



Município de

**Carrazeda  
de Ansiães**


## CARRAZEDA DE ANSIÃES DOURO TRIATLO 2018

CIRCUITO NORTE DE TRIATLO LONGO | 3ª Etapa  
Domingo, 10H00, 02 de Setembro de 2018

## CARRAZEDA DE ANSIÃES TRIATLO SPRINT 2018

TRIATLO PROMOÇÃO  
Domingo, 10H00, 02 de Setembro de 2018

### REGULAMENTO

#### 1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

- O Carrazeda de Ansiães Douro Triatlo é uma organização da Câmara Municipal de Carrazeda de Ansiães, com o apoio técnico da Delegação Norte da Federação de Triatlo de Portugal.
- Do Evento fazem parte um Triatlo Médio disputado em Estrada, pontuável para o Circuito Norte de Triatlo Longo; e, um Triatlo Sprint Promoção, também, disputado em estrada.

#### 2. LOCAL e PROGRAMA-HORÁRIO

- As partidas ocorrerão na Albufeira da Barragem de Fonte Longa em Carrazeda de Ansiães e as chegadas na Avenida Aquilino Ribeiro;
  - As coordenadas GPS do local de **Partida** (Albufeira da Barragem de Fonte Longa em Carrazeda de Ansiães): **41°13'44.04"N 7°16'42.62"W**;
  - As coordenadas GPS do local de **Chegada/Meta** (Avenida Aquilino Ribeiro): **41°14'29.29"N 7°18'9.82"W**;
- O **Parque de Transição 1 (PT1)** está instalado junto à Albufeira da Barragem de Fonte Longa em Carrazeda de Ansiães e tem as coordenadas: **41°13'44.04"N 7°16'42.62"W**;
- O **Parque de Transição 2 (PT2)** está instalado junto à Meta na Avenida Aquilino Ribeiro e tem as coordenadas: **41°14'29.29"N 7°18'9.82"W**.

#### SÁBADO, 01 DE SETEMBRO DE 2018

18h00 às 20h00: **Secretariado** (Instalado junto à Meta/PT2);

#### DOMINGO, 02 DE SETEMBRO DE 2018

08h30 às 09h30: **Secretariado** (Instalado junto à Meta /PT2);

08h40 às 09h40: **Verificação técnica de material e colocação do mesmo no PT2;**

**Verificação técnica de material e colocação do mesmo no PT1;**

09h45: **Hora limite de permanência de atletas nos PT;**

**Obrigatoriamente** todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados;

10h00: **Início do CARRAZEDA DE ANSIÃES TRIATLO SPRINT;**

**Início do CARRAZEDA DE ANSIÃES DOURO TRIATLO;**

11h15: **Hora estimada de chegada do vencedor absoluto do CARRAZEDA DE ANSIÃES TRIATLO SPRINT;**

12h00: **Entrega de Prémios do CARRAZEDA DE ANSIÃES TRIATLO SPRINT;**

13h30: **Hora estimada de chegada do vencedor absoluto do CARRAZEDA DE ANSIÃES DOURO TRIATLO;**

16h00: **Hora limite para conclusão da prova;**

**Entrega de Prémios;**

**Final das Provas.**

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

**Carrazeda de Ansiães Triatlo Sprint**

**Juvenis** (nascidos em 2003 e 2004)

**Apenas podem participar por Estafetas**

<b>Cadetes</b> (nascidos em 2001 e 2002)	<b>Natação – 750 m (1V)</b>	
<b>Juniiores</b> (nascidos em 1999 e 2000)		
<b>Grupo de Idades 20-24</b> (nascidos entre 1994 e 1998)		
<b>Grupo de Idades 25-29</b> (nascidos entre 1989 e 1993)		
<b>Grupo de Idades 30-34</b> (nascidos entre 1984 e 1988)		
<b>Grupo de Idades 35-39</b> (nascidos entre 1979 e 1983)		
<b>Grupo de Idades 40-44</b> (nascidos entre 1974 e 1978)		<b>Ciclismo – 22 Km (1V)</b>
<b>Grupo de Idades 45-49</b> (nascidos entre 1969 e 1973)		
<b>Grupo de Idades 50-54</b> (nascidos entre 1964 e 1968)		<b>Corrida – 4,3 km (1V)</b>
<b>Grupo de Idades 55-59</b> (nascidos entre 1959 e 1963)		
<b>Grupo de Idades 60-64</b> (nascidos entre 1954 e 1958)		
<b>Grupo de Idades 65-69</b> (nascidos entre 1949 e 1953)		
<b>Grupo de Idades 70 e mais anos</b> (nascidos entre 1944 e 1948)		

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

#### Carrizada de Ansiães Douro Triatlo

<b>Cadetes</b> (nascidos em 2001 e 2002)	<b>Apenas podem participar por Estafetas</b>	
<b>Juniiores</b> (nascidos em 1999 e 2000)	<b>Natação – 2 km (2V)</b>	
<b>Grupo de Idades 20-24</b> (nascidos entre 1994 e 1998)		
<b>Grupo de Idades 25-29</b> (nascidos entre 1989 e 1993)		
<b>Grupo de Idades 30-34</b> (nascidos entre 1984 e 1988)		
<b>Grupo de Idades 35-39</b> (nascidos entre 1979 e 1983)		
<b>Grupo de Idades 40-44</b> (nascidos entre 1974 e 1978)		<b>Ciclismo –50 Km</b> (1 volta completa no PT1 mais percurso de ligação até ao PT2)
<b>Grupo de Idades 45-49</b> (nascidos entre 1969 e 1973)		
<b>Grupo de Idades 50-54</b> (nascidos entre 1964 e 1968)		<b>Corrida – 13 km (3V)</b>
<b>Grupo de Idades 55-59</b> (nascidos entre 1959 e 1963)		
<b>Grupo de Idades 60-64</b> (nascidos entre 1954 e 1958)		
<b>Grupo de Idades 65-69</b> (nascidos entre 1949 e 1953)		
<b>Grupo de Idades 70 e mais anos</b> (nascidos entre 1944 e 1948)		

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

#### 4. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

##### Carrizada de Ansiães Triatlo Sprint

- Natação:** Percurso balizado na Albufeira da Barragem de Fonte Longa, realizado em 1 volta;
- Ciclismo:** Percurso em alcatrão, realizado em linha até ao PT2;
- Corrida:** Percurso misto de alcatrão, paralelo e terra batida, realizado em 1 volta.

