

# II Triatlo e Aquatlo de Sines

## Campeonato Regional Jovem do Algarve e Baixo Alentejo

## Campeonato Regional Absoluto de Aquatlo do Algarve e Baixo Alentejo

### REGULAMENTO

#### ORGANIZAÇÃO

1. O Triatlo Jovem de Sines é uma organização do Vasco da Gama Atlético Clube, com o apoio da Câmara Municipal de Sines e apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal (FTP).
2. O II Triatlo e Aquatlo de Sines é constituído pelas seguintes provas:
  - a. Campeonato Regional Absoluto de Aquatlo, disputado no dia 23 de maio, sábado, no formato de aquatlo na distância sprint.
  - b. Campeonato Regional Jovem do Algarve e Baixo Alentejo (6ª Etapa), disputado no dia 23 de maio, sábado, no formato de triatlo, com distâncias adaptadas aos escalões jovens;
3. A realização das provas irá decorrer de acordo com o seguinte programa e horário:

Horário	
<b>08:45 - 09:45</b>	Secretariado (junto ao Parque Transição)
<b>09:00 - 10:00</b>	Check-In - Verificação e Colocação de material no Parque de Transição para todos os atletas da prova Campeonato Regional de Aquatlo (obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados)
<b>10:15</b>	Hora limite de permanência de atletas no Parque de Transição
<b>10:30</b>	Início do Campeonato Regional de Aquatlo

<b>11:30</b>	<p>Check Out – Recolha dos equipamentos e materiais do Parque de Transição</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Após a chegada do último atleta 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.</li> <li>■ O tempo limite para fazer o levantamento será de 15 min após o último atleta ter concluído a prova.</li> </ul>
<b>12:30</b>	Cerimónia de Entrega de Prémios
<b>11:30 - 12:30</b>	Secretariado Prova Jovem (junto ao Parque Transição)
<b>12:00 - 13:00</b>	Check-In - Verificação e Colocação de material no Parque de Transição para todos os atletas da prova Campeonato Regional Jovem (obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados)
<b>13:15</b>	Hora limite de permanência de atletas no Parque de Transição
<b>13:30</b>	Início do Campeonato Regional Jovem com provas separadas por escalões e géneros (início no escalão Benjamim com o género masculino)
<b>16:00</b>	<p>Check Out – Recolha dos equipamentos e materiais do Parque de Transição</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 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.</li> <li>■ O tempo limite para fazer o levantamento será de 15 min após o último atleta ter concluído a prova.</li> </ul>
<b>16:30</b>	Cerimónia de Entrega de Prémios (junto à Meta)

**Os horários poderão ser sujeitos a alterações**

## LOCAIS

4. As provas do Triatlo Sines vão disputar-se na Praia Vasco da Gama em Sines.

Áreas da Prova	Local	Coordenadas GPS
Secretariado	Praia Vasco da Gama	<a href="#">37°57'06.8"N 8°51'50.4"W</a>
Parque de Transição	Praia Vasco da Gama	<a href="#">37°57'06.8"N 8°51'50.4"W</a>
Partida	Praia Vasco da Gama	<a href="#">37°57'06.8"N 8°51'50.4"W</a>
Chegada	Praia Vasco da Gama	<a href="#">37°57'06.8"N 8°51'50.4"W</a>

## INSCRIÇÕES

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

Prova	Distância	Admissão
Campeonato Regional Jovem do Algarve e Baixo Alentejo	De acordo com RTC	Atletas nascidos entre 2009 e 2019 inclusive
Campeonato Regional Absoluto de Aquatlo do Algarve e Baixo Alentejo	Sprint	Prova exclusiva a atletas e clubes licenciados na FTP da Região do Algarve e Baixo Alentejo, nos escalões e grupos etários que constam no ponto 16 deste Regulamento.
Prova Aberta	Sprint	Atletas nascidos até 2010 inclusive, em participação individual ou estafetas

