



II DUATLO DE SOURE

(Distância Sprint Estrada)

CAMPEONATO NORTE INDIVIDUAL DE DUATLO ESTRADA | Etapa Única
CAMPEONATO NORTE DE CLUBES DE DUATLO ESTRADA | 2ª Etapa
CAMPEONATO CENTRO NORTE INDIVIDUAL DE DUATLO ESTRADA | Etapa Única
CAMPEONATO CENTRO NORTE DE CLUBES DE DUATLO ESTRADA | 1ª Etapa
PROVA ABERTA

Sábado | 16 de Março de 2019 | 15H00

REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

- O DUATLO DE SOURE é uma organização da Câmara Municipal de Soure, com o apoio técnico da Delegação Norte da Federação de Triatlo de Portugal;
- Do Evento fazem parte um Duatlo Sprint disputado em Estrada, pontuável para o CAMPEONATO NORTE INDIVIDUAL DE DUATLO ESTRADA, CAMPEONATO NORTE DE CLUBES DE DUATLO ESTRADA, CAMPEONATO CENTRO NORTE INDIVIDUAL DE DUATLO ESTRADA e CAMPEONATO CENTRO NORTE DE CLUBES DE DUATLO ESTRADA;
- A participação no Duatlo de Soure é aberta, apenas, aos Atletas e Clubes licenciados na Federação de Triatlo de Portugal.
- Inscrições, Percursos, Altimetrias, Resultados e outras informações, em: www.triatlonorte.pt.

2. LOCAIS e PROGRAMA-HORÁRIO

SECRETARIADO

- Instalado no Espaço Finisterra;
- Coordenadas GPS do local: 40°3'28.83"N 8°37'28.44"W.

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

- Instalados no Parque dos Bacos;
- Coordenadas GPS do local: 40° 3'23.58"N 8°37'42.79"W.

PROGRAMA-HORÁRIO

SÁBADO

10h00 às 11h00: Secretariado;

13h00 às 14h30: Secretariado;

13h40 às 14h40: Verificação técnica de material e colocação do mesmo no PT;

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados;

14h45: Hora limite de permanência de atletas no PT;

15h00: Início do II DUATLO DE SOURE;

16h00: Hora estimada de chegada do vencedor absoluto;

17h00: Entrega de Prémios;

17h30: Hora limite para conclusão da prova;
Final da Prova.

- 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

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

| | |
|--|---------------------------------------|
| Juvenis (nascidos em 2004 e 2005) | Apenas podem participar por Estafetas |
| Cadetes (nascidos em 2002 e 2003) | Corrida Inicial – 5 km (2V) |
| Juniores (nascidos em 2000 e 2001) | |
| 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 –20 Km (2V) |



| | |
|---|-----------------------------|
| Grupo de Idades 40-44 (nascidos entre 1975 e 1979) | Corrida Final – 2,5 km (1V) |
| Grupo de Idades 45-49 (nascidos entre 1970 e 1974) | |
| Grupo de Idades 50-54 (nascidos entre 1965 e 1969) | |
| 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

- Corrida Inicial: Percurso misto de alcatrão, paralelo e terra batida, realizado em 2 voltas.
- Ciclismo: Percurso em alcatrão, realizado em 2 voltas.
- Corrida Final: O mesmo percurso da Corrida Inicial, realizado em 1 volta.

5. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

- No início da 2ª volta da Corrida Inicial;
- No início da Corrida Final;
- No final da Prova/Zona de recuperação (sólidos e líquidos);
- Locais assinalados no croqui online da prova em OUTRAS INFORMAÇÕES.

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);
- Ver regulamentos em vigor em:
<http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/a-federacao/estatutos/>

CICLISMO

- É permitido andar na roda;
- É permitida a utilização de roda 29;
- 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 travões de disco;
- É permitida a participação de bicicletas de estrada com avanços, respeitando o seguinte:
 - Os avanços de guiador não podem exceder 15 cm além do eixo da roda da frente;
 - Não ultrapassar a linha imaginária que une as alavancas dos travões;
 - As suas extremidades têm de estar ligadas entre si por um material sólido consistente;
 - Os comandos dos travões devem estar direcionados para trás;
 - São permitidos apoios de cotovelos.

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

- Classificação Geral Absoluta;
- Classificação Geral Absoluta/Género/Delegação Norte;



- Classificação por Grupos de Idades/Género/Delegação Norte;
- Classificação por Clubes/Equipas/Delegação Norte (Soma dos tempos obtidos pelos 3 melhores atletas licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, inscritos em representação de um mesmo Clube/Equipa);
- Classificação Geral Absoluta/Género/Região Centro Norte;
- Classificação por Grupos de Idades/Género/Região Centro Norte;
- Classificação por Clubes/Equipas/Região Centro Norte (Soma dos tempos obtidos pelos 3 melhores atletas licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, inscritos em representação de um mesmo Clube/Equipa);
- Classificação Geral Absoluta/Género/Outras Regiões;
- Classificação por Clubes/Equipas/Outras Regiões (Soma dos tempos obtidos pelos 3 melhores atletas licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, inscritos em representação de um mesmo Clube/Equipa);

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 11 de Março de 2019.

