

**TRIATLO JOVEM DE VISEU**  
(Distância Jovens BTT)  
CIRCUITO NORTE JOVEM | 3ª Etapa  
CIRCUITO CENTRO NORTE JOVEM | 1ª Etapa  
PROVA ABERTA  
Sábado | 25 de Maio de 2019 | 14H00

**TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU**  
(Distância Super-Sprint BTT)  
PROVA ABERTA  
Sábado | 25 de Maio de 2019 | No final das Provas Jovens

**III VISEU TRIATHLON**  
(Distância Média Estrada)  
PROVA ABERTA  
Domingo | 26 de Maio de 2019 | 10H00

## REGULAMENTO

### 1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

- O III VISEU TRIATHLON 2019 é uma co-organização da Associação Os Infantes de Viseu e Câmara Municipal de Viseu, com o apoio da Delegação Norte da Federação de Triatlo de Portugal;
- Do Evento fazem parte uma Prova Aberta de Triatlo de Média Distância disputado em Estrada; um Triatlo Jovem BTT, pontuável para o CIRCUITO NORTE JOVEM e CIRCUITO CENTRO NORTE JOVEM; e, um Triatlo Super-Sprint BTT;
- Inscrições, Percursos, Altimetrias, Resultados e outras informações, relativas ao Triatlo Jovem em: [www.triatlonorte.pt](http://www.triatlonorte.pt);
- Restantes inscrições e outras informações relacionadas, em: [www.viseutriathlon.com](http://www.viseutriathlon.com).

### 2. LOCAIS e PROGRAMA-HORÁRIO

#### SECRETARIADO

#### TRIATLO JOVEM DE VISEU

#### TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU

#### III VISEU TRIATHLON

- Instalado no Forum de Viseu;
- Coordenadas GPS do local: 40°39'42.7"N 7°54'51.9"W.

#### PARTIDA, PARQUE DE TRANSIÇÃO (PT) E CHEGADA/META

#### TRIATLO JOVEM DE VISEU

#### TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU

- Instalados no Parque junto ao Rio Pavia;
- Coordenadas GPS do local: 40°39'44.25"N 7°55'4.23"W.

#### III VISEU TRIATHLON

- A partida ocorrerá junto à Barragem de Várzea de Calde e a chegada ocorrerá em frente ao Multiusos de Viseu;
- As coordenadas GPS do local de partida: **40°46'32.65"N - 7°51'39.90"W**;
- As coordenadas GPS do local de chegada: **40°39'49.55"N 7°54'45.79"W**.

#### PROGRAMA-HORÁRIO

#### TRIATLO JOVEM DE VISEU

#### TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU

12h30 às 13h30: Secretariado;

12h40 às 13h40: Verificação técnica de material e colocação do mesmo no Parque de Transição (PT);

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados;

13h45: Hora limite de permanência de atletas no PT;

14h00: Início do TRIATLO JOVEM DE VISEU e TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU;

17h30: Entrega de Prémios;

Final das Provas.

#### III VISEU TRIATHLON

#### SÁBADO, 25 DE MAIO DE 2019

18h00 às 20h00: Secretariado.

**DOMINGO, 26 DE MAIO DE 2019**

07h30 às 09h30: Secretariado;

07h40 às 09h40: Verificação técnica de material e colocação do mesmo nos Parques de Transição (PT1 e PT2);

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados;

09h45: Hora limite de permanência de atletas nos PT1 e PT2;

10h00: Início do III VISEU TRIATHLON;

13h15: Hora estimada de chegada do vencedor absoluto do III VISEU TRIATHLON;

14h00: Entrega de Prémios aos 3 primeiros Absolutos/Género do III VISEU TRIATHLON;

15h30: Entrega de Prémios Gerais do III VISEU TRIATHLON;

16h00: Hora limite para conclusão da prova;

Final das Provas.

