



III TRIATLO DE ÁGUEDA
TRIATLO SPRINT ESTRADA
(Apenas Bicicletas de Estrada)

CAMPEONATO NORTE DE CLUBES DE TRIATLO ESTRADA | 6ª e última Etapa
CAMPEONATO CENTRO NORTE DE CLUBES TRIATLO ESTRADA | 5ª Etapa
PROVA ABERTA

Domingo | 29 de Setembro 2019 | 10H00

DUATLO SPRINT PROMOÇÃO
(Podem participar Bicicletas de BTT)
PROVA ABERTA

Domingo | 29 de Setembro 2019 | 10H15

REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

- O Evento TRIATLO DE ÁGUEDA 2019 é uma organização do Desportivo Atlético de Recardães em parceria com a Câmara Municipal de Águeda, com o apoio técnico da Delegação Norte da Federação de Triatlo de Portugal;
- Do Evento fazem parte o Triatlo Sprint disputado em Estrada, pontuável para o CAMPEONATO NORTE DE CLUBES DE TRIATLO ESTRADA, CAMPEONATO CENTRO NORTE DE CLUBES DE TRIATLO ESTRADA; e, um Duatlo Sprint Promoção;
- É permitida a participação de atletas não federados na Federação de Triatlo de Portugal;
- Inscrições, Percursos, Altimetrias, Resultados e outras informações, em: WWW.TRIATLONORTE.PT.

2. LOCAIS e PROGRAMA-HORÁRIO

- O Evento TRIATLO DE ÁGUEDA 2019, decorrerá na Cidade de Águeda; a natação realizar-se-á no Rio Águeda; o ciclismo, nas Ruas e Avenidas no centro da Cidade; e, a corrida, no passeio ao longo da margem norte do Rio Águeda;
- **SECRETARIADO, PARQUE DE TRANSIÇÃO (PT) E CHEGADAS/META:**
Instalados no Largo 1º de Maio – Águeda, com as coordenadas GPS/Link [40°34'14.63"N 8°26'44.11"W](https://www.google.com/maps/place/40°34'14.63\);
- **PARTIDA DO TRIATLO:**
Ocorrerá no Rio Águeda, com as coordenadas GPS/Link [40°34'14.85"N 8°26'47.61"W](https://www.google.com/maps/place/40°34'14.85\);
- **PARTIDA DO DUATLO:**
Ocorrerá na estrada do estacionamento do Largo 1º de Maio – Águeda, com as coordenadas GPS/Link [40°34'16.78"N 8°26'41.87"W](https://www.google.com/maps/place/40°34'16.78\);
- **ABASTECIMENTOS:**
Locais assinalados no croqui online da prova em [OUTRAS INFORMAÇÕES](#);
- **WC's:**
Locais assinalados no croqui online da prova em [OUTRAS INFORMAÇÕES](#);

PROGRAMA-HORÁRIO

SÁBADO | 28 SETEMBRO 2019

18h00 às 20h00: Secretariado;

DOMINGO | 29 SETEMBRO 2019

08h00 às 09h30: Secretariado;

08h10 às 09h40: Check-In;

Verificação técnica de material e colocação do mesmo no PT);

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados;

09h45: Hora limite de permanência de atletas no PT;

Briefing aos atletas;

10h00: Início do III TRIATLO DE ÁGUEDA | Masculinos;

10h05: Início do III TRIATLO DE ÁGUEDA | Femininos;

10h15: Início do DUATLO SPRINT PROMOÇÃO;

11h05: Hora estimada de chegada dos vencedores absolutos do III TRIATLO DE ÁGUEDA;

12h30: Entrega de Prémios;

Hora limite para conclusão das provas;

Final das Provas.

