

**IX TRIATLO DE AVIS**  
**4-Junho-2005**  
**Distância Sprint**

**Campeonato Nacional de Veteranos de Triatlo**  
**Circuito Nacional de Triatlo**

**REGULAMENTO**

**1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO**

O IX Triatlo de Avis, é uma organização da Câmara Municipal de Avis, Clube de Futebol “Estrela Alcorreguense” e Casa de Cultura de Avis, com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal. É Campeonato Nacional de Veteranos de Triatlo e prova pontuável para o Circuito Nacional de Triatlo de 2005.

**2. DATA/HORA E LOCAL DE PARTIDA**

O IX Triatlo de Avis, realiza-se no sábado dia 4 de Junho de 2005, com a partida a ter início às 16 horas, na Zona do Clube Náutico – Albufeira do Maranhão.

**3. DISTÂNCIAS**

Disputa-se nas distâncias de 750 m de Natação; 20 Km de Ciclismo; 5 Km de Corrida.

**4. ESCALÕES ETÁRIOS**

JUNIORES	Nascidos entre 1986 e 1989	(16 a 19 anos)
SUB-23	Nascidos entre 1982 e 1985	(20 a 23 anos)
SENIORES	Nascidos entre 1981 e 1966	(24 a 39 anos)
VETERANOS I	Nascidos entre 1965 e 1961	(40 a 44 anos)
VETERANOS II	Nascidos entre 1960 e 1956	(45 a 49 anos)
VETERANOS III	Nascidos entre 1955 e 1951	(50 a 54 anos)
VETERANOS IV	Nascidos entre 1950 e 1946	(55 a 59 anos)
VETERANOS V	Nascidos em 1945 e anteriores	(60 anos e mais)

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

**5. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS**

Natação: 750 m - ( 2 voltas x 375 m)

Local: Albufeira do Maranhão – Clube Náutico – Partida e chegada na Praia Fluvial.

Ciclismo: (20 km) – 2 voltas

Descrição: Clube Náutico; direita para estrada N244 até à rotunda do cruzamento para Pavia; à direita fazer 2 x ida e volta na estrada N370 até à primeira entrada de Alcórrego. Na rotunda do cruzamento para Pavia em frente para o Parque de Transição junto ao Pavilhão Gimnodesportivo.

Corrida: (5 km) – 2,5 Km x 2 voltas

Descrição: 2º Parque de Transição; Rua 1º Maio; Rua Machado dos Santos (sentido descendente); Rua dos Combatentes do Ultramar; Largo General Humberto Delgado ; Av. Da Liberdade; Rua 1º Maio; Rua da Cantina; Rua António José D'Almeida; Rua das Cisternas; Rua Portas de Évora; Praça Serpa Pinto; Largo Dr. Sérgio Castro ;Largo Cândido dos Reis; Rua Machado dos Santos; Rua 1º Maio; Meta.

## **6. LOCAIS DE ABASTECIMENTO**

Parque de Transição 2 e Meta.

## **7. CHECK IN**

A abertura do Parque de Transição para verificação técnica da bicicleta e restante equipamento terá início às 15:00 e encerrará às 15:45 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 - 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 participação na prova, tem que estar obrigatoriamente coberta pelo Seguro Desportivo previsto na Lei ( Acidentes Pessoais ) .

» Em caso de falta de qualquer um dos elementos identificadores (dorsal, número de bicicleta), os atletas podem competir mediante o pagamento de uma taxa de 5€ não reembolsável.

## Natação

» Cada concorrente é o responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respectivo percurso, nomeadamente no cumprimento do numero de voltas previamente anunciadas.

\* Todos os meios de propulsão ou aspiração artificiais são interditos.

\* Obrigatoriamente os atletas terão de utilizar touca de natação até ao Parque de Transição.

\* É permitido o uso de Fato Isotérmico se a temperatura da água for 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 o responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respectivo percurso, previamente anunciado.

» 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 o 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.

## **10. CLASSIFICAÇÕES**

Serão efectuadas:

\* Classificação Geral Absoluta.

\* Classificação por escalões etários / sexo.

\* 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 €, 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 valores pecuniários e troféus individuais e colectivos.

Na atribuição dos Prémios, é obrigatória a presença dos atletas.

Horário de entrega de Prémios: Imediatamente após a chegada do último atleta.

## **13. SECRETARIADO DA PROVA**

Estará instalado no Clube Náutico, abre às 14:30 horas e encerra às 15:30 horas.

## **14. CASOS OMISSOS**

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

## **15. INSCRIÇÕES**

Atletas Federados = 7,5 € (Por cada atleta)

Atletas não Federados = 7,5€ + 2,5 € (Seguro de prova)

Terminam 2ª Feira, dia 30 de Maio às 24h00.

As Inscrições efectuadas depois do prazo estabelecido têm um agravamento de 15 € para além do valor da inscrição.

Inscrições dirigidas a:

Federação de Triatlo de Portugal  
Alameda do Sabugueiro, n.º 1 - B  
Murganhal – Caxias – 2780 Paço de Arcos  
Telef: 21.442 15 53 - Fax: 21.441 84 87

E-mail: [fedtriatlopor@mail.telepac.pt](mailto:fedtriatlopor@mail.telepac.pt)  
[www.federacao-triatlo.pt](http://www.federacao-triatlo.pt)

# IX TRIATLO DE AVIS

4-Junho-2005

Distância Sprint

## Campeonato Nacional de Veteranos de Triatlo Circuito Nacional de Triatlo

### Ficha tipo de Inscrição Individual

Licença FTP n.º

Nome

Data de Nascimento

Escalão

M

F

  

Clube

Telefone

---

### Ficha tipo de Inscrição Colectiva

Clube:

Licª nº	Nome	Data Nascº	Escalão

## LISTA DE PRÉMIOS PECUNIÁRIOS

Provas de

## CIRCUITO NACIONAL DE TRIATLO

<b>Prémios Pecuniários Individuais</b>			
	Masculinos	Femininos	
1º	70,00 €	70,00 €	
2º	55,00 €	55,00 €	
3º	42,50 €	42,50 €	
4º	32,50 €	32,50 €	
5º	27,50 €	27,50 €	
6º	22,50 €	22,50 €	
<b>TOTAL</b>	<b>500,00 €</b>		