



*Cartaz Provisório*

# 3º TRIATLO

*Angra do Heroísmo*  
Cidade Património Mundial

## SILVEIRA 24.SET.2006

**Regulamento Provisório**

<p><b>SUPER SPRINT 14.00H</b> PROVA ABERTA</p> <ul style="list-style-type: none"> <li> 375 m</li> <li> 12 km</li> <li> 2,5 km</li> </ul>	<p><b>SPRINT 15.00H</b> PROVA CIRCUITO NACIONAL DE TRIATLO PROVA CAMPEONATO REGIONAL DE TRIATLO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li> 750 m</li> <li> 20 km</li> <li> 5 km</li> </ul>
--	---

*Inscrições no Gabinete de Desporto da C.M.A.H.  
Centro Cultural e de Congressos de Angra do Heroísmo*

Organização:

Colaboração:



O Triatlo é uma modalidade desportiva na qual se praticam três actividades distintas: **natação, ciclismo e corrida**. As competições são disputadas pelas mesmas ordemesem paragem de cronómetro nas seguintes distâncias:

- **Super Sprint** - 375mts natação - 10kmciclismo - 2,5kmcorrída.
- **Sprint** - 750mts natação - 20kmciclismo - 5kmcorrída.
- **Olímpico** - 1500mts natação - 40kmciclismo - 10kmcorrída.
- **Longo** - 3kmo mais natação - 180kmciclismo - 42kmcorrída.

### TRIATLO DE ANGRADO HEROÍSMO CIDADE PATRIMÓNIO MUNDIAL

O Triatlo de Angra do Heroísmo Cidade Património Mundial foi levado a cabo pela primeira vez no ano de 2004, tendo-se realizado até ao momento duas edições das quais se obteve um balanço muito positivo com vista ao desenvolvimento e implementação desta modalidade desportiva na região.

Edição	Data	Competição	Participantes	Vencedor Masculino	Vencedor Feminino	Vencedor Equipas
I	24 de Outubro de 2004	Super Sprint	27	Paulo Antunes (C.F. Belenenses)	Joline Wilkinson (U.S.A.)	IPODEC/Trioeiras.com
II	25 de Setembro de 2005	Sprint	21	Pedro Gomes (IPODEC/Trioeiras.com)	Ana Santos (Individual)	IPODEC/Trioeiras.com
		Super Sprint	19	Simão Pamplona (Individual)	Mónica Goulart (Individual)	---

O III Triatlo de Angra do Heroísmo Cidade Património Mundial, tal como nas edições anteriores, surge na intenção da Autarquia local promover o Concelho através de eventos desportivos de grande qualidade bem como promover a adopção de um estilo de vida activo junto da população.

A Edição deste ano decorrerá a 24 de Setembro e contará para o Circuito Nacional e Campeonato Regional da modalidade.

À semelhança da segunda edição, a competição disputar-se-á nas distâncias:

- **Sprint** 750mts natação na Zona Balnear da Silveira, 20kmciclismo entre a Silveira e São

### 13. SECRETARIA DO DE PROVA

O Secretariado da Prova estará instalado no Cais da Silveira entre as 12:30 horas e as 14:45 horas.

### 14. CASOS OMISSOS

Os casos omissos à Regulamentação da F.T.P., serão resolvidos pelo Departamento Técnico da F.T.P..

### 15. INSCRIÇÕES

As inscrições podem ser efectuadas através dos seguintes meios:

- Secretariado da Prova até 30 minutos antes do início da competição;
- Delegado da Federação para os Açores, Sr. Rogério Medeiros do Terceira Automóvel Clube - Secção de Triatlo ou para a Federação de Triatlo de Portugal - tlf: 962413132;
- Página de Internet da Federação de Triatlo de Portugal (www.federacao-triatlo.com);
- Gabinete de Desporto e Tempos Livres (Centro Cultural e de Congressos de Angra do Heroísmo) - tlf: 295206120 - fax: 295215034.

As taxas de inscrição são as seguintes:

- Atletas licenciados = 7,5 euros;
- Atletas não licenciados = 7,5 euros + 2,5 euros (Seguro de Prova).