- Após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo, os atletas poderão levantar o seu material do PT, exibindo o seu dorsal à entrada do mesmo;
- O tempo limite para efetuar o respetivo levantamento será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova;
- A organização não se responsabiliza por danos ou furtos causados após essa hora.

**3. ESCALÕES ETÁRIOS e DISTÂNCIAS**

**TRIATLO JOVEM DE VISEU**

- Os Escalões aplicam-se tanto em Masculinos como em Femininos;
- Caso se justifique, serão feitas partidas separadas por escalão/género.

Benjamins (nascidos em 2010, 2011 e 2012)	Natação – 50 m (1V)   BTT – 1 Km (1V)   Corrida – 400 m (1V)
Infantis (nascidos em 2008 e 2009)	Natação – 100 m (1V)   BTT – 2 Km (1V)   Corrida – 800 m (1V)
Iniciados (nascidos em 2006 e 2007)	Natação – 150 m (1V)   BTT – 3 Km (1V)   Corrida – 1200 m (1V)
Juvenis (nascidos em 2004 e 2005)   Cadetes (nascidos em 2002 e 2003)	Natação – 200 m (1V)   BTT – 5 Km (2V)   Corrida – 1600 m (2V)

**TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU**

- Os Escalões/Grupos de Idades aplicam-se tanto em Masculinos como em Femininos.

(nascidos em 2001 e antes)	Natação – 200 m (1V)   BTT – 5 Km (2V)   Corrida – 1600 m (2V)
----------------------------	--

**III VISEU TRIATHLON**

- Os Escalões/Grupos de Idades aplicam-se tanto em Masculinos como em Femininos.

Juniores (nascidos em 2000 e 2001)	Natação – 2 km (2V)
Grupo de Idades 20-24 (nascidos entre 1995 e 1999)	
Grupo de Idades 25-29 (nascidos entre 1990 e 1994)	
Grupo de Idades 30-34 (nascidos entre 1985 e 1989)	
Grupo de Idades 35-39 (nascidos entre 1980 e 1984)	Ciclismo – 60 Km (Troço Inicial + 1V)
Grupo de Idades 40-44 (nascidos entre 1975 e 1979)	
Grupo de Idades 45-49 (nascidos entre 1970 e 1974)	
Grupo de Idades 50-54 (nascidos entre 1965 e 1969)	Corrida – 15 km (4V)
Grupo de Idades 55-59 (nascidos entre 1960 e 1964)	
Grupo de Idades 60-64 (nascidos entre 1955 e 1959)	
Grupo de Idades 65-69 (nascidos entre 1950 e 1954)	
Grupo de Idades 70 e mais anos (nascidos em 1949 e antes)	

**4. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS**

**TRIATLO JOVEM DE VISEU**

**TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU**

- Natação: Percurso no Rio Pavia, realizado em 1 volta.



MUNICÍPIO DE  
**VISEU**



FEDERAÇÃO DE  
**TRIATLO**  
PORTUGAL *Delegação Norte*

- Ciclismo em BTT: Percurso misto de alcatrão, paralelo e terra batida, realizado em voltas.
- Corrida: Percurso em piso de cimento e terra batida, realizado em voltas.

### III VISEU TRIATHLON

- Natação: Percurso na barragem de Várzea de Calde, realizado em 2 voltas.
- Ciclismo: Percurso em piso de alcatrão desde a barragem de Calde até ao Multusos de Viseu, realizado em Troço Inicial mais 1 volta.
- Corrida: Percurso em piso de alcatrão, cimento e terra batida, realizado em 4 voltas.  
Para ajudar os atletas na contagem das voltas, a organização disponibiliza elásticos em cada passagem junto ao PT2/Meta.

## **5. LOCAIS DE ABASTECIMENTO**

- Locais assinalados no croqui online da prova em **OUTRAS INFORMAÇÕES**.

### TRIATLO JOVEM DE VISEU

### TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU

- No final da Prova/Zona de recuperação (sólidos e líquidos).