6. Para atletas **licenciados**, as inscrições nas provas do Triatlo de Sines devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 18 de Maio (segunda-feira):

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

Para atletas **não licenciados ou estafetas**, as inscrições nas provas do Triatlo de Sines devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 18 de maio (segunda-feira):

- <https://aplicacao.federacao-triatlo.pt/ii-triatlo-e-aquatlo-de-sines-nao-federados/>

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

Prova	Distância	Preço de Inscrição	
		Licenciados	Não Licenciados
Campeonato Regional Jovem	De acordo o RTC	2,50 €	5,00 €
Campeonato Regional Absoluto de Aquatlo	Sprint	15,00 €	-----

---

Prova Aberta (Individual)	Sprint	15,00 €	20,00 €
Prova Aberta (Estafetas)	Sprint	30,00 € (p/ Equipa)	

---

8. Para atletas não licenciados, o valor da inscrição na Prova Aberta Distância Sprint, no formato Individual, tem um custo de 20,00€ (que inclui o seguro de acidentes pessoais) e no formato de Estafetas tem um custo de 30,00 € por equipa (que inclui o seguro de acidentes pessoais para ambos os atletas), se efetuadas até às 23h59 do dia 18 de Maio (segunda-feira).
9. Para atletas não licenciados, as inscrições na prova do Campeonato Regional Jovem têm o custo de 5,00€ (que inclui o seguro de acidentes pessoais), se efetuadas até às 23h59 do dia 18 de Maio (segunda-feira).
10. O pagamento de registos de inscrição dentro do prazo poderá ser liquidado até às 23h59 do dia 19 de Maio (terça-feira).
11. Registos fora do prazo de inscrição serão aceites, mediante o pagamento adicional ao valor da inscrição, de acordo com o quadro apresentado em seguida.

Prova	Valor adicional
Campeonato Regional Jovem	+ 7,50 €
Campeonato Regional Absoluto de Aquatlo	+ 15,00 €
Prova Aberta (Individual e Estafetas)	+ 20,00 €

---

12. 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.
13. As formas de pagamento das inscrições nas provas do Triatlo de Sines são as seguintes:
  - Referência Multibanco (com 48 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));
14. Para efeitos de participação serão apenas consideradas as inscrições pagas.

15. A inscrição nas provas do Triatlo de Sines contempla:

- Participação e classificação na prova;
- Abastecimentos (sólidos e líquidos);
- Seguro de acidentes pessoais;
- Lembrança.

16. 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 DE PROVA**

17. Em caso de falta de qualquer um dos elementos identificadores (dorsal, touca, 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)**

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

<b>Campeonato Regional Jovem (Triatlo)</b>	
<b>BENJAMINS</b> (nascidos em 2019, 2018 e 2017)	Natação: 50m (1 volta) Ciclismo: 1 km (1 volta) Corrida: 400m (1 volta)
<b>INFANTIS</b> (nascidos em 2016 e 2015)	Natação: 100m (1 volta) Ciclismo: 2 km (1 volta) Corrida: 800m (1 volta)
<b>INICIADOS</b> (nascidos em 2014 e 2013)	Natação: 200m (1 volta) Ciclismo: 3,7 km (1 volta) Corrida: 1.000m (1 volta)
<b>JUVENIS</b> (nascidos em 2012 e 2011)	Natação: 300 m (1 volta) Ciclismo: 7,5 km (2 voltas) Corrida: 2.000m (1 volta)
<b>CADETES</b> (nascidos em 2010 e 2009)	Natação: 300 m (1 volta) Ciclismo: 7,5 km (2 voltas) Corrida: 2.000m (1 volta)

## Campeonato Regional Absoluto de Aquatlo (Distância Sprint)

### **CADETES**

(nascidos entre 2010 e 2009)

### **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)

Natação: 750m (1 volta)

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

(nascidos entre 1972 e 1976)

Corrida: 5.000m (2 voltas)

### **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)

### Prova Aberta Aquatlo (Distância Sprint)

#### **ABSOLUTOS**

(nascidos até 2010)

Natação: 750m (1 volta)

Corrida: 5.000m (2 voltas)

## DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

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

Campeonato Regional Absoluto (Aquatlo) e Prova Aberta (Aquatlo)	
Segmento	Descrição
<b>Natação</b>	Percurso na Praia Vasco da Gama, com a partida de poente para nascente em forma de "M" com saída da águia a meio do percurso.
<b>Corrida</b>	Percurso plano ao longo do calçadão da praia em 2 voltas.