##### Carrizada de Ansiães Douro Triatlo

- Natação:** Percurso balizado na Albufeira da Barragem de Fonte Longa, realizado em 2 voltas;
- Ciclismo:** Percurso em alcatrão, realizado em 1 volta completa no PT1 mais percurso de ligação até ao PT2;
- Corrida:** Percurso misto de alcatrão, paralelo e terra batida, realizado em 3 voltas.

#### 5. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

##### Carrizada de Ansiães Triatlo Sprint

- No início da volta da Corrida;
- No final da Prova/Zona de recuperação (sólidos e líquidos).

##### Carrizada de Ansiães Douro Triatlo

- No início da 2ª volta de Ciclismo no PT1 (**bidão/cantil com água ou bebida isotónica**); assinalado no croqui da prova em OUTRAS INFORMAÇÕES;
- No início e a meio de cada volta da Corrida;

- Esponjas molhadas a meio de cada volta da Corrida;
- 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);
- **É permitida a participação de bicicletas de estrada com travões de disco;**
- Ver regulamentos em vigor em:  
<http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/a-federacao/estatutos/>

#### Carrazeda de Ansiães Triatlo Sprint

##### **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 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.
- **É permitida a participação de bicicletas todo-o-terreno;**
- **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;

#### Carrazeda de Ansiães Douro Triatlo

##### **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:**

- **Não 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 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.
- **Não é permitida a participação de bicicletas todo-o-terreno;**
- **É permitida a participação de bicicletas de estrada com avanços.**

**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**

- 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****Carrazeda de Ansiães Triatlo Sprint**

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

**Carrazeda de Ansiães Douro Triatlo**

- 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.

**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 2ªfeira, dia 11 de Junho 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](http://www.triatlonorte.pt);

**Forma de pagamento recomendada:**

- Via internet, no sítio da Delegação Norte da FTP, em [www.triatlonorte.pt](http://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](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.

**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€.

#### **Carrazeda de Ansiães Triatlo Sprint**

##### **Valores de inscrição:**

- Atletas Masculinos e Femininos federados na FTP – 10€;
- Atletas Masculinos e Femininos não federados na FTP – 15€ (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).

#### **Carrazeda de Ansiães Douro Triatlo**

##### **Valores de inscrição:**

- Atletas Masculinos e Femininos federados na FTP – 30€;
- Atletas Masculinos e Femininos não federados na FTP – 40€ (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).

### **13. CASOS OMISSOS**

- Os casos omissos à Regulamentação da F.T.P. 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 Estádio Municipal de Carrazeda de Ansiães;
- **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.**

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

#### **Carrazeda de Ansiães Triatlo Sprint**

- Prémios a disputar por todos os atletas participantes na prova.

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
Absolutos	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Estafetas Absolutas	1ª, 2ª e 3ª	

#### **Carrazeda de Ansiães Douro Triatlo**

- 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
Juniors (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)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 30-34 (nascidos entre 1984 e 1988)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 35-39 (nascidos entre 1979 e 1983)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 40-44 (nascidos entre 1974 e 1978)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 45-49 (nascidos entre 1969 e 1973)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª

<b>Grupo de Idades 50-54</b> (nascidos entre 1964 e 1968)	1 <sup>o</sup> , 2 <sup>o</sup> e 3 <sup>o</sup>	1 <sup>a</sup> , 2 <sup>a</sup> e 3 <sup>a</sup>
<b>Grupo de Idades 55-59</b> (nascidos entre 1959 e 1963)	1 <sup>o</sup> , 2 <sup>o</sup> e 3 <sup>o</sup>	1 <sup>a</sup> , 2 <sup>a</sup> e 3 <sup>a</sup>
<b>Grupo de Idades 60-64</b> (nascidos entre 1954 e 1958)	1 <sup>o</sup> , 2 <sup>o</sup> e 3 <sup>o</sup>	1 <sup>a</sup> , 2 <sup>a</sup> e 3 <sup>a</sup>
<b>Grupo de Idades 65-69</b> (nascidos entre 1949 e 1953)	1 <sup>o</sup> , 2 <sup>o</sup> e 3 <sup>o</sup>	1 <sup>a</sup> , 2 <sup>a</sup> e 3 <sup>a</sup>
<b>Grupo de Idades 70 e mais anos</b> (nascidos entre 1944 e 1948)	1 <sup>o</sup> , 2 <sup>o</sup> e 3 <sup>o</sup>	1 <sup>a</sup> , 2 <sup>a</sup> e 3 <sup>a</sup>
<b>Estafetas Absolutas</b>	1 <sup>a</sup> , 2 <sup>a</sup> e 3 <sup>a</sup>	
<b>Equipas/Clubes (licenciados FTP)</b>	1 <sup>a</sup> , 2 <sup>a</sup> e 3 <sup>a</sup>	1 <sup>a</sup> , 2 <sup>a</sup> e 3 <sup>a</sup>

FIM DO REGULAMENTO