FORMA DE INSCRIÇÃO

- Via internet, no site da Delegação Norte da FTP: www.triatlonorte.pt.

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 10€ que acresce ao valor da inscrição.

FORMA DE PAGAMENTO RECOMENDADA

- Via internet, no site da Delegação Norte da FTP: www.triatlonorte.pt;
- A referência multibanco para efectuar o pagamento tem uma validade de 48 horas;
- Os pagamentos efetuados por outras formas que não a recomendada, têm um acréscimo de 1€.

VALIDAÇÃO

- As inscrições só serão consideradas válidas após pagamento das mesmas;
- O comprovativo de pagamento deverá ser enviado via e-mail (triatlonorte@federacao-triatlo.pt), devendo indicar sempre o nome do Atleta ou do Clube/Associação quando vários Atletas e a prova a que se refere.

VALOR DE INSCRIÇÃO

- Atletas Masculinos e Femininos federados na FTP – 15€.

CANCELAMENTO E DEVOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO

- Depois do dia 11 de Março de 2019, não se fazem devoluções;
- A devolução do valor de inscrição deve ser solicitada por email (triatlonorte@federacao-triatlo.pt), com apresentação de Atestado Médico ou outro documento válido mediante a situação.

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;
- 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 no Pavilhão Encosta do Sol de Soure;
- 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 na prova, contatar a Delegação Norte da Federação de Triatlo de Portugal:
 - triatlonorte@federacao-triatlo.pt
 - Tlm: 91 482 16 33 | Francisco Santos

14. PRÉMIOS - Lista de Troféus e Medalhas

- CAMPEONATO NORTE INDIVIDUAL DE DUATLO ESTRADA

| ESCALÕES | MASCULINOS | FEMININOS |
|--|----------------|----------------|
| Absolutos | 1 ^o | 1 ^a |
| Cadetes (nascidos em 2002 e 2003) | 1 ^o | 1 ^a |
| Juniões (nascidos em 2000 e 2001) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 20-24 (nascidos entre 1995 e 1999) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 25-29 (nascidos entre 1990 e 1994) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 30-34 (nascidos entre 1985 e 1989) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 35-39 (nascidos entre 1980 e 1984) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 40-44 (nascidos entre 1975 e 1979) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 45-49 (nascidos entre 1970 e 1974) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 50-54 (nascidos entre 1965 e 1969) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 55-59 (nascidos entre 1960 e 1964) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 60-64 (nascidos entre 1955 e 1959) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 65-69 (nascidos entre 1950 e 1954) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 70-74 (nascidos entre 1945 e 1949) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 75-79 (nascidos entre 1940 e 1944) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 80-84 (nascidos entre 1935 e 1939) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 85-89 (nascidos entre 1930 e 1934) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 90-94 (nascidos entre 1925 e 1929) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 95-99 (nascidos entre 1920 e 1924) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idade 100 e mais (nascidos em 1919 e antes) | 1 ^o | 1 ^a |
| Paratriatlo Escalão a definir à data da prova | 1 ^o | 1 ^a |
| Paratriatlo Escalão a definir à data da prova | 1 ^o | 1 ^a |
| Paratriatlo Escalão a definir à data da prova | 1 ^o | 1 ^a |

- CAMPEONATO CENTRO NORTE INDIVIDUAL DE DUATLO ESTRADA

| ESCALÕES | MASCULINOS | FEMININOS |
|--|----------------|----------------|
| Absolutos | 1 ^o | 1 ^a |
| Cadetes (nascidos em 2002 e 2003) | 1 ^o | 1 ^a |
| Juniões (nascidos em 2000 e 2001) | 1 ^o | 1 ^a |
| Grupo de Idades 20-24 (nascidos entre 1995 e 1999) | 1 ^o | 1 ^a |