### 16. INFORMAÇÕES ADICIONAIS

A Câmara Municipal de Angra do Heroísmo disponibilizará transporte tanto para atletas como para respectivos materiais, desde que confirmados.

Para mais informações:

- Gabinete de Desporto e Tempos Livres da C.M.A.H. - tlf: 295206120 - fax: 295215034.
- Ricardo Matias (Técnico de Desporto da C.M.A.H.) - tlf: 961945284 - e-mail: rmatias2@gmail.com.
- Pedro Bartolomeu (Delegado Técnico da F.T.P. para os Açores) - tlf: 969481574.

- Classificação Geral Absoluta;
- Classificação por Escalões e Género;
- Classificação por Equipas (somatório dos 3 melhores atletas de cada equipa);
- Classificação do Campeonato Regional de Triatlo dos Açores.

## 11. PROTESTOS

Podem ser efectuados protestos por todos os agentes desportivos directamente envolvidos.

Serão presentes ao Juiz Principal, até 15 minutos após a publicação dos resultados oficiais provisórios.

Os protestos são efectuados por escrito e entregues, acompanhados de taxa de 15 euros ao Juiz Principal ou ao Delegado Técnico, que receberá anotando a hora de recepção.

A taxa será sempre devolvida se o protesto for decidido favoravelmente.

## 12. PRÉMIOS

Na prova de *Sprint* serão entregues os seguintes troféus:

- Três primeiros classificados da Geral Absolutos (masculinos);
- Três primeiros classificados da Geral Absolutos (femininos);
- Três primeiros classificados do Campeonato Regional Açores;
- Três primeiros classificados por Equipas.

Na prova de *SuperSprint* serão entregues os seguintes troféus:

- Três primeiros classificados da Geral Absolutos (masculinos);
- Três primeiros classificados da Geral Absolutos (femininos);
- Três primeiros classificados nas Estafetas.

Serão entregues certificados de participação a todos os participantes.

Os prémios monetários a atribuir na prova de *Sprints* são os seguintes:

Campeonato (A) Regional dos Açores	Circuito Nacional (B)
1.º - 250€	Conforme tabelada Federação de Triatlo de Portugal.
2.º - 125€	
3.º - 60€	
4.º - 30€	
5.º - 15€	

(A) Atribuir pelo T.A.C.

(B) Atribuir pela F.T.P.

Mateuse 5km corridas nas principais artérias do Concelho.

**-SuperSprint** - 375mts natação na Zona Balnear da Silveira, 12km ciclismo entre a Silveira e São Mateus e 2,5km corridas nas principais artérias do Concelho.

A organização, ambicionando prosseguir com o carácter de tradição deste evento, prevê uma boa prestação de todos os atletas nacionais bem como dos regionais locais.

## CIRCUITO NACIONAL DE TRIATLO/CAMPEONATO REGIONAL AÇORIANO DE TRIATLO/PROVA ABERTA

### REGULAMENTO DE PROVA

#### 1. ORGANIZAÇÃO/ENQUADRAMENTO

O III Triatlo de Angra do Heroísmo - Cidade Património Mundial é uma organização da Câmara Municipal de Angra do Heroísmo em parceria com a Secção de Triatlo do Terceiro Automóvel Clube e apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal, contando com o apoio da Cruz Vermelha Portuguesa, TotalBike,.....

#### 2. CALENDARIZAÇÃO

O III Triatlo Angra do Heroísmo - Cidade Património Mundial realiza-se no dia 24 de Setembro de 2006, pelas 15 horas, com partida na rampa da Zona Balnear da Silveira.

A partida da Prova Aberta (*SuperSprint*) terá lugar no mesmo local às 14 horas.

#### 3. DISTÂNCIAS

O III Triatlo Angra do Heroísmo - Cidade Património Mundial realiza-se na distância de *Sprint* 750mts natação, 20km ciclismo e 5km corrida.

A Prova Aberta (*Super Sprint*) será disputada nas distâncias: 375 mts natação, 12km ciclismo, 2,5km corrida.

