



XIV Triatlo Jovem da Amora

**Campeonato Nacional Jovem
Campeonato Nacional de Juvenis**

VII Aquatlo da Amora

Campeonato Nacional de Clubes de Aquatlo

Domingo, 26 de julho de 2026

REGULAMENTO

ORGANIZAÇÃO

1. O XIV Triatlo da Amora é uma organização da Associação Naval Amorense, da Junta de Freguesia da Amora e da Câmara Municipal do Seixal, com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal (FTP).
2. O XIV Triatlo da Amora é constituído pelas seguintes provas:
 - a. Campeonato Nacional Jovem de Clubes (8ª Etapa), disputado no dia 26 de julho, Domingo, no formato de triatlo em estrada, com distâncias adaptadas aos escalões;
 - b. Campeonato Nacional de Juvenis (4ª Etapa), disputado no dia 26 de julho, Domingo, no formato de triatlo de estrada, na distância super-sprint;
 - c. Campeonato Nacional de Clubes de Aquatlo (Etapa Única), disputado no dia 26 de julho, Domingo, na distância sprint.
3. A realização das provas irá decorrer de acordo com o seguinte programa e horário:

Domingo, 26 de Julho

09:15 - 12:00

Secretariado **Triatlo Jovem e Aquatlo** (junto ao Parque Transição)



09:45 - 12:00	Check-in Triatlo Jovem - Verificação e Colocação de material no Parque de Transição para todos os atletas da prova Campeonato Nacional Jovem (obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados)
10h45 - 12:00	Check-in Aquatlo - Verificação e Colocação de material no Parque de Transição para todos os atletas da prova Campeonato Nacional Jovem (obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados)
12:10	Hora limite de permanência de atletas no Parque de Transição
12:15	Reunião do Delegado Técnico da prova Triatlo Jovem , com os treinadores (Junto ao PT)
12:30	Início do Campeonato Nacional Jovem de Triatlo (Provas separadas por escalões e géneros com início pelos Benjamins masculinos)
15:00	Início do Campeonato Nacional de Clubes de Aquatlo Masculino
15:15	Início do Campeonato Nacional de Clubes de Aquatlo Feminino
15:40	Check Out – Recolha dos equipamentos e materiais do Parque de Transição ■ 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.
16:30	Cerimónia de Entrega de Prémios (junto à Meta)

Os horários poderão ser sujeitos a alterações

LOCAIS

4. As provas do XIV Triatlo Jovem e VII Aquatlo da Amora vão disputar-se na zona Ribeirinha de Amora, no jardim e passeio ribeirinho.

Áreas da Prova	Local	Coordenadas GPS
Secretariado	Amora - Jardim Ribeirinho	38°37'33.8"N 9°06'37.6"W
Parque de Transição	Amora - Jardim Ribeirinho	38°37'33.8"N 9°06'37.6"W
Partida	Amora - Jardim Ribeirinho	38°37'33.8"N 9°06'37.6"W
Balneários	Amora - Jardim Ribeirinho	38°37'33.8"N 9°06'37.6"W



INSCRIÇÕES

5. A participação nas provas do XIV Triatlo e VII Aquatlo da Amora é aberta a todos os interessados, de acordo com os seguintes preceitos:

Prova	Distância	Admissão
Campeonato Nacional Jovem	De acordo com RTC	Atletas Nascidos entre 2011 e 2019 inclusive
Campeonato Nacional de Juvenis de Triatlo	Super-Sprint	Atletas nascidos entre 2011 e 2012 inclusive
Campeonato Nacional de Clubes de Aquatlo	Sprint	Prova exclusiva a atletas e clubes licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, nos escalões e grupos etários que constam no ponto 20 deste Regulamento

6. Para atletas **licenciados**, as inscrições **nas provas do XIV Triatlo Jovem e VII Aquatlo da Amora**, devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 13 de Julho (segunda-feira):

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

7. Para atletas **licenciados por um dia**, as inscrições **na prova do XIV Triatlo Jovem da Amora**, devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 13 de Julho (segunda-feira):

- <https://aplicacao.federacao-triatlo.pt/produto/xiv-triatlo-jovem-da-amora-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
XIV Triatlo Jovem da Amora	Distâncias Jovens de acordo o RTC	2,50 €	7,50 €
VII Aquatlo da Amora	Sprint	15,00 €	-----



9. Para **atletas licenciados por um dia**, as inscrições na prova XIV Triatlo Jovem da Amora, têm o custo de 7,50€ (**que inclui o seguro de acidentes pessoais e aluguer de chip**), se efetuadas até às 23h59 do dia 13 de Julho (segunda-feira).
10. O pagamento de registos de inscrição dentro do prazo poderá ser liquidado até às 23h59 do dia 14 de julho (terça-feira).
11. Registos fora do prazo de inscrição (14 de Julho) serão aceites, mediante o pagamento adicional ao valor da inscrição, de acordo com o quadro apresentado em seguida.

