

III DUATLO CROSS DO SICÓ DUATLO SPRINT BTT

(Distância Sprint | Apenas Bicicletas de BTT)

Corrida Inicial – 5,7 KM (2V) | Ciclismo em BTT – 21 KM (2V) | Corrida Final – 2,7 KM (1V)

CAMPEONATO NORTE DE CLUBES DE DUATLO CROSS | 1ª Etapa

CAMPEONATO CENTRO NORTE DE CLUBES DE DUATLO CROSS | 1ª Etapa

PROVA ABERTA

Sábado | 07 de Março de 2020 | 15H00

DUATLO SUPER-SPRINT BTT

(Juvenis e escalões seguintes (Nascidos em 2005 e antes)

Corrida Inicial – 2,85 KM (1V) | Ciclismo em BTT – 10,5 KM (1V) | Corrida Final – 2,7 KM (1V)

CIRCUITO DISTRITAL DE COIMBRA

PROVA ABERTA

Sábado | 07 de Março de 2020 | 14H30

REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

- O DUATLO DO SICÓ é uma organização da Associação de Jovens da Freguesia de Zambujal em parceria com a Junta de Freguesia de Zambujal – Condeixa, com o apoio técnico da Delegação Norte da Federação de Triatlo de Portugal;
- Do Evento fazem parte um Duatlo Sprint disputado em BTT, pontuável para o CAMPEONATO NORTE DE DUATLO CROSS e CAMPEONATO CENTRO NORTE DE DUATLO CROSS; e, um Duatlo Super-Sprint disputado em BTT, pontuável para o CIRCUITO DISTRITAL DE COIMBRA;
- Inscrições, Percursos, Altimetrias, Resultados e outras informações, em: www.triatlonorte.pt.

2. LOCAIS e PROGRAMA-HORÁRIO

- O Evento DUATLO CROSS DO SICÓ 2020, decorrerá na Freguesia de Zambujal – Condeixa, com o centro das atenções situado junto à Sede da Junta de Freguesia do Zambujal – Condeixa.

SECRETARIADO

- Durante a manhã, instalado na Sede da Associação de Jovens da Freguesia de Zambujal (Edifício da Escola, Rua da Escola Primária, 3150 – 334 Zambujal); coordenadas GPS do local e Link: [40°3'32.04"N 8°26'48.27"W](https://www.google.com/maps/place/40°3'32.04\);
- Depois, junto à Chegada/Meta; coordenadas GPS do local e Link: [40°3'19.92"N 8°26'46.10"W](https://www.google.com/maps/place/40°3'19.92\).

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

- Instalados no Largo da Igreja da Freguesia de Zambujal;
- Coordenadas GPS do local e Link: [40°3'19.92"N 8°26'46.10"W](https://www.google.com/maps/place/40°3'19.92\).

ABASTECIMENTOS:

Locais assinalados no croqui online da prova; Link [OUTRAS INDICAÇÕES](#);

WC's/INSTALAÇÕES SANITÁRIAS:

Locais assinalados no croqui online da prova; Link [OUTRAS INDICAÇÕES](#);

PROGRAMA-HORÁRIO

SÁBADO | 07 MARÇO 2020

10h00 às 11h30: Secretariado;

13h00 às 14h00: Secretariado;

13h10 às 14h10: Verificação técnica de material e colocação do mesmo no PT;

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados;

14h15: Hora limite de permanência de atletas no PT;

14h30: Início do DUATLO SUPER-SPRINT BTT;

15h00: Início do DUATLO SPRINT BTT;

15h20: Hora estimada de chegada do vencedor absoluto do Duatlo Super-Sprint BTT;

16h30: Hora estimada de chegada do vencedor absoluto do Duatlo Sprint BTT;

17h00: Entrega de Prémios;

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

- 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 e DISTÂNCIAS

DUATLO SUPER-SPRINT BTT

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

Juvenis e escalões seguintes (nascidos em 2005 e antes)	Corrida Inicial – 2,85 km (1V) BTT – 10,5 Km (1V) Corrida Final – 2,7 m (1V)
---	--