#### 4. ESCALÕES ETÁRIOS

Os escalões etários, tanto femininos como masculinos, são os seguintes:

- Juniões - Nascidos entre 1990 e 1987 (16 a 19 anos);
- Sub-23 - Nascidos entre 1986 e 1983 (20 a 23 anos);
- Seniores - Nascidos entre 1982 e 1967 (24 a 39 anos);
- Veteranos 1 - Nascidos entre 1966 e 1962 (40 a 44 anos);
- Veteranos 2 - Nascidos entre 1961 e 1957 (45 a 49 anos);
- Veteranos 3 - Nascidos entre 1956 e 1952 (50 a 54 anos);
- Veteranos 4 - Nascidos entre 1951 e 1947 (55 a 59 anos);
- Veteranos 5 - Nascidos entre 1946 e anteriores (60 e mais anos).

## 5. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

Percurso	Descrição	Sprint	Super Sprint
Natação	Partida: Junto à rampa da Zona Balnear da Silveira. Percurso triangular onde os atletas dirigem em primeiro lugar à bóia situada na sua direita, de seguida à bóia sobre a esquerda e regressando ao local de partida (rampa).	750mts (2 voltas)	375mts (1 volta)
Ciclismo	Saída do parque de transição, situado no Cais da Silveira. Passagem pelo Largo Ferreira Drumond, Caminho de Baixo de São Carlos, Vila Maria, até ao início da Canadada Luz (ponto de retorno). Dão o volta e regressam até ao Largo Ferreira Drumond.	20km (5 voltas) 1 volta=4km	12km (3 voltas) 1 volta=4km
Corrida	Volta grande: Cais da Silveira com saída pelas escadas junto à rampa, Rua Diogo de Teive, Av. Tenente Coronel José Agostinho, Alto das Covas, Ruada Sé, Ruada São João, Ruada das Minhas Terras, Rua Direita. Regressam pela Ruada Sé fazendo o percurso inverso até ao Largo Ferreira Drumond. Volta pequena: Voltam até à Rotunda dos Portões de São Pedro e regressam até ao Largo Ferreira Drumond.	5km (1 volta grande e 1 volta pequena)	2,5km (1 volta grande e 1 volta pequena)

## 6. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

- Largo Ferreira Drumond;
- Alto das Covas;
- Meta.

## 7. CHECKIN

A abertura do parque de transição para verificação técnica da bicicleta e restante equipamento terá lugar às 12:45 horas e encerrará pelas 13:45 horas.

Obrigatoriamente os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

## 8. CHECKOUT

Após a competição, os atletas poderão levantar o seu equipamento desportivo do parque de transição exibindo o seu peitoral/dorsal após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo.

O tempo limite para a efectuar o respectivo levantamento, será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova.

## 9. REGRAS

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 juízes e ser responsáveis do evento. Obrigatoriamente os atletas terão de competir equipados com camisola e top durante toda a prova.

A participação dos atletas tem de estar obrigatoriamente coberta pelo Seguro Desportivo previsto na lei (Acidentes Pessoais).

### NATAÇÃO

Cada concorrente é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do percurso, nomeadamente o cumprimento e o número de voltas anunciadas.

Os atletas terão obrigatoriamente de utilizar o cade de natação até ao parque de transição.

O uso de fatos isotérmicos apenas será permitido se a temperatura da água for inferior a 22 graus.

Os atletas deverão respeitar as regras e as indicações dadas pelos agentes de segurança.

### CICLISMO

É permitido andar a 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 na costase em local bem visível.

Cada concorrente é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do percurso, nomeadamente o cumprimento do número de voltas previamente anunciadas.

Os atletas obrigam-se a respeitar as regras de trânsito e as indicações dadas pelos agentes de segurança.

Os atletas alcançados pelos atletas mais rápidos são obrigados a ceder passagem, caso não haja condições de passagem em andamento, os atletas alcançados tornam-se obrigados a parar e desmontar a bicicleta para ceder passagem.

Os atletas masculinos não poderão andar a roda de femininos e vice-versa. Os atletas também não poderão andar a roda de atletas com maior número de voltas já efectuadas.

### CORRIDA

É obrigatório o uso de peitoral, colocado em zona frontal, bem visível.

Cada concorrente é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do percurso, nomeadamente o cumprimento do número de voltas previamente anunciadas.

## 10. CLASSIFICAÇÕES

As classificações a considerar são as seguintes: