

TRIATLO

DN-85

RESUMO DO REGULAMENTO

O Triatlo «DN» é uma competição «non-stop» combinando as modalidades de natação, ciclismo e corrida a pé nas distâncias de 800 m, 40 km e 8 km respectivamente, num circuito fechado com início e fim em Cascais conforme trajecto junto.

Poderão participar todos os interessados, individualmente ou por equipas, maiores de 18 anos que, para efeitos de classificação serão divididos pelos seguintes escalões:

- 18/25 anos, Masculinos e Femininos
- 26/35 anos, Masculinos e Femininos
- 36 em diante, Masculinos

No percurso de natação não serão permitidos quaisquer auxiliares de propulsão, flutuação ou respiração.

No percurso de ciclismo não é permitido «ir na roda» ou ao lado de qualquer outro veículo.

- É obrigatória a utilização de capacete apropriado.
- Existirão zonas de abastecimento oficiais em vários pontos do percurso. O concorrente não poderá receber quaisquer produtos, líquidos ou sólidos, fora daquelas zonas.
- Cada concorrente é responsável pelo seu equipamento, incluindo eventuais reparações da sua própria bicicleta durante a prova, não podendo, para tal, utilizar qualquer apoio ou material para além daquele por ele próprio transportado.
- Como medida de prevenção, qualquer concorrente efectuando o percurso de:
 - 1) natação, em mais de 45 minutos,
 - 2) ciclismo, em mais de 3,30 horas, ou
 - 3) corrida, em mais de 4,30 horas de prova,será desclassificado e aconselhado a não prosseguir.
- Os concorrentes deverão entregar à organização, no local de partida até meia hora antes da mesma, a respectiva bicicleta e os dois sacos de transição, para colocação nos locais adequados.