Prova	Valor adicional
XIV Triatlo Jovem da Amora	+ 7,50 €
VII Aquatlo da Amora	+15,00€

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 XIV Triatlo Jovem e VII Aquatlo da Amora, 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).
14. Para efeitos de participação serão apenas consideradas as inscrições pagas.
15. A inscrição nas provas do XIV Triatlo Jovem e VII Aquatlo da Amora contempla:
 - Participação e classificação na prova;
 - Abastecimentos (sólidos e líquidos);
 - Seguro de acidentes pessoais;
 - Lembrança.
16. 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

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

19. A participação nas provas do XIV Triatlo Jovem e do VII Aquatlo da Amora é efetuada com base nos escalões e grupos de idade definidos neste Regulamento, de acordo com o ano de nascimento dos atletas.

XII Triatlo Jovem da Amora

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 (1 volta) Ciclismo: 2.000m (1 volta) Corrida: 800m (1 volta)
INICIADOS (nascidos em 2014 e 2013)	Natação: 200m (1 volta) Ciclismo: 4.000m (1 volta) Corrida: 1.000m (1 volta)
JUVENIS (nascidos em 2012 e 2011)	Natação: 350m (1 volta) Ciclismo: 8.000m (2 voltas) Corrida: 2.000m (1 volta)

VII Aquatlo da Amora

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)

Natação: 750 m
Corrida: 5000 m (2 voltas)



VII Aquatlo da Amora

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)

Natação: 750 m

Corrida: 5000 m (2 voltas)



DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

20. Os participantes nas provas do XIV Triatlo Jovem e VII Aquatlo da Amora irão percorrer em cada segmento da respectiva prova, os seguintes percursos:

XIV Triatlo Jovem da Amora	
Segmento	Descrição
Natação	Percurso realizado no Rio Tejo, com distâncias adaptadas. Partida da areia e bóias contornadas pela esquerda.
Ciclismo	Percurso de com distâncias adaptadas aos vários escalões, realizado na frente ribeirinha da Amora e Seixal em ida e volta.
Corrida	Percurso essencialmente plano com distâncias adaptadas aos vários escalões, realizado no passeio da frente ribeirinha da Amora.

VII Aquatlo da Amora	
Segmento	Descrição
Natação	Percurso realizado no Rio Tejo, com distâncias adaptadas. Partida da areia e bóias contornadas pela esquerda.
Corrida	Percurso essencialmente plano com distâncias adaptadas aos vários escalões, realizado no passeio da frente ribeirinha da Amora.

LOCAIS DE ABASTECIMENTO

21. As provas do XIV Triatlo Jovem e VII Aquatlo da Amora incluem abastecimentos nos seguintes locais

Provas	Distância	Abastecimentos
XIV Triatlo Jovem da Amora	De acordo com o RTC	Início da Corrida
		Início da 2ª volta da corrida
		Zona de Recuperação
VII Aquatlo da Amora	Sprint	Início da Corrida
		Início da 2ª volta da corrida



Zona de Recuperação

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

REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

23. 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/>
24. 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	■ <u>Nos escalões de Benjamins e Infantis, encontra-se vedado o uso de bicicletas de estrada;</u> ■ 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; ■ 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.

Segmento	Regras
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.

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

CLASSIFICAÇÕES

26. As provas do XIV Triatlo Jovem e VII Aquatlo da Amora terão as classificações definidas no quadro apresentado em seguida.

Prova	Classificações
Campeonato Nacional Jovem	■ Classificação Individual por Escalão e Género ■ Classificação por Equipas (Pontuação)
Campeonato Nacional de Clubes de Aquatlo	■ Classificação Absoluta por Género ■ Classificação por Grupos de Idade e Género ■ Classificação por Clubes e por Género

PROTESTOS

27. 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

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

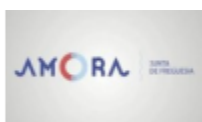
30. Serão atribuídos troféus individuais e coletivos de acordo com os quadros abaixo, para cada uma das provas abaixo.

a. Campeonato Nacional Jovem de Clubes

Troféus Individuais						
Escalões	Masculinos			Femininos		
Infantis	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Iniciados	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Juvenis	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
No escalão de benjamins, não existem troféus individuais, será dada uma medalha de participação a cada atleta.						
Troféus Coletivos						
Clubes	1º	2º	3º	4º	5º	

b. Campeonato Nacional Clubes de Aquatlo

Troféus Individuais						
Categorias	Masculinos			Femininos		
Absolutos	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

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

Prémios monetários do Campeonato Nacional de Clubes Aquatlo

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



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;
34. Na eventualidade de haver controlo anti-doping, será efetuado na sede da Associação Naval Amorense;
35. A Organização terá sinalética a indicar Zona de Estacionamento para veículos ligeiros e para autocarros com atletas e acompanhantes para as provas. **É solicitado que não estacionem no Parque de Estacionamento do Supermercado Eleclerc;**
36. 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

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

FIM DE REGULAMENTO