

2.º TRIATLO DA LOURINHÃ

REGULAMENTO GERAL

- 1 - o 2º TRIATLO DA LOURINHÃ, terá lugar no dia 17 de Junho de 1990, numa Organização do Sector de Desporto da Câmara Municipal da Lourinhã.
- 2 - As distâncias aproximadas a efectuar no Triatlo serão as seguintes: 1.200 metros de Natação, 36.000 metros de Ciclismo e 8.000 metros de Corrida a pé.
 - A partida terá lugar às 9:30 horas, na Praia da Areia Branca.
 - Quando as condições meteorológicas e/ou o estado do Mar forem particularmente adversas (temperatura reduzida, ou corrente/ondulação excessivas), poderá o Comissário da Prova anular o percurso de natação. Neste caso, a prova será alterada para Duetlo.
- 3 - NATAÇÃO
 - são interditos todos os meios de propulsão, aspiração e flutuação artificiais.
 - é obrigatório a utilização de touca de natação até à saída da água.
 - os pés e as mãos dos nadadores têm que estar descobertos.
 - os Triatletas são numerados com tinta à prova de água nos braços (parte lateral) e pernas (parte frontal da coxa). Na passagem pela linha de transição o Triatleta

vos.

- é OBRIGATÓRIO o uso do dorsal fornecido pela Organização na zona frontal e de modo visível.
- o percurso será sinalizado de 3 em 3 Km com placas informativas, colocadas na berma da estrada. Haverá uma placa informando a aproximação do local da Meta.

6 - ABASTECIMENTOS

- Pousada da Juventude - Praia Areia Branca (transição)
- Ribamar
- Miragaia
- Lourinhã (transição)
- Seixal (Corrida a pé)

7 - TEMPOS LIMITES PARCIAIS:

- NATAÇÃO - 45 minutos
- CICLISMO - 2:15 horas
- CORRIDA A PÉ - 1 hora

8 - PENALIZAÇÕES

São motivo de desclassificação as seguintes infracções:

N A T A Ç Ã O

- utilização de acessórios proibidos;
- desrespeito pela linha de partida;
- não cumprimento do percurso estabelecido;
 - não utilização de touca;
- ausência de numeração como descrita em 3-§4;
 - infracção ao disposto no artigo 3-§5;

C I C L I S M O

- falta de capacete ou do seu afivelamento;
- não cumprimento do percurso estabelecido;
- ausência ou ilegibilidade do dorsal ou da placa do quadro;
 - infracção ao disposto no artigo 4 - §2, §3 e §8.

C O R R I D A A P E

- ausência ou ilegibilidade do dorsal;
- ocultação da marca do patrocinador no dorsal;
 - não cumprimento do percurso estabelecido;
 - infracção ao disposto no artigo 5-§1.

SÃO AINDA PASSIVEIS DE DESCLASSIFICAÇÃO AS SEGUINTE INFRACÇÕES:

- comportamento indecoroso ou antidesportivo em relação a outros concorrentes ou a elementos da Organização;
- utilização de documentos falsos ou participação com identidade de outro triatleta;
- recusa de controle antidoping;
- não colocação do respectivo equipamento na área definida para o efeito sempre que tal seja exigido.

9 - PROTESTOS E APELOS

- os triatletas que se achem lesados por qualquer atitude ou decisão de outrem podem protestar, em primeira instância, junto do secretariado da prova, que dirigirá o protesto para o Comissário da Prova.
- o concorrente deverá efectuar o seu protesto escrito até uma hora depois da sua chegada ou desistência, juntamente com um depósito de 1.000\$00 que lhe será devolvido se o protesto for aceite.

10 - CLASSIFICAÇÕES

terá que ter visível, pelo menos, uma destas marcações.

- Durante a prova de natação é PROIBIDO aos Triatletas:

- receber assistência de qualquer embarcação que o desloque ou permita a entrada a bordo;
 - apoiar-se em qualquer objecto flutuante ou no fundo;
 - receber ajuda de outro Triatleta.
- à saída da água os Triatletas poderão receber a ajuda dos Elementos da Organização sem que, por isso, sejam penalizados ou desclassificados.
- somente os barcos, pranchas, etc., pertencentes à Organização se poderão movimentar no percurso da prova.

4 - CICLISMO

- a prova ciclista é uma prova do tipo contra-relógio individual e deverá ser percorrida sem qualquer ajuda externa.
- é permitida a presença de acompanhantes e/ou outras pessoas em locais estratégicos, com fins informativos. É PROIBIDO o acompanhamento dos Triatletas, por quaisquer meios, ao longo do percurso.
- cada concorrente é responsável pela sua bicicleta pelo que nenhuma assistência será autorizada nesta etapa. Todas as partes da bicicleta podem ser mudadas durante a prova, à excepção do quadro, e deverão ser transportadas pelo Triatleta.
- é OBRIGATÓRIO o uso do capacete de ciclismo afivelado, de preferência com parte exterior rígida, durante todo o percurso de ciclismo.
- o Triatleta deverá ser portador do dorsal fornecido pela Organização, de modo bem visível (nas costas), devendo a bicicleta ostentar também uma placa com o número do con-