DUATLO SPRINT BTT

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

Juvenis (nascidos em 2005 e 2006)	Apenas podem participar por Estafetas	
Cadetes (nascidos em 2003 e 2004)	Corrida Inicial – 5,7 km (2V)	
Juniores (nascidos em 2001 e 2002)		
Grupo de Idades 20-24 (nascidos entre 1996 e 2000)		
Grupo de Idades 25-29 (nascidos entre 1991 e 1995)		
Grupo de Idades 30-34 (nascidos entre 1986 e 1990)		
Grupo de Idades 35-39 (nascidos entre 1981 e 1985)		
Grupo de Idades 40-44 (nascidos entre 1976 e 1980)		
Grupo de Idades 45-49 (nascidos entre 1971 e 1975)		
Grupo de Idades 50-54 (nascidos entre 1966 e 1970)		
Grupo de Idades 55-59 (nascidos entre 1961 e 1965)		Ciclismo –21 Km (2V)
Grupo de Idades 60-64 (nascidos entre 1956 e 1960)		
Grupo de Idades 65-69 (nascidos entre 1951 e 1955)		
Grupo de Idades 70-74 (nascidos entre 1946 e 1950)		Corrida Final – 2,7 km (1V)
Grupo de Idades 75-79 (nascidos entre 1941 e 1945)		
Grupo de Idades 80-84 (nascidos entre 1936 e 1940)		
Grupo de Idades 85-89 (nascidos entre 1931 e 1935)		
Grupo de Idades 90-94 (nascidos entre 1926 e 1930)		
Grupo de Idades 95-99 (nascidos entre 1921 e 1925)		
Grupo de Idades 100 e mais anos (nascidos em 1920 e antes)		

4. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

DUATLO SUPER-SPRINT BTT

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

DUATLO SPRINT BTT

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

5. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

DUATLO SUPER-SPRINT BTT

- Locais assinalados no croqui online da prova; Link [OUTRAS INDICAÇÕES](#).
- No início da Corrida Final;
- No final da Prova/Zona de recuperação (sólidos e líquidos).

DUATLO SPRINT BTT

- Locais assinalados no croqui online da prova; Link [OUTRAS INDICAÇÕES](#).
- No início da 2ª volta da Corrida Inicial;
- No início da Corrida Final;

- 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/>

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;

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. ESTAFETAS

DUATLO SPRINT BTT

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

8. CLASSIFICAÇÕES

DUATLO SUPER-SPRINT BTT

- Classificação Geral Absoluta;
- Classificação Geral Absoluta/Género;
- Classificação por Grupos de Idades/Género.

DUATLO SPRINT BTT

- Classificação Geral Absoluta;
- CAMPEONATO NORTE DE CLUBES DE DUATLO CROSS
 - Classificação Geral Absoluta/Género;
 - Classificação por Grupos de Idades/Género;
 - Classificação por Clubes/Equipas/Género (Soma dos tempos obtidos pelos 3 melhores atletas licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, inscritos em representação de um mesmo Clube/Equipa);
- CAMPEONATO CENTRO NORTE DE CLUBES DE DUATLO CROSS
 - Classificação Geral Absoluta/Género;
 - Classificação por Grupos de Idades/Género;
 - Classificação por Clubes/Equipas/Género (Soma dos tempos obtidos pelos 3 melhores atletas licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, inscritos em representação de um mesmo Clube/Equipa);
- OUTRAS REGIÕES
 - Classificação Geral Absoluta/Género.
- NÃO FEDERADOS
 - 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;

- 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.

10. JÚRI DE COMPETIÇÃO

- O Júri de Competição é formado por três elementos:
Presidente: DT 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 02 de Março de 2020.

FORMA DE INSCRIÇÃO

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

INSCRIÇÃO NO DIA DA PROVA

- DUATLO SUPER-SPRINT BTT

- 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 5€ que acresce ao valor da inscrição;

- DUATLO SPRINT BTT

- 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/Associação quando vários Atletas e a prova a que se refere.

VALOR DE INSCRIÇÃO

- DUATLO SUPER-SPRINT BTT

- Atletas Masculinos e Femininos federados na FTP – 5€ (Inclui chip);
- Atletas Masculinos e Femininos não federados na FTP – 10€ (Inclui seguro de prova e chip);
- Atletas Masculinos e Femininos federados em Federações Estrangeiras – 10€ (Inclui seguro de prova e chip);

- DUATLO SPRINT BTT

- Atletas Masculinos e Femininos federados na FTP – 15€;
- Atletas Masculinos e Femininos não federados na FTP – 20€ (Inclui seguro de prova e chip);
- Atletas Masculinos e Femininos federados em Federações Estrangeiras – 20€ (Inclui seguro de prova e chip);
- Equipas de estafeta (2 elementos não federados na FTP) – 25€ (Inclui seguro de prova e chip).

CANCELAMENTO E DEVOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO

- Depois do dia 02 de Março de 2020, 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

- A perda do Chip implica o pagamento de uma taxa de 20€.

