



AQUATLO JOVEM PAMPILHOSA DA SERRA
PROVA PROMOÇÃO
Sábado, 16h00, 21 de Julho de 2018

TRIATLO PAMPILHOSA DA SERRA
CIRCUITO NORTE DE TRIATLO ESTRADA | 4ª Etapa
CIRCUITO NORTE DE TRIATLO ESTRADA CADETES | 2ª Etapa
CIRCUITO NORTE DE TRIATLO ESTRADA JUNIORES | 2ª Etapa
CIRCUITO CENTRO NORTE | 2ª Etapa
CIRCUITO CENTRO NORTE CADETES | 2ª Etapa
CIRCUITO CENTRO NORTE JUNIORES | 2ª Etapa
Domingo, 10h00, 22 de Julho de 2018

REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

- O **Triatlo Pampilhosa da Serra** é uma organização da Câmara Municipal de Pampilhosa da Serra, com o apoio técnico da Delegação Norte da Federação de Triatlo de Portugal;
- Do Evento fazem parte um Triatlo Sprint disputado em Estrada e pontuável para o Circuito Norte de Triatlo Estrada, Circuito Norte de Triatlo Estrada Cadetes e Circuito Norte de Triatlo Estrada Juniores; e, um Aquatlo Jovem Promoção;
- Todas as provas são pontuáveis para o Circuito Centro Norte.

2. LOCAL e PROGRAMA-HORÁRIO

- A **partida** do Triatlo Pampilhosa da Serra, ocorre na Praia Fluvial de Pampilhosa da Serra/Rio Unhais e tem as coordenadas GPS: **40° 2'49.04"N 7°57'2.68"W**;
- A **chegada**, ocorre na Avenida Bombeiros Voluntários de Pampilhosa da Serra e tem as coordenadas: **40° 2'47.68"N 7°57'0.08"W**;
- O **Parque de Transição (PT)** está instalado junto à Praia Fluvial de Pampilhosa da Serra/Rio Unhais e tem as coordenadas: **40° 2'50.63"N 7° 57'4.98"W**.

SÁBADO, 21 DE JULHO DE 2018

Aquatlo Jovem Pampilhosa da Serra

14h30 às 15h30: Secretariado (Instalado junto à Meta);

14h40 às 15h40: Verificação técnica de material e colocação do mesmo no PT;

15h45: Hora limite de permanência de atletas no PT;

Concentração dos atletas junto à Partida;

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados;

16h00: Início do AQUATLO JOVEM PAMPILHOSA DA SERRA;

17h30: Final da prova e Entrega de Prémios.

Triatlo Pampilhosa da Serra

19h00 às 20h00: Secretariado (Instalado junto à Meta);

DOMINGO, 22 DE JULHO DE 2018

Triatlo Pampilhosa da Serra

08h30 às 09h30: Secretariado (Instalado junto à Meta);

08h40 às 09h40: Verificação técnica de material e colocação do mesmo no PT;

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

Concentração dos atletas junto à Partida;

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados;

10h00: Início do TRIATLO PAMPILHOSA DA SERRA;

12h30: Final da prova e Entrega de Prémios.

Após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo, os atletas poderão levantar o seu material do Parque de Transição, 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.

3. ESCALÕES ETÁRIOS e DISTÂNCIAS

Aquatlo Jovem Pampilhosa da Serra

Benjamins (nascidos em 2009, 2010 e 2011) e Infantis (nascidos em 2007 e 2008)	Natação – 50 m (1V) // Corrida – 500 m (Ida Meta)
Iniciados (nascidos em 2005 e 2006) e Juvenis (nascidos em 2003 e 2004)	Natação – 100 m (1V) // Corrida – 500 m (Ida Meta)