- é PROIBIDO "andar na roda", isto é, permanecer na zona de vácuo criada por qualquer outro concorrente, tanto traseiro como lateral. A distância mínima, em linha ou lateralmente, entre bicicletas é de 10 metros. Quando um concorrente é ultrapassado é da sua própria responsabilidade recuar para a distância regulamentar. Por ultrapassagem entende-se a situação em que as rodas dianteiras das bicicletas dos concorrentes se encontram lado a lado. EM NENHUMA OCASIÃO OS CONCORRENTES PODERÃO PERMANECER LADO A LADO.
- é PROIBIDO "andar na roda" de quaisquer outros veículos, motorizados ou não, incluindo os da Organização, sendo a distância mínima de 10 metros.
- qualquer concorrente que infrinja os anteriores dois artigos, será imediatamente desclassificado e afastado da prova.
- em caso de dúvida os Juizes da prova lembrarão o concorrente da distância regulamentar e registrarão o seu número, só o desclassificando no final, se o mesmo for registado uma segunda vez.
- o percurso será sinalizado de 5 em 5 Km com placas informativas, colocadas na berma da estrada. Haverá uma placa informando a aproximação do local da transição a 1 Km da mesma.
- o Triatleta pode transportar consigo alimentos líquidos e/ou sólidos, desde que em recipientes inquebráveis.
- o Triatleta é obrigado a respeitar as regras do código da estrada, sendo o único responsável por qualquer infracção cometida.

5 - CORRIDA A PÉ

- é PROIBIDO o acompanhamento dos Triatletas, por qualquer meio, ao longo do percurso; é PERMITIDA a presença de colaboradores em locais estratégicos só com fins informativi

- a classificação geral é determinada pela ordem da chegada à Meta, sendo declarado vencedor o triatleta que realizar a prova em menos tempo.
- as classificações finais oficiais estarão disponíveis por ocasião da Cerimónia de entrega dos prémios.
- SERÃO EFECTUADAS AS SEGUINTE CLASSIFICAÇÕES:
 - Geral masculinos;
 - Geral femininos;
 - escalões etários;
 - equipas.

OS ESCALÕES ETÁRIOS A CONSIDERAR PARA EFEITOS DE CLASSIFICAÇÃO SÃO OS SEGUINTE:

ESCALÃO A: masc. menores de 20 anos (inclusivé)	Jún.
ESCALÃO B: masc. dos 21 aos 39 anos (inclusivé)	Sén.
ESCALÃO C: masc. dos 40 aos 49 anos (inclusivé)	Vet. I
ESCALÃO D: masc. maiores de 50 anos (inclusivé)	Vet. II
ESCALÃO F1: fem. menores de 20 anos (inclusivé)	Jún.
ESCALÃO F2: fem. maiores de 21 anos (inclusivé)	Sén.

A mudança de escalão ocorre no dia 1 de Janeiro do respectivo ano.

- a participação de menores de 18 anos carece de autorização escrita do Encarregado de Educação, com assinatura devidamente autenticada ou comprovada pelo próprio no local, mediante exibição do respectivo Bilhete de Identidade.
- sempre que se registem menos de 3 concorrentes em algum dos escalões referidos anteriormente, os mesmos serão incluídos no escalão imediatamente anterior (mais novo), excepto quando tal se verificar nos ESCALÕES A ou F1, caso em que passarão para o escalão seguinte (B e F2 respectivamente).

- uma equipa é constituída por um número variável de concorrentes do mesmo sexo, devidamente registados pelo seu nome antes da prova. O resultado de cada equipa é apurado pela soma dos seus três melhores classificados, vencendo aquela que registar menos tempo.
- haverá lugar a classificação por equipas, masculinas e/ou femininas, sempre que, à partida, estejam presentes pelo menos duas equipas naquelas classes.

11 - OUTRAS INFORMAÇÕES

- O 2º TRIATLO DA LOURINHÃ, será encerrado 4 horas após a partida; os concorrentes ainda em prova após esta altura serão convidados a desistir e a recolher no carro vassoura, caso não o pretendam, CONSIDERA-SE A ORGANIZAÇÃO ILIBADA DE QUALQUER RESPONSABILIDADE EM EVENTUAIS ACIDENTES COM ELES OCORRIDOS.
- os concorrentes deverão obrigatoriamente entregar à Organização até às 8:30 horas do dia 17 de Junho, todo o material necessário para a realização da prova.
- no final da prova o material só será entregue mediante cartões de levantamento, seja quem for o portador.
- todos os concorrentes deverão preencher uma declaração responsabilizando-se pelo seu estado de saúde e por quaisquer acidentes decorrentes da participação no Triatlo.

12 - ZONA DE TRANSIÇÃO

- a zona será vedada ao público, só podendo entrar no recinto, pessoas com identificação.
- a Organização não se responsabiliza, por qualquer material dos atletas que não ficar guardado nos sacos fornecidos pela Organização para o efeito.
- cada concorrente terá bem definido qual o seu lugar, na zona de transição, o qual deve respeitar.
- Nos casos omissos do presente Regulamento, vigorará o Regulamento Técnico da Federação de Triatlo de Portugal, sendo os mesmos resolvidos pelo Comissário da Prova, sem apelações.