- DUATLO SUPER-SPRINT BTT

- ATLETAS FEDERADOS NA FTP:

- Quem não tiver chip próprio da FTP no dia de prova, é necessária a apresentação de uma caução de 20€ (em substituição, o cartão de cidadão, carta de condução ou outro documento válido) que será devolvida no final da prova e após o Check-Out, mediante a devolução do respetivo chip no secretariado;

- ATLETAS NÃO FEDERADOS NA FTP:

- O chip está incluído no valor a pagar pela inscrição na prova;

- É necessária a apresentação de uma caução de 20€ (em substituição, o cartão de cidadão, carta de condução ou outro documento válido) que será devolvida no final da prova e após o Check-Out, mediante a devolução do respetivo chip no secretariado;
- **ATLETAS FEDERADOS EM FEDERAÇÕES ESTRANGEIRAS:**
 - O chip está incluído no valor a pagar pela inscrição na prova;
 - É necessária a apresentação de uma caução de 20€ (em substituição, o cartão de cidadão, carta de condução ou outro documento válido) que será devolvida no final da prova e após o Check-Out, mediante a devolução do respetivo chip no secretariado.
- **DUATLO SPRINT BTT**
 - **ATLETAS FEDERADOS NA FTP:**
 - Quem não tiver chip próprio da FTP no dia de prova, terá de alugar pelo valor de 2,5€ no secretariado;
 - É necessária a apresentação de uma caução de 20€ (em substituição, o cartão de cidadão, carta de condução ou outro documento válido) que será devolvida no final da prova e após o Check-Out, mediante a devolução do respetivo chip no secretariado;
 - **ATLETAS NÃO FEDERADOS NA FTP:**
 - O chip está incluído no valor a pagar pela inscrição na prova;
 - É necessária a apresentação de uma caução de 20€ (em substituição, o cartão de cidadão, carta de condução ou outro documento válido) que será devolvida no final da prova e após o Check-Out, mediante a devolução do respetivo chip no secretariado;
 - **ATLETAS FEDERADOS EM FEDERAÇÕES ESTRANGEIRAS:**
 - O chip está incluído no valor a pagar pela inscrição na prova;
 - É necessária a apresentação de uma caução de 20€ (em substituição, o cartão de cidadão, carta de condução ou outro documento válido) que será devolvida no final da prova e após o Check-Out, mediante a devolução do respetivo chip no secretariado;

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 da Associação de Jovens da Freguesia de Zambujal; Coordenadas GPS do local e Link: ;
- Não deixar 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;
- Organizador:
 - Edifício da Escola, Rua da Escola Primária, 3150 – 334 Zambujal – Condeixa
 - Nelson Filipe | ajfzambujal@gmail.com
 - Fernando Vilela | fernando.vilela@schindler.com
- Qualquer assunto ou 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

DUATLO SUPER-SPRINT BTT

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

DUATLO SPRINT BTT

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

GERAL

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

CAMPEONATO NORTE DE CLUBES DE DUATLO CROSS

Cadetes (nascidos em 2003 e 2004)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Juniores (nascidos em 2001 e 2002)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 20-24 (nascidos entre 1996 e 2000)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 25-29 (nascidos entre 1991 e 1995)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 30-34 (nascidos entre 1986 e 1990)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 35-39 (nascidos entre 1981 e 1985)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 40-44 (nascidos entre 1976 e 1980)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 45-49 (nascidos entre 1971 e 1975)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 50-54 (nascidos entre 1966 e 1970)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 55-59 (nascidos entre 1961 e 1965)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 60-64 (nascidos entre 1956 e 1960)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 65-69 (nascidos entre 1951 e 1955)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 70-74 (nascidos entre 1946 e 1950)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 75-79 (nascidos entre 1941 e 1945)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 80-84 (nascidos entre 1936 e 1940)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 85-89 (nascidos entre 1931 e 1935)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 90-94 (nascidos entre 1926 e 1930)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 95-99 (nascidos entre 1921 e 1925)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 100 e mais anos (nascidos em 1920 e antes)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª

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

NÃO FEDERADOS

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

Estafetas Femininas	1ª, 2ª e 3ª
Estafetas Masculinas	1ª, 2ª e 3ª
Estafetas Mistas	1ª, 2ª e 3ª

OUTRAS REGIÕES

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

PARATRIATLO

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

15. CASOS OMISSOS

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

16. ATUALIZAÇÃO DO REGULAMENTO

- Última atualização realizada em 12 de Fevereiro de 2020.

FIM DO REGULAMENTO