- Os horários poderão ser sujeitos a alterações;



- Após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo e mediante comunicação prévia da organização, os atletas poderão aceder e 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/GRUPOS DE IDADES e DISTÂNCIAS

III TRIATLO DE ÁGUEDA

- Os Escalões Etários/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)	Natação – 750 m (1V)
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 – 18,5 Km (2V)
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 – 4,8 km (3V)
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)	

DUATLO SPRINT PROMOÇÃO

- Os Escalões Etários/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 – 4,8 km (3V)
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 – 18,5 Km (2V)
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 Final – 1,87 km (1V)
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

III TRIATLO DE ÁGUEDA

- Natação: Percurso balizado no Rio Águeda, realizado em 1 volta;
- Ciclismo: Percurso em alcatrão, realizado em 2 voltas;
- Corrida: Percurso misto de alcatrão e paralelo, realizado em 3 voltas.

DUATLO SPRINT PROMOÇÃO



- Corrida Inicial: Percurso misto de alcatrão e paralelo, realizado em 3 voltas;
- Ciclismo: Percurso em alcatrão, realizado em 2 voltas;
- Corrida Final: Percurso igual ao da Corrida Inicial, realizado em 1 volta.

5. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

- Locais assinalados no croqui online 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 adotadas 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/>

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

- 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 respetivo 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;
- Só é permitida a participação de bicicletas todo-o-terreno no Duatlo Sprint Promoção;
- 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 respetivo 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. ESTAFETAS

- Serão compostas por grupos de 2 ou 3 participantes não federados na FTP, os quais darão cumprimento aos 3 segmentos da prova no formato de Estafeta;
- Todos os atletas que participam nas estafetas terão de respeitar a zona de transmissão dos testemunhos sob pena de desqualificação.

8. CLASSIFICAÇÕES

III TRIATLO DE ÁGUEDA

- 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);
- Classificação por Estafetas.

DUATLO SPRINT PROMOÇÃO

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

9. 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, anotando a hora da receção;
- Os protestos são efectuados por escrito e entregues, acompanhados de uma taxa de 25 €;
- A taxa será devolvida se o protesto for decidido favoravelmente.

10. JÚRI DE COMPETIÇÃO

- O Júri de Competição é responsável por receber, deliberar e decidir, sobre todos e quaisquer protestos devidamente apresentados. As resoluções desses protestos poderão levar a uma modificação dos Resultados Oficiais.
- Será constituído por três individualidades:
Presidente: Delegado Técnico da prova;
Vogal: Representante da FTP;
Vogal: Representante da Organização Local.

11. 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.

12. INSCRIÇÕES

PRAZO DE INSCRIÇÃO

- Até às 24h00 de 2ª feira, dia 23 de Setembro 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 efetuar o pagamento tem uma validade de 48 horas com início no momento em que é gerada;

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/Equipa quando vários Atletas.

VALOR DE INSCRIÇÃO

- III TRIATLO DE ÁGUEDA
 - Atletas Masculinos e Femininos federados na FTP – 15€;
 - Atletas Masculinos e Femininos não federados na FTP – 20€;
 - Equipas de estafeta (2 elementos não federados na FTP) – 20€;
 - Equipas de estafeta (3 elementos não federados na FTP) – 30€;



- **DUATLO SPRINT PROMOÇÃO**
 - Atletas Masculinos e Femininos federados na FTP – 10€;
 - Atletas Masculinos e Femininos não federados na FTP – 15€;
 - Equipas de estafeta (2 elementos não federados na FTP) – 15€;

CANCELAMENTO E DEVOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO

- Depois do dia 23 de Setembro 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€.

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; local a designar no dia 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 dos Bombeiros Voluntários de Águeda, com as coordenadas GPS/Link [40°34'17.36\"N 8°26'38.27\"W](https://www.google.com/maps/place/40°34'17.36\);
- 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, 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

III TRIATLO DE ÁGUEDA

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
GERAL		
Absolutos	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
DELEGAÇÃO NORTE		
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	1ª, 2ª e 3ª
----------------	-------------

PARATRIATLO

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

NÃO FEDERADOS

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

Estafetas Absolutas	1ª, 2ª e 3ª
---------------------	-------------

DUATLO SPRINT PROMOÇÃO

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

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

Estafetas Absolutas	1ª, 2ª e 3ª
---------------------	-------------

15. CASOS OMISSOS

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

FIM DO REGULAMENTO