| | | |
|--|----|----|
| Grupo de Idades 25-29 (nascidos entre 1990 e 1994) | 1º | 1ª |
| Grupo de Idades 30-34 (nascidos entre 1985 e 1989) | 1º | 1ª |
| Grupo de Idades 35-39 (nascidos entre 1980 e 1984) | 1º | 1ª |
| Grupo de Idades 40-44 (nascidos entre 1975 e 1979) | 1º | 1ª |
| Grupo de Idades 45-49 (nascidos entre 1970 e 1974) | 1º | 1ª |
| Grupo de Idades 50-54 (nascidos entre 1965 e 1969) | 1º | 1ª |
| Grupo de Idades 55-59 (nascidos entre 1960 e 1964) | 1º | 1ª |
| Grupo de Idades 60-64 (nascidos entre 1955 e 1959) | 1º | 1ª |
| Grupo de Idades 65-69 (nascidos entre 1950 e 1954) | 1º | 1ª |
| Grupo de Idades 70-74 (nascidos entre 1945 e 1949) | 1º | 1ª |
| Grupo de Idades 75-79 (nascidos entre 1940 e 1944) | 1º | 1ª |
| Grupo de Idades 80-84 (nascidos entre 1935 e 1939) | 1º | 1ª |
| Grupo de Idades 85-89 (nascidos entre 1930 e 1934) | 1º | 1ª |
| Grupo de Idades 90-94 (nascidos entre 1925 e 1929) | 1º | 1ª |
| Grupo de Idades 95-99 (nascidos entre 1920 e 1924) | 1º | 1ª |
| Grupo de Idade 100 e mais (nascidos em 1919 e antes) | 1º | 1ª |

| | | |
|---|----|----|
| Paratriatlo Escalão a definir à data da prova | 1º | 1ª |
| Paratriatlo Escalão a definir à data da prova | 1º | 1ª |
| Paratriatlo Escalão a definir à data da prova | 1º | 1ª |

• DUATLO DE SOURE

| ESCALÕES | MASCULINOS | FEMININOS |
|----------|------------|-----------|
|----------|------------|-----------|

GERAL

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

DELEGAÇÃO NORTE

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

| | | |
|--|-------------|-------------|
| Cadetes (nascidos em 2002 e 2003) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Juniões (nascidos em 2000 e 2001) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idades 20-24 (nascidos entre 1995 e 1999) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idades 25-29 (nascidos entre 1990 e 1994) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idades 30-34 (nascidos entre 1985 e 1989) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idades 35-39 (nascidos entre 1980 e 1984) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idades 40-44 (nascidos entre 1975 e 1979) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idades 45-49 (nascidos entre 1970 e 1974) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idades 50-54 (nascidos entre 1965 e 1969) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idades 55-59 (nascidos entre 1960 e 1964) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idades 60-64 (nascidos entre 1955 e 1959) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idades 65-69 (nascidos entre 1950 e 1954) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idades 70-74 (nascidos entre 1945 e 1949) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idades 75-79 (nascidos entre 1940 e 1944) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idades 80-84 (nascidos entre 1935 e 1939) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idades 85-89 (nascidos entre 1930 e 1934) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idades 90-94 (nascidos entre 1925 e 1929) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idades 95-99 (nascidos entre 1920 e 1924) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Grupo de Idade 100 e mais (nascidos em 1919 e antes) | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |

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

OUTRAS REGIÕES

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

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



PARATRIATLO

| | | |
|-----------------------------------|-------------|-------------|
| Escalão a definir à data da prova | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Escalão a definir à data da prova | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |
| Escalão a definir à data da prova | 1º, 2º e 3º | 1ª, 2ª e 3ª |

15. PRÉMIOS – Lista de Prémios Pecuniários

- Prémios a disputar por todos os Atletas;
- As percentagens de qualidade a aplicar, relativamente ao tempo do primeiro classificado do respetivo género em prova, são: Masculinos: 5%; Femininos: 8%.

| INDIVIDUAL - MASCULINOS | | | | | | | | | | |
|--|-----|-----|-----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Nº de Atletas dentro da (%) de Qualidade | | | | | | | | | | |
| | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1º | | | | 125 € | 132 € | 142 € | 159 € | 190 € | 258 € | 480 € |
| 2º | | | | 90 € | 97 € | 107 € | 124 € | 155 € | 223 € | |
| 3º | | | | 70 € | 77 € | 87 € | 104 € | 135 € | | |
| 4º | | | | 60 € | 67 € | 77 € | 94 € | | | |
| 5º | | | | 50 € | 57 € | 67 € | | | | |
| 6º | | | | 45 € | 52 € | | | | | |
| 7º | | | | 40 € | | | | | | |
| | 0 € | 0 € | 0 € | 480 € | 480 € | 480 € | 480 € | 480 € | 480 € | 480 € |
| TOTAL | | | | | | | | | | 480 € |

| INDIVIDUAL - FEMININOS | | | | | | | | | | |
|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|-------|-------|
| Nº de Atletas dentro da (%) de Qualidade | | | | | | | | | | |
| | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1º | | | | | | | | 125 € | 160 € | 270 € |
| 2º | | | | | | | | 90 € | 125 € | |
| 3º | | | | | | | | 70 € | | |
| | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 0 € | 285 € | 285 € | 270 € |
| TOTAL | | | | | | | | | | 270 € |

FIM DO REGULAMENTO