### III VISEU TRIATHLON

- No ciclismo, junto ao R2 (Retorno 2) / PT2 (Parque de Transição 2);
- No ciclismo, junto ao Aeródromo de Viseu da volta do Ciclismo junto ao Multusos de Viseu (**bidão/cantil com água ou bebida isotónica**); assinalado no croqui da prova em **OUTRAS INFORMAÇÕES**;
- No início de cada volta da Corrida;
- No final da Prova/Zona de recuperação (sólidos e líquidos).

## **6. REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL**

- São adoptadas as regras em vigor no Regulamento Técnico 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;
- A participação na prova, tem que estar obrigatoriamente coberta pelo Seguro Desportivo previsto na Lei (Acidentes Pessoais);
- É permitida a participação de bicicletas de estrada com travões de disco;
- Ver regulamentos em vigor em:

<http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/a-federacao/estatutos/>

### TRIATLO JOVEM DE VISEU

### TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU

#### NATAÇÃO

- Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respetivo percurso e nº de voltas, previamente anunciados;
- 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 EM BTT

- É permitido andar na roda;
- 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 concorrente é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respectivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas;
- Cada concorrente 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;
- Nos escalões de Benjamins e Infantis, apenas serão permitidas BTTs com largura de pneu igual ou superior a 1,75 polegadas (4,5cm) e não será permitida a utilização de rodas de 29 polegadas (73,66cm);
- Nos escalões de Iniciados e Juvenis, será permitida a utilização de BTTs com rodas de 29 polegadas (73,36 cm) e haverá limitação de andamentos nas BTTs com pneus de largura inferior a 1,75 polegadas (4,5 cm). Nestas bicicletas serão limitadas as mudanças que permitam que uma revolução completa da roda cubra uma extensão superior a 7,02m.
- O cumprimento desta limitação é da responsabilidade dos clubes ou atletas individuais, podendo a FTP proceder à sua verificação antes da prova ou após a mesma e a todos os atletas ou apenas a alguns;
- A FTP aconselha que os atletas treinem e compitam com os andamentos limitados como definido acima;
- Nas provas poderá ser tomada a medida dos Benjamins e Infantis receberem/entregarem as bicicletas dos/aos elementos que a organização designar.



MUNICÍPIO DE  
**VISEU**



FEDERAÇÃO DE  
**TRIATLO**  
PORTUGAL Delegação Norte

### CORRIDA

- É obrigatório o uso de Peitoral, colocado em zona frontal, bem visível;
- Cada concorrente 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.

### III VISEU TRIATHLON

#### NATAÇÃO

- Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respetivo percurso e nº de voltas, previamente anunciados;
- 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 24º.

#### CICLISMO

- Não é permitido “andar na roda”;
- 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 concorrente é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respectivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas;
- Cada concorrente 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.
- Não é permitida a participação de bicicletas todo-o-terreno;
- É permitida a participação de bicicletas de estrada com avanços.

#### CORRIDA

- É obrigatório o uso de Peitoral, colocado em zona frontal, bem visível;
- Cada concorrente 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.

## **7. CLASSIFICAÇÕES**

### TRIATLO JOVEM DE VISEU

- Classificação por Escalões/Género;
- Classificação por Equipas/Clubes (soma dos pontos de todos os atletas licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, femininos e masculinos, inscritos em representação de uma mesma Equipa/Clube).

### TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU

- Classificação Geral Absoluta;
- Classificação Geral Absoluta/Género.

### III VISEU TRIATHLON

- Classificação Geral Absoluta;
- Classificação Geral Absoluta/Género;
- Classificação por Equipas/Clubes (Soma dos tempos obtidos pelos 3 melhores atletas inscritos em representação de um mesmo Clube/Equipas);

## **8. PROTESTOS**

- Podem ser efectuados por todos os agentes desportivos directamente envolvidos;
- São presentes ao Árbitro Chefe de Equipa até 15 min após a publicação dos Resultados Oficiais Provisórios;
- Os protestos são efectuados por escrito e entregues, acompanhados de uma taxa de 25 €, ao Delegado Técnico à prova, que o receberá anotando-lhe a hora da recepção;
- A taxa será sempre devolvida se o protesto for decidido favoravelmente.