Campeonato Regional Jovem	
Segmento	Descrição
<b>Natação</b>	Percurso na Praia Vasco da Gama, alterando os locais de partida (em direcção a poente) à medida que se vão alterando os escalões.
<b>Ciclismo</b>	Percurso essencialmente plano, ao longo da Avenida Vasco da Gama, virando à direita em direcção ao Clube Naval.
<b>Corrida</b>	Percurso plano ao longo do calçadão da praia

## LOCAIS DE ABASTECIMENTO

20. As provas do Triatlo de Sines incluem abastecimentos nos seguintes locais:

Provas	Distância	Abastecimentos
Campeonato Regional Jovem	De acordo com o RTC	Meta e Zona de Recuperação
Campeonato Regional Absoluto de Aquatlo	Sprint	Início da 2ª volta da corrida Zona de Recuperação

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

## REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

22. 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/>
23. 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 respectivo 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 2023;</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>

Segmento	Regras
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 respectivo 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>

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

## CLASSIFICAÇÕES

25. As provas do Triatlo de Sines terão as classificações definidas no quadro apresentado em seguida.

Prova	Classificações
Campeonato Regional Jovem	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Classificação Individual por Escalão e Género</li> <li>■ Classificação por Equipas (Pontuação)</li> </ul>
Campeonato Regional Absoluto de Aquatlo do Algarve e Baixo Alentejo	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Classificação Absoluta por Género</li> <li>■ Classificação Grupos de Idade e Género</li> <li>■ Classificação por Clube por Géneros</li> </ul>
Prova Aberta	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Classificação Absoluta Individual por Género</li> <li>■ Classificação Absoluta Estafetas</li> </ul>

26. A classificação coletiva por Equipas do Campeonato Regional do Algarve e Baixo Alentejo é apurada pelo somatório dos tempos dos três primeiros atletas de cada equipa, no género masculino e feminino.

## PROTESTOS

27. 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

28. 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.

29. 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

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

a. Campeonato Regional Jovem

Troféus Individuais						
Escalões	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

Troféus Coletivos					
Clubes	1º	2º	3º	4º	5º

b. Campeonato Regional Absoluto de Aquatlo

Troféus Individuais						
Categorias	Masculinos			Femininos		
<b>Absolutos</b>	<b>1º</b>	<b>2º</b>	<b>3º</b>	<b>1ª</b>	<b>2ª</b>	<b>3ª</b>
Cadetes	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Juniores	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo Idade 20-24	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo Idade 25-29	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo Idade 30-34	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo Idade 35-39	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo Idade 40-44	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo Idade 45-49	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo Idade 50-54	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo Idade 55-59	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo Idade 60-64	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo Idade 65-69	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo Idade 70-74	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo Idade 75-79	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo Idade 80-84	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo Idade 85-89	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

Troféus Colectivos						
	Masculinos			Femininos		
Clubes	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

c. Prova Aberta

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

Troféus Individuais						
Categorias	Masculinos			Femininos		
Estafetas	1 <sup>o</sup>	2 <sup>o</sup>	3 <sup>o</sup>	1 <sup>a</sup>	2 <sup>a</sup>	3 <sup>a</sup>
Estafetas Mistas	1 <sup>o</sup>		2 <sup>o</sup>		3 <sup>o</sup>	

## OUTRAS INFORMAÇÕES

31. 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.
32. O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo dos percursos de prova.
33. Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova.

## CASOS OMISSOS

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

## FIM DE REGULAMENTO