XII TRIATLO DE PENACOVA
Circuito Nacional de Triatlo
(Sprint)

REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO
O XII Triatlo de Penacova, é uma organização da Câmara Municipal de Penacova e tem o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal. É uma prova pontuável para o Circuito Nacional de Triatlo e Campeonato Nacional de Juniores de Triatlo.

2. DATA / HORA E LOCAL DE PARTIDA

O XII Triatlo de Penacova, realiza-se no dia 25 / Julho / 2004 com a partida a ter início às 11:00 horas na Praia Fluvial de Reconquinho.

3. DISTÂNCIAS

Disputa-se nas distâncias de 750 m de Natação; 19 Km de Ciclismo; 5 Km de Corrida.

4. ESCALÕES ETÁRIOS

JUNIORES	Nascidos entre 1985 e 1988	(16 a 19 anos)
SUB-23	Nascidos entre 1981 e 1984	(20 a 23 anos)
SENIORES	Nascidos entre 1980 e 1965	(24 a 39 anos)
VETERANOS I	Nascidos entre 1964 e 1960	(40 a 44 anos)
VETERANOS II	Nascidos entre 1959 e 1955	(45 a 49 anos)
VETERANOS III	Nascidos entre 1954 e 1950	(50 a 54 anos)
VETERANOS IV	Nascidos entre 1949 e 1945	(55 a 59 anos)
VETERANOS V	Nascidos em 1944 e anteriores	(60 anos e mais)

Estes Escalões aplicam-se tanto em Masculinos como em Femininos.

5. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

Natação: (750 m) - 750 m x 1 volta
local: Praia Fluvial de Reconquinho.

Ciclismo: (19 Km)
Descrição: Reconquinho, Esqª E.N. 2; Esqª Ponte; E.N. 235 em direcção a Penacova, Lg. Dª Amélia, Esqª centro de Penacova; Cheira; Sernelha; Gavinhos; Feira Nova; Telhado; Espinheira; Ribela; Casalito; Casal; Galiana; Lg. Dª Amélia, Dtª Penacova Centro.

Corrida: (5 Km) – 5 Km x 1 volta.
Descrição: Saída do 2º P. Transição; Rua Conselheiro Alípio Leitão; Carrazedas; Estrada das Malhadas: Ponte de Penacova; Largo Dª Amélia, Esqª para Penacova– Meta junto à Câmara Municipal.

Federação de Triatlo de Portugal
DIRECÇÃO DE COMPETIÇÕES
Prova Homologada em 16 / 06 /2004
A Direcção de Competições

6. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

Parques de Transição
2,5 Km da corrida e Meta.

7. CHECK IN

A abertura do Parque de Transição para verificação técnica da bicicleta e restante equipamento terá inicio às 10:00 e encerrará às 10:45 horas.
Obrigatoriamente, todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

8. CHECK OUT

Após a competição, os atletas poderão levantar o seu material e equipamento desportivo do Parque de Transição, exibindo o seu peitoral / dorsal após a chegada do último atleta no segmento de ciclismo.
O tempo limite para efectuar o respectivo levantamento, será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova).

9. REGRAS

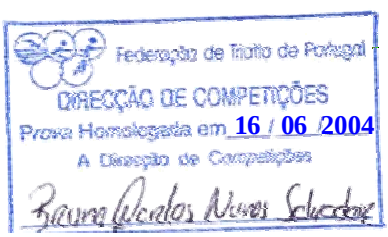
9.1 - Responsabilidade Geral

São adoptadas as regras em vigor no Regulamento Técnico de Triatlo, Duatlo e Aquatlo da Federação de Triatlo de Portugal,, sendo da responsabilidade dos atletas conhecer e respeitar o mesmo, bem como cumprir as instruções dos juizes e responsáveis da prova.

a) Obrigatoriamente os atletas terão de competir equipados com Camisola ou Top durante toda a prova.
b) A participação na prova, tem que estar obrigatoriamente coberta pelo Seguro Desportivo previsto na Lei (Acidentes Pessoais) .
c) Em caso de falta de qualquer um dos elementos identificadores (dorsal, número de bicicleta, chip), os atletas podem competir, levantando o(s) elemento(s) em falta no secretariado, mediante o pagamento de uma taxa de 5 € não reembolsável.

9.2 Natação

a) Cada atleta é o responsável pelo cumprimento/conhecimento do respectivo percurso, previamente anunciado, nomeadamente no n.º de voltas.
b) Todos os meios de propulsão ou aspiração artificiais são interditos.
c) Os Atletas terão obrigatoriamente de utilizar touca de natação até ao Parque de Transição.
d) O uso de Fato Isotérmico apenas será permitido se a temperatura da água for inferior a 22º.
e) Os equipamentos do segmento de natação serão transportados pela organização, do Parque de Transição 1 (Barragem), para o Parque de Transição 2 (Almodôvar).



