



## 1º AQUATLO JOVEM DE ERMESINDE

CIRCUITO NORTE JOVEM | 3ª Etapa  
 CIRCUITO DOURO NORTE JOVEM | 3ª Etapa  
Sábado, 26 de Maio de 2018

## 1º DUATLO CROSS DE VALONGO

CIRCUITO NORTE CROSS | 3ª Etapa  
 CIRCUITO DOURO NORTE | 3ª Etapa  
Domingo, 27 de Maio de 2018

### REGULAMENTO

#### 1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

- O 1º **Duatlo Cross de Valongo**, é uma organização do Clube Zupper em parceria com a Câmara Municipal de Valongo e com o apoio da Delegação Norte da Federação de Triatlo de Portugal;
- Do Evento fazem parte um Duatlo Sprint BTT, pontuável para o Circuito Norte Cross; e, um Aquatlo Jovem Segmentado, disputado em Piscina e pontuável para o Circuito Norte Jovem;
- Todas as provas pontuam para os Regionais Douro Norte.

#### 2. LOCAL e PROGRAMA-HORÁRIO

- A Natação do Aquatlo Jovem de Ermesinde decorre nas Piscinas Municipais de Ermesinde e a corrida nas imediações; as coordenadas GPS do local são: **41°12'39.41"N 8°32'58.03"W**;
- O Duatlo Cross de Valongo decorre junto ao Hipermercado Continente de Valongo; as coordenadas GPS do local são: **41°11'52.60"N 8°29'23.65"W**.

#### SÁBADO, 26 DE MAIO DE 2018

##### 1º Aquatlo Jovem Segmentado de Ermesinde

14h30 às 15h30: **Secretariado** (Instalado nas Piscinas Municipais de Ermesinde);

15h00 às 15h40: **Entrada para os Balneários das Piscinas Municipais de Ermesinde e verificação técnica de material;**

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

15h45: **Hora limite de concentração dos atletas junto ao tanque de 25 metros das Piscinas Municipais de Ermesinde;**

16h00: **Início do AQUATLO JOVEM SEGMENTADO DE ERMESINDE;**

17h30: **Final das Provas e Entrega de Prémios.**

#### DOMINGO, 27 DE MAIO DE 2018

##### 1º Duatlo Cross de Valongo

08h30 às 09h30: **Secretariado** (Instalado na Biblioteca de Valongo);

08h40 às 09h40: **Verificação técnica de material e colocação do mesmo no Parque de Transição (PT);**

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

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

10h00: **Início do 1º DUATLO CROSS DE VALONGO;**

12h30: **Final das Provas 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

##### 1º Aquatlo Jovem Segmentado de Ermesinde

<b>Benjamins</b> (nascidos em 2009, 2010 e 2011) e <b>Infantis</b> (nascidos em 2007 e 2008)	<b>Natação – 90 m (1V) // Corrida – 600 m (1V)</b>
<b>Iniciados</b> (nascidos em 2005 e 2006) e <b>Juvenis</b> (nascidos em 2003 e 2004)	<b>Natação – 170 m (2V) // Corrida – 1 km (1V)</b>

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

#### **1º Duatlo Cross de Valongo**

<b>Juvenis</b> (nascidos em 2003 e 2004)	<b>Apenas podem participar por Estafetas</b>
<b>Cadetes</b> (nascidos em 2001 e 2002)	<b>Corrida Inicial – 4,6 km (2V)</b>  <b>Ciclismo em BTT – 19,2 Km (2V)</b>  <b>Corrida Final – 2,1 km (1V)</b>
<b>Juniores</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>Grupo de Idades 45-49</b> (nascidos entre 1969 e 1973)	
<b>Grupo de Idades 50-54</b> (nascidos entre 1964 e 1968)	
<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 aplicam-se tanto em Masculinos como em Femininos.

#### **4. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS**

##### **1º Aquatlo Jovem Segmentado de Ermesinde**

- **Natação:** Percurso nas Piscinas Municipais de Ermesinde, realizado em voltas;
- **Corrida:** Percurso misto de alcatrão, paralelo, relva e terra batida, realizado em 1 volta, com chegada/meta junto às Piscinas Municipais de Ermesinde.

##### **1º Duatlo Cross de Valongo**

- **Corrida Inicial:** Percurso misto de alcatrão, paralelo, terra batida e relva, realizado em 2 voltas, com Parque de Transição nas imediações da Biblioteca Municipal de Valongo;
- **Ciclismo em BTT:** Percurso misto de terra batida, alcatrão e paralelo, realizado em 2 voltas, com Parque de Transição nas imediações da Biblioteca Municipal de Valongo;
- **Corrida Final:** Percurso misto de alcatrão, paralelo, terra batida e relva, realizado em 1 volta, com Chegada/Meta em frente à Biblioteca Municipal de Valongo.

#### **5. LOCAIS DE ABASTECIMENTO**

##### **1º Aquatlo Jovem Segmentado de Ermesinde**

- No final da Prova (sólidos e líquidos).

##### **1º Duatlo Cross de Valongo**

- No início da 2ª volta da Corrida Inicial;
- No início da Corrida Final;
- No final da Prova (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/>

### **1º Aquatlo Jovem Segmentado de Ermesinde**

#### **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 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;

### **1º Duatlo Cross de Valongo**

#### **Ciclismo em BTT:**

- 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.

#### **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 licenciados pontuais 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**

### **9. 1º Aquatlo Jovem Segmentado de Ermesinde**

- 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**).

### **1º Duatlo Cross de Valongo**

- 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

### 14. 1º Aquatlo Jovem Segmentado de Ermesinde

#### **Prazo de inscrição:**

- Até às 24h00 de 2ªfeira, dia 21 de Maio 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](http://www.triatlonorte.pt);

#### **Forma de pagamento recomendada:**

- Referência MB disponibilizada aquando da inscrição no sítio da prova, 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.

#### **Valores de inscrição:**

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

### 1º Duatlo Cross de Valongo

#### **Prazo de inscrição:**

- Até às 24h00 de 2ªfeira, dia 21 de Maio 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.

#### **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) – 20€ (inclui seguro de prova);
- Equipas de estafeta (3 elementos não federados na FTP) – 30€ (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€.

## 15. CASOS OMISSOS

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

## 16. OUTRAS INDICAÇÕES

- Conforme informação da Autoridade Antidopagem de Portugal, 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 Ermesinde (Jovens) e Valongo (Adultos);
- No final, os atletas poderão lavar as bicicletas junto à Biblioteca Municipal de Valongo;
- 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;

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

##### 1º Aquatlo Jovem Segmentado de Ermesinde

- 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	

##### 1º Duatlo Cross de Valongo | CIRCUITO NORTE CROSS

- Individualmente, prémios a disputar por todos os Atletas participantes na prova;
- Coletivamente, prémios a disputar por todos 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)	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
Grupo de Idades 50-54 (nascidos entre 1964 e 1968)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 55-59 (nascidos entre 1959 e 1963)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 60-64 (nascidos entre 1954 e 1958)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 65-69 (nascidos entre 1949 e 1953)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Grupo de Idades 70 e mais anos (nascidos entre 1944 e 1948)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Estafetas Femininas	1ª, 2ª e 3ª	

<b>Estafetas Masculinas</b>	1ª, 2ª e 3ª	
<b>Estafetas Mistas</b>	1ª, 2ª e 3ª	
<b>Equipas/Clubes (licenciados FTP)</b>	1ª, 2ª e 3ª	1ª, 2ª e 3ª

**FIM DO REGULAMENTO**