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

Triatlo Pampilhosa da Serra

Cadetes (nascidos em 2001 e 2002)	Natação – 750 m (1V) Ciclismo –20 Km (1V) Corrida – 5 km (2V + Ida Meta)
Juniores (nascidos em 1999 e 2000)	
Grupo de Idades 20-24 (nascidos entre 1994 e 1998)	
Grupo de Idades 25-29 (nascidos entre 1989 e 1993)	
Grupo de Idades 30-34 (nascidos entre 1984 e 1988)	
Grupo de Idades 35-39 (nascidos entre 1979 e 1983)	
Grupo de Idades 40-44 (nascidos entre 1974 e 1978)	
Grupo de Idades 45-49 (nascidos entre 1969 e 1973)	
Grupo de Idades 50-54 (nascidos entre 1964 e 1968)	
Grupo de Idades 55-59 (nascidos entre 1959 e 1963)	
Grupo de Idades 60-64 (nascidos entre 1954 e 1958)	
Grupo de Idades 65-69 (nascidos entre 1949 e 1953)	
Grupo de Idades 70 e mais anos (nascidos entre 1944 e 1948)	

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

4. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

Aquatlo Jovem Pampilhosa da Serra

- **Natação:** Percurso balizado na Praia Fluvial de Pampilhosa da Serra, realizado em 1 volta;
- **Corrida:** Percurso de alcatrão, realizado em linha até à Meta.

Triatlo Pampilhosa da Serra

- **Natação:** Percurso balizado na Praia Fluvial de Pampilhosa da Serra, realizado em 1 volta;
- **Ciclismo:** Percurso em alcatrão, realizado em 1 volta;
- **Corrida:** Percurso misto de alcatrão e terra batida, realizado em 2 voltas.

5. PARTIDAS POR VAGAS

- Caso se justifique, a prova de natação será feita por vagas a definir mediante o número de atletas por escalão/género;
- Os atletas deverão, antecipadamente, concentrar-se junto à partida e estarem atentos à respectiva chamada.

6. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

Aquatlo Jovem Pampilhosa da Serra

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

Triatlo Pampilhosa da Serra

- Ao 6º km do Ciclismo (**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).

7. 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/>

Aquatlo Jovem Pampilhosa da Serra

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.

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;

Triatlo Pampilhosa da Serra

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 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 direccionados 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.

8. 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.

9. CLASSIFICAÇÕES

Aquatlo Jovem Pampilhosa da Serra

- 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**).

Triatlo Pampilhosa da Serra

- Classificação Geral Absoluta;
- Classificação Geral Absoluta/Género;
- Classificação por Grupos de Idades/Género;
- Classificação por Equipas (**soma dos pontos obtidos pelos 3 melhores atletas licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, inscritos em representação de uma mesma Equipa/Clube**);
- Classificação por estafetas.

10. 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.

11. JÚRI DE APELO

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

12. 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.

13. INSCRIÇÕES

Aquatlo Jovem Pampilhosa da Serra

Prazo de inscrição:

- Até às 24h00 de 2ªfeira, dia 16 de Julho de 2018;

Inscrição no dia da prova:

- Os atletas que não cumpram o prazo de inscrição, podem inscrever-se no dia e local da prova, no Secretariado, mediante o pagamento de um valor de 5€, que acresce ao valor da inscrição.

Forma de inscrição recomendada:

- Via internet, no sítio da Delegação Norte da FTP, em www.triatlonorte.pt;

Valores de inscrição:

- Atletas Masculinos e Femininos federados na FTP – Gratuita;
- Atletas Masculinos e Femininos não federados na FTP – Gratuita (inclui seguro de prova);

Triatlo Pampilhosa da Serra

Prazo de inscrição:

- Até às 24h00 de 2ªfeira, dia 16 de Julho de 2018;

Inscrição no dia da prova:

- Os atletas que não cumpram o prazo de inscrição, podem inscrever-se no dia e local da prova, no Secretariado, mediante o pagamento de um valor de 10€, que acresce ao valor da inscrição.

