PT que é em calçada e na Rua dos Sobreiros existe a passagem por duas zonas não asfaltadas

Corrida	Percurso com algum desnível, com zonas de gravilha, calçada e asfalto.
----------------	--

LOCAIS DE ABASTECIMENTO

22. As provas do V Triatlo de Sesimbra incluem abastecimentos nos seguintes locais

Provas	Distância	Abastecimentos
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo - Estafetas	Super Sprint	Início da Corrida
		Zona de Recuperação
Prova Aberta	Super Sprint	Início da 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 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	■ Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimentos do respectivo percurso e número de voltas, previamente anunciado. ■ 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 na mesma prova; Não é permitido andar na roda entre atletas de géneros diferentes;

Segmento	Regras
	■ É obrigatório o uso de capacete rígido afivelado em toda a extensão do percurso, até à colocação da bicicleta no suporte; ■ Cada atleta é responsável pela sua bicicleta, pelo que as ajudas externas estarão de acordo com o RTC em vigor; ■ É obrigatório o uso de dorsal colocado nas costas e em local bem visível; ■ Cada atleta é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respectivo 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.

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

CLASSIFICAÇÕES

27. As provas do V Triatlo de Sesimbra terão as classificações definidas no quadro apresentado em seguida.

Prova	Classificações
Prova Aberta	■ Classificação Absoluta Individual por Género
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo - Estafetas	■ Classificação Absoluta por Género ■ Classificação por Escalões e Género

28. A classificação coletiva do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo em Estafetas é apurada pelo tempo do 4º atleta de cada Clube a cruzar a linha de meta, no género masculino, e pelo tempo da 3ª atleta de cada Clube a cruzar a linha de meta, no género feminino.

PROTESTOS

29. Podem ser efetuados protestos/reclamações por todos os agentes desportivos directamente envolvidos, de acordo com o estabelecido no Capítulo 11 do Regulamento Técnico e Competições e tendo também em consideração o seguinte:
- Os protestos são efectuados 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

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. Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo - Estafetas

Troféus						
Categorias	Masculinos			Femininos		
Geral	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
Seniores	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Veteranos	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

b. Prova Aberta

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

Prémios monetários do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo - Estafetas

#	Masculinos	Femininos
1º	500 €	500 €
2º	400 €	400 €
3º	300 €	300 €
4º	250 €	250 €
5º	250 €	250 €
6º	200 €	200 €
7º	200 €	200 €
8º	150 €	150 €
9º	150 €	150 €
10º	150 €	150 €
Total	2550 €	2550 €

OUTRAS INFORMAÇÕES

33. 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;
34. O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo dos percursos de prova;
35. Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova;
36. Na eventualidade de haver controlo anti-doping, o mesmo será efetuado no Centro Municipal de Atividades Náuticas (junto ao secretariado);
37. 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

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

FIM DE REGULAMENTO