## **9. JÚRI DE APELO**

- Será constituído por um representante da FTP, o Delegado Técnico e um representante da Organização.

## **10. PRÉMIOS**

- Troféus e Medalhas, individuais e coletivos, de acordo com as tabelas em anexo;
- Na atribuição dos prémios é obrigatória a presença dos atletas;

- Oferta de brindes e lembranças a todos os participantes.

## 11. INSCRIÇÕES

### PRAZO DE INSCRIÇÃO

- Até às 24h00 de 2ª feira, dia 20 de Maio de 2019.

### FORMA DE INSCRIÇÃO

- TRIATLO JOVEM DE VISEU: Via internet, no site da Delegação Norte da FTP: [www.triatlonorte.pt](http://www.triatlonorte.pt);
- TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU: Via internet, em: [www.viseutriathlon.com](http://www.viseutriathlon.com);
- III VISEU TRIATHLON: Via internet em [www.viseutriathlon.com](http://www.viseutriathlon.com).

### INSCRIÇÃO NO DIA DA PROVA

- Os atletas que não cumpram o prazo de inscrição, podem inscrever-se no Secretariado a decorrer no dia e local da prova, mediante o pagamento de um valor que acresce ao valor da inscrição: TRIATLO JOVEM DE VISEU/5€; TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU/10€; e, III VISEU TRIATHLON/10€.

### FORMA DE PAGAMENTO RECOMENDADA

- TRIATLO JOVEM DE VISEU: Via internet, no site da Delegação Norte da FTP: [www.triatlonorte.pt](http://www.triatlonorte.pt);  
A referência multibanco para efectuar o pagamento tem uma validade de 48 horas com início no momento em que é gerada;  
Os pagamentos efetuados por outras formas que não a recomendada, têm um acréscimo de 1€;
- TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU: Via internet, em: [www.viseutriathlon.com](http://www.viseutriathlon.com);
- III VISEU TRIATHLON: Via internet em [www.viseutriathlon.com](http://www.viseutriathlon.com).

### VALIDAÇÃO

- TRIATLO JOVEM DE VISEU: As inscrições só serão consideradas válidas após pagamento das mesmas;  
O comprovativo de pagamento deverá ser enviado via e-mail ([triatlonorte@federacao-triatlo.pt](mailto:triatlonorte@federacao-triatlo.pt)), devendo indicar sempre o nome do Atleta ou do Clube/Associação quando vários Atletas.

### VALOR DE INSCRIÇÃO

- TRIATLO JOVEM DE VISEU:
  - Atletas Masculinos e Femininos federados na FTP – 0€ (Gratuito);
  - Atletas Masculinos e Femininos não federados na FTP – 5€ (inclui seguro de prova).
- TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU:
  - Atletas Masculinos e Femininos federados na FTP – 10€;
  - Atletas Masculinos e Femininos não federados na FTP – 15€ (inclui seguro de prova).
- III VISEU TRIATHLON:
  - Atletas Masculinos e Femininos federados na FTP – 45€; (tendo um acréscimo de 10€ em cada fase de inscrição);
  - Equipas de atletas federados na FTP que inscrevam 5 atletas em <https://viseutriathlon.com/inscricoes/> – terão uma inscrição extra ou duas caso na soma total tenham duas atletas femininas na sua composição.

### CANCELAMENTO E DEVOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO

- TRIATLO JOVEM DE VISEU: Depois do dia 20 de Maio de 2019, não se fazem devoluções;  
A devolução do valor de inscrição deve ser solicitada por email ([triatlonorte@federacao-triatlo.pt](mailto:triatlonorte@federacao-triatlo.pt)), com apresentação de Atestado Médico ou outro documento válido mediante a situação;
- TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU e III VISEU TRIATHLON: A devolução do valor de inscrição deve ser solicitada por email ([info@viseutriathlon.com](mailto:info@viseutriathlon.com)), reservando-se a organização ao respectivo julgamento conforme cada caso.