A organização não se responsabiliza por qualquer extravio de material que não seja colocado no respectivo cesto numerado existente no P. Transição 1 para o efeito.

9.3 Ciclismo

a) É permitido andar na roda.
b) O uso do capacete rígido afivelado, é obrigatório em toda a extensão do percurso, até à colocação da bicicleta no suporte.
c) É obrigatório o uso de dorsal colocado nas costas e em local bem visível.
d) Cada atleta é o responsável pelo cumprimento/conhecimento do respectivo percurso, previamente anunciado.
e) Cada attleta é responsável pela sua bicicleta, não sendo possível receber qualquer tipo de ajuda exterior para a sua reparação.
f) Os atletas obrigam-se a respeitar as regras de trânsito e as indicações dadas pelos agentes de segurança.

9.4 Corrida

a) É obrigatório o uso de Peitoral, colocado em zona frontal, bem visível.
b) Cada atleta é o responsável pelo cumprimento/conhecimento do respectivo percurso, previamente anunciado, nomeadamente no nº de voltas.
c) 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.

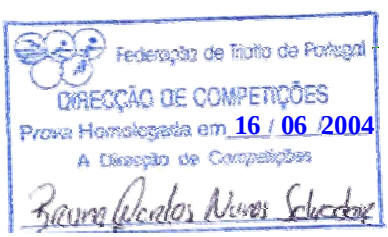
10. CLASSIFICAÇÕES

Serão efectuadas:
a) Classificação Geral Absoluta.
b) Classificação por escalões etários / sexo.
c) Classificação por equipas (somatório dos tempos dos 3 melhores atletas de cada equipa).

11. PROTESTOS

Podem ser efectuados por todos os agentes desportivos directamente envolvidos:

- São presentes ao Juiz Principal até 15 minutos após a publicação dos Resultados Oficiais Provisórios.
- Os protestos são efectuados por escrito e entregues, acompanhados de uma taxa de 25 Euros ao Juiz Principal, ou ao Delegado Técnico à prova, que o receberá anotando-lhe a hora de recepção.
- A taxa será sempre devolvida se o protesto for decidido favoravelmente.



12. PRÉMIOS

- Serão atribuídos prémios pecuniários, de acordo com a tabela em anexo.
- Troféus individuais e colectivos.

Na atribuição dos Troféus, é obrigatória a presença dos atletas.
Horário de entrega de Prémios: Imediatamente após a chegada do último atleta.

13. SECRETARIADO DA PROVA

Estará instalado na Câmara Municipal de Penacova.
.
Abertura às 09:00 horas.
Encerra às 10:35 horas.

14. CASOS OMISSOS

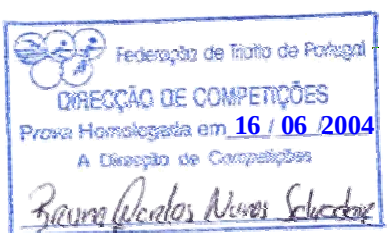
Os casos omissos à Regulamentação da FTP, serão resolvidos pelo Delegado Técnico.

15. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser dirigidas até às 24:00 horas do dia 19 de Julho de 2004 (Segunda- Feira) para:

Federação de Triatlo de Portugal
Alameda do Sabugueiro, 1 B
Murganhal - Caxias
2780 Paço de Arcos
Telef: 21.442 15 53 - Fax: 21.441 84 87
www.federacao-triatlo.pt
Email: fedtriatlopor@mail-telepac.pt

Taxa de Inscrição : Atletas Licenciados = 5 Euros (Por cada atleta)
Atletas não Licenciados = 5 Euros + 2,5 Euros (Seguro de prova)
As inscrições efectuadas depois do prazo estabelecido, têm um agravamento de 15 Euros para alem do valor da inscrição.



XII TRIATLO DE PENACOVA
Circuito Nacional de Triatlo
(Sprint)

LISTA DE PRÉMIOS PECUNIÁRIOS
CIRCUITO NACIONAL DE TRIATLO

INDIVIDUAIS MASCULINOS	VALOR PECUNIÁRIO
1º	150,00 €
2º	120,00 €
3º	90,00 €
4º	55,00 €
5º	50,00 €
6º	45,00 €
7º	40,00 €
8º	35,00 €
9º	30,00 €
10º	25,00 €
Total	640,00 €

INDIVIDUAIS FEMININOS	VALOR PECUNIÁRIO
1ª	150,00 €
2ª	120,00 €
3ª	90,00 €
Total	360,00 €

TOTAL DE PRÉMIOS	1.000,00 €

Federação de Triatlo de Portugal
DIRECÇÃO DE COMPETIÇÕES
Prova Homologada em 16 / 06 /2004
A Direcção de Competições