



### III DUATLO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

(Distância Sprint Estrada)

CIRCUITO NORTE DUATLO ESTRADA | 1ª Etapa

CIRCUITO DOURO NORTE DUATLO | 2ª Etapa

Domingo | 10 de Março de 2019 | 10H00

### III DUATLO JOVEM DE VILA NOVA DE CERVEIRA

(Distância Jovens BTT)

CIRCUITO NORTE JOVEM | 1ª Etapa

CIRCUITO DOURO NORTE JOVEM | 1ª Etapa

Domingo | 10 de Março de 2019 | 14H30

### DUATLO PROMOÇÃO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

(Distância Sprint BTT)

Domingo | 10 de Março de 2019 | No final das Provas Jovens

## REGULAMENTO

### 1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

- O DUATLO DE VILA NOVA DE CERVEIRA é uma organização da Pedalarte em parceria com a Câmara Municipal de Vila Nova de Cerveira, 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 CIRCUITO NORTE DUATLO ESTRADA e CIRCUITO DOURO NORTE DUATLO; um Duatlo Jovem BTT, pontuável para o CIRCUITO NORTE JOVEM e CIRCUITO DOURO NORTE JOVEM; e, um Duatlo Promoção;
- Inscrições, Percursos, Altimetrias, Resultados e outras informações, em: [www.triatlonorte.pt](http://www.triatlonorte.pt).

### 2. LOCAIS e PROGRAMA-HORÁRIO

#### SECRETARIADO

- Instalado no antigo edifício dos Bombeiros, na rua 25 de Abril ao lado dos Paços do Concelho;
- Coordenadas GPS do local: 41°56'22.68"N 8°44'36.54"W.

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

- Instalados no Largo do Terreiro - Praça da Liberdade;
- Coordenadas GPS do local: 41°56'25.70"N 8°44'37.22"W.

#### PROGRAMA-HORÁRIO

##### SÁBADO

18h00 às 20h00: Secretariado.

##### DOMINGO

#### DUATLO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

08h30 às 09h30: Secretariado;

08h40 às 09h40: 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;

10h00: Início do III DUATLO DE VILA NOVA DE CERVEIRA;

11h10: Hora estimada de chegada do vencedor absoluto;

12h00: Entrega de Prémios;

12h30: Hora limite para conclusão da prova;

Final da Prova.

#### DUATLO JOVEM DE VILA NOVA DE CERVEIRA

#### DUATLO PROMOÇÃO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

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 III DUATLO JOVEM e DUATLO PROMOÇÃO DE VILA NOVA DE CERVEIRA;

17h30: Entrega de Prémios;

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

#### DUATLO JOVEM DE VILA NOVA DE CERVEIRA

- 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)	Corrida Inicial – 200 m (1V)   BTT – 1 Km (1V)   Corrida Final – 200 m (1V)
Infantis (nascidos em 2008 e 2009)	Corrida Inicial – 400 m (1V)   BTT – 2 Km (1V)   Corrida Final – 400 m (1V)
Iniciados (nascidos em 2006 e 2007)	Corrida Inicial – 600 m (1V)   BTT – 3 Km (1V)   Corrida Final – 600 m (1V)
Juvenis (nascidos em 2004 e 2005)	Corrida Inicial – 1,2 km (1V)   BTT – 5 Km (2V)   Corrida Final – 600 m (1V)
Cadetes (nascidos em 2002 e 2003)	Corrida Inicial – 2 km (2V)   BTT – 8 Km (2V)   Corrida Final – 1 km (1V)

#### DUATLO PROMOÇÃO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

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

(nascidos em 2001 e antes)	Corrida Inicial – 2 km (2V)   BTT – 8 Km (2V)   Corrida Final – 1 km (1V)
----------------------------	---

#### DUATLO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

- 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 (3V)
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 – 2,5 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

#### DUATLO JOVEM DE VILA NOVA DE CERVEIRA

#### DUATLO PROMOÇÃO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

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

#### DUATLO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

- Corrida Inicial: Percurso em alcatrão e paralelo, realizado em 2 voltas.
- Ciclismo: Percurso em alcatrão, realizado em 3 voltas.
- Corrida Final: O mesmo percurso da Corrida Inicial, realizado em 1 volta mas, em sentido contrário.

### 5. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

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

#### DUATLO JOVEM DE VILA NOVA DE CERVEIRA

#### DUATLO PROMOÇÃO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

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

#### DUATLO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

- 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 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/>

#### DUATLO JOVEM DE VILA NOVA DE CERVEIRA

#### DUATLO PROMOÇÃO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

##### 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, haverá limitação de andamentos nas bicicletas de estrada e 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 de os Benjamins e Infantis receberem/entregarem as bicicletas dos/aos elementos que a organização designar.

##### 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.

#### DUATLO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

##### CICLISMO

- 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 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. ESTAFETAS**

#### DUATLO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

- Serão compostas por grupos de 2 participantes, 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 JOVEM DE VILA NOVA DE CERVEIRA

- Classificação por Escalões/Género;
- Classificação por Equipas (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).

### DUATLO PROMOÇÃO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

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

### DUATLO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

- 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/Equipas);
- 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/Equipas);
- 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 APELO

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

## 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 04 de Março de 2019.

### FORMA DE INSCRIÇÃO

- Via internet, no site da Delegação Norte da FTP: [www.triatlonorte.pt](http://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 um valor que acresce ao valor da inscrição: DUATLO DE V. N. CERVEIRA/10€; e, DUATLO JOVEM DE V. N. CERVEIRA/5€.

### FORMA DE PAGAMENTO RECOMENDADA

- 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;
- 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](mailto: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.

### CANCELAMENTO E DEVOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO

- Depois do dia 04 de Março 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.

### CHIPS

- Os Atletas sem chip da FTP, recebem um chip da organização no secretariado para realizar a sua prova, sendo ainda necessária a apresentação de uma caução de 20€ a ser devolvida no final da prova contra entrega do respetivo chip no secretariado;
- A perda do Chip implica o pagamento de uma taxa de 20€;
- As provas jovens e promoção, são realizadas sem chips.

## 13. CASOS OMISSOS

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

#### 14. 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 do Pavilhão Municipal de Vila Nova de Cerveira;
- 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;

#### INFORMAÇÕES UTEIS

- Paulo Bouça | paulo\_bouca@hotmail.com

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

##### DUATLO JOVEM DE VILA NOVA DE CERVEIRA

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	

##### DUATLO PROMOÇÃO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

#### GERAL

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

##### DUATLO DE VILA NOVA DE CERVEIRA

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
<u>GERAL</u>		
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
Juniores (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
----------------	-------------	-------------

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

OUTRAS REGIÕES

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
-----------------------------------	-------------	-------------

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
-----------------------------------	-------------	-------------

FIM DO REGULAMENTO