### CHIPS

- Os Atletas que não tenham chip próprio da FTP no dia de prova, terão de alugar no secretariado pelo valor de 2,5€, sendo ainda necessária a apresentação de uma caução de 20€ a ser devolvida no final da prova, após o Check-Out, mediante a devolução do respetivo chip no secretariado;
- A perda do Chip implica o pagamento de uma taxa de 20€.

## 12. CASOS OMISSOS

- Os casos omissos à Regulamentação da FTP serão resolvidos pelo Delegado Técnico.

## 13. OUTRAS INDICAÇÕES

- Conforme informação da Autoridade Antidopagem de Portugal (ADOP), os atletas, de qualquer idade, poderão ser sujeitos a controlo antidopagem no final do evento;
- Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificado quem não cumpra a totalidade do percurso;



MUNICÍPIO DE  
**VISEU**



- 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;
- O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo do percurso;
- No final, os atletas poderão tomar banho nos balneários do campo 1º Maio no Parque do Fontelo;
- Não deitar fora lixo ou equipamento pelo percurso, exceto em zonas claramente assinaladas tais como zonas de abastecimento ou de colocação de lixo; o atleta deve reter consigo, todos os itens de lixo e levá-los para o seu espaço na transição;
- Qualquer dificuldade de inscrição no TRIATLO JOVEM DE VISEU, contactar a Delegação Norte da Federação de Triatlo de Portugal:
  - triatlonorte@federacao-triatlo.pt
  - Tlm: 91 482 16 33 | Francisco Santos
- Qualquer dificuldade de inscrição no TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU e III VISEU TRIATHLON, contactar a organização:
  - info@viseutriathlon.com
  - Tlm: 962601932 | Jorge Leal
  - Tlm: 936286068 | Hélder Carvalho

#### 14. PRÉMIOS - Lista de Troféus e Medalhas

##### TRIATLO JOVEM DE VISEU

- Individualmente (por escalão e género, federados e não federados na Federação de Triatlo de Portugal), prémios a disputar pelos atletas residentes na Região Centro Norte (Aveiro, Coimbra, Guarda e Viseu) e Região Douro Norte (Braga, Bragança, Porto, Viana do Castelo e Vila Real) ou em representação de Equipas/Clubes sediados naquelas regiões, e de outros Países;
- Coletivamente, prémios a disputar pelas Equipas/Clubes e Grupos-Equipa Escolares licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, sediados nos Distritos referidos no ponto anterior.

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
Benjamins (nascidos em 2010, 2011 e 2012)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Infantis (nascidos em 2008 e 2009)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Iniciados (nascidos em 2006 e 2007)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Juvenis (nascidos em 2004 e 2005)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Cadetes (nascidos em 2002 e 2003)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Clubes/Equipas	1ª, 2ª, 3ª, 4ª e 5ª	

##### TRIATLO SUPER-SPRINT DE VISEU

##### GERAL

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
Absolutos	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª

##### III VISEU TRIATHLON

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
Absolutos	1º, 2º, 3º, 4º e 5º	1ª, 2ª, 3ª, 4ª e 5ª
Clubes/Equipas	1º, 2º, 3º, 4º e 5º	

#### 15. PRÉMIOS – Lista de Prémios Pecuniários

##### III VISEU TRIATHLON

**Meta Volante:** Atribuição de Prémio Monetário na meta volante instalada no ponto com as coordenadas: 40°43'1.04"N  
7°54'45.57"W

Absolutos	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
-----------	-------------	-------------



MUNICÍPIO DE  
**VISEU**



Clubes/Equipas	1ª, 2ª e 3ª
----------------	-------------

FIM DO REGULAMENTO