Forma de inscrição recomendada:

- Via internet, no sítio da Delegação Norte da FTP, em www.triatlonorte.pt;

Forma de pagamento recomendada:

- Via internet, no sítio da Delegação Norte da FTP, em www.triatlonorte.pt;

Pagamento por transferência bancária (não recomendada):

- NIB da Federação de Triatlo de Portugal (Delegação Norte): **(PT50) 0045 5442 4029 0591 4580 9**

Validação da inscrição:

- As inscrições só serão consideradas válidas após pagamento das mesmas;

- O comprovativo 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.

Valores de inscrição:

- Atletas Masculinos e Femininos federados na FTP – 15€;
- Atletas Masculinos e Femininos não federados na FTP – 20€ (inclui seguro de prova);
- Equipas de estafeta (2 elementos não federados na FTP) – Gratuita (inclui seguro de prova);
- Equipas de estafeta (3 elementos não federados na FTP) – Gratuita (inclui seguro de prova).

Observações:

- **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€.

14. CASOS OMISSOS

- Os casos omissos à Reglamentação da F.T.P. serão resolvidos pelo Delegado Técnico.

15. 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 das Piscinas Municipais de Pampilhosa da Serra;
- **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.**

16. PRÉMIOS - Lista de Troféus e Medalhas**Aquatlo Jovem Pampilhosa da Serra | PROVA PROMOÇÃO**

- Individualmente, prémios a disputar por todos os Atletas participantes nas provas;
- Coletivamente, prémios a disputar pelas Equipas/Clubes licenciados na Federação de Triatlo de Portugal e Grupos-Equipa Escolares licenciados na Federação de Triatlo de Portugal mas, sediados nos Distritos da Delegação Norte da Federação de Triatlo de Portugal: Aveiro, Braga, Bragança, Coimbra, Guarda, Porto, Viana do Castelo, Vila Real e Viseu.

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
Benjamins	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Infantis	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Iniciados	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Juvenis	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Equipas	1ª, 2ª, 3ª, 4ª e 5ª	

Triatlo Pampilhosa da Serra | CIRCUITO NORTE DE TRIATLO ESTRADA

- Individualmente, prémios a disputar por todos os Atletas participantes na prova;
- Coletivamente, prémios a disputar por todas as Equipas/Clubes licenciados na Federação de Triatlo de Portugal mas, sediados nos Distritos da Delegação Norte da Federação de Triatlo de Portugal: Aveiro, Braga, Bragança, Coimbra, Guarda, Porto, Viana do Castelo, Vila Real e Viseu.

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
Absolutos	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Cadetes (nascidos em 2001 e 2002)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Juniores (nascidos em 1999 e 2000)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 20-24 (nascidos entre 1994 e 1998)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª

Grupo de Idades 25-29 (nascidos entre 1989 e 1993)	1 ^o , 2 ^o e 3 ^o	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a
Grupo de Idades 30-34 (nascidos entre 1984 e 1988)	1 ^o , 2 ^o e 3 ^o	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a
Grupo de Idades 35-39 (nascidos entre 1979 e 1983)	1 ^o , 2 ^o e 3 ^o	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a
Grupo de Idades 40-44 (nascidos entre 1974 e 1978)	1 ^o , 2 ^o e 3 ^o	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a
Grupo de Idades 45-49 (nascidos entre 1969 e 1973)	1 ^o , 2 ^o e 3 ^o	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a
Grupo de Idades 50-54 (nascidos entre 1964 e 1968)	1 ^o , 2 ^o e 3 ^o	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a
Grupo de Idades 55-59 (nascidos entre 1959 e 1963)	1 ^o , 2 ^o e 3 ^o	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a
Grupo de Idades 60-64 (nascidos entre 1954 e 1958)	1 ^o , 2 ^o e 3 ^o	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a
Grupo de Idades 65-69 (nascidos entre 1949 e 1953)	1 ^o , 2 ^o e 3 ^o	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a
Grupo de Idades 70 e mais anos (nascidos entre 1944 e 1948)	1 ^o , 2 ^o e 3 ^o	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a

Equipas/Clubes (licenciados FTP)	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a
---	--	--

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

FIM DO REGULAMENTO