



TRIATLO CASINO ESTORIL

Domingo, 12 de Outubro de 2008
TRIATLO PARA TODOS e PROVA ABERTA – 9:30
CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL – 11:00

REGULAMENTO GERAL

1. ORGANIZAÇÃO /ENQUADRAMENTO

- O **TRIATLO CASINO ESTORIL** é uma organização da Federação de Triatlo de Portugal com o apoio da Câmara Municipal de Cascais e do Casino Estoril;

2. ESCALÕES ETÁRIOS e DISTÂNCIAS

Estes escalões aplicam-se tanto em masculinos como em femininos.

2.1. Prova Aberta (Triatlo Super-Sprint)

Escalões	Distâncias e nº de Voltas
Juvenis (nascidos em 1993 e 1994)	375 m / 10 km / 2,4 km (1 V / 2 V / 1 V)
Juniões (nascidos entre 1989 e 1992)	
Sub 23 (nascidos entre 1985 e 1988)	
Seniores (nascidos entre 1969 e 1984)	
Veteranos I (nascidos entre 1964 e 1968)	
Veteranos II (nascidos entre 1959 e 1963)	
Veteranos III (nascidos entre 1954 e 1958)	
Veteranos IV (nascidos entre 1949 e 1953)	
Veteranos V (nascidos em 1948 e anos anteriores)	

3. Campeonato Nacional Individual (Triatlo Olímpico)

Escalões	Distâncias e nº de Voltas
Juniões (nascidos em 1989 e 1990)	1500m / 40 km / 9600 m (2 V / 8 V / 4 V)
Sub 23 (nascidos entre 1985 e 1988)	
Seniores (nascidos entre 1969 e 1984)	
Veteranos I (nascidos entre 1964 e 1968)	
Veteranos II (nascidos entre 1959 e 1963)	
Veteranos III (nascidos entre 1954 e 1958)	
Veteranos IV (nascidos entre 1949 e 1953)	
Veteranos V (nascidos em 1948 e anos anteriores)	

4. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

Campeonato Nacional Individual

Natação: (1,5 Km) - 2 voltas

Local: Praia do Tamariz – Estoril.

Ciclismo: (40 Km) – 8 voltas de 5 km

Descrição:

Troço de ligação do 1º ao 2º Parque de Transição - Pontão Praia do Tamariz; direita para subir a Rua de Olivença; Esquerda na E.N. 6; (Hotel Sana Estoril); Direita para Av. Clotilde até ao Edifício do Casino).

Voltas: Continuar a subir a Av. Clotilde; Esquerda Praça Almeida Garret; Esquerda Av. Aida; Direita E.N.6; Retorno junto à rotunda do Jumbo; E.N. 6 até ao alto do Hotel Sana Estoril (segundo ponto de retorno); E.N.6; direita para Av. Clotilde até ao Edifício do Casino (PT2).

Corrida: (10 Km) – 4 voltas de 2,5 Km

Descrição: Saída do 2º Parque de Transição; sair do jardim para a DIREITA A SUBINDO a Av. Aida até ao lado oposto do casino. Retorno 180º, regressam e descem a Av. Aida. Entram para a ESQUERDA nos jardins do Casino junto à Junta de Turismo; percorrem percurso balizado com estaca e fita vermelha/ branca; saem dos Jardins para a Av. Clotilde junto às Arcadas; subir a Av. Clotilde até meio, ESQUERDA passando ao lado da Meta e seguindo até ao local onde se iniciou a Corrida. À 4ª passagem pela zona da Meta, entram para o respectivo corredor.

PROVA ABERTA

Natação: (375m) - 1 volta

Local: Praia do Tamariz – Estoril.

Ciclismo: (10 Km) – 2 voltas de 5 km

Ver descrição anterior do Camp. Nacional.

Corrida: (2,5 Km) – 1 volta

Ver descrição anterior do Camp. Nacional.

5. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

No início e aos 1400m de cada volta e no final da prova.

6. REGRAS

6.1 Campeonato Nacional Individual

Nesta prova de não se aplicarão os números 2 e 3 do Artigo 10º do Regulamento Geral de Competições

(<http://www.federacao->

[triatio.com/upload/documentos/regulamentos/AG23FEV07_reg_geral_competicoes.pdf](http://www.federacao-triatlo.com/upload/documentos/regulamentos/AG23FEV07_reg_geral_competicoes.pdf))

6.2 LIMITE DE TEMPO

Os atletas terão que concluir o segmento de Ciclismo até às 13:00h (Linha de desmontagem da Zona de Transição 2 na Av. Clotilde, junto ao lado nascente do Casino).

Após esta hora não é permitido aos atletas entrarem na Zona de Transição 2.

Os atletas que ainda se encontrem na Estrada Marginal devem circular com as devidas precauções atendendo a que a mesma será reaberta ao trânsito pelas 13:00h.

Responsabilidade Geral

- São adoptadas as regras em vigor no Regulamento Técnico de Triatlo, Duetlo 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 ou chip), os atletas podem competir mediante o pagamento de uma taxa de 5€ não reembolsável.

Natação

- Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respectivo percurso, previamente anunciado, nomeadamente o número de voltas;
- Todos os meios de propulsão ou aspiração artificiais são interditos;
- Os atletas terão obrigatoriamente de utilizar touca de natação até ao Parque de Transição;
- O uso de fato isotérmico apenas será permitido se a temperatura da água for inferior a 22º;
- A organização não se responsabiliza por qualquer extravio de material que não seja colocado no respectivo cesto numerado existente no Parque de Transição para o efeito.

Ciclismo

- É permitido seguir em grupo (excepto se os atletas se encontrarem em voltas diferentes);
- 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.

7. ESTAFETAS

- Serão compostas por grupos de 2 ou 3 participantes não licenciados na FTP, os quais distribuirão entre si o cumprimento dos 3 segmentos da **PROVA ABERTA**, contando para o apuramento da classificação o atleta que conclua a prova.
- Todos os atletas que participam nas estafetas terão de respeitar a zona de transmissão dos testemunhos sob pena de desqualificação.

8. CLASSIFICAÇÕES

Prova Aberta

- Classificação Geral Absoluta, por escalões etários e por sexo;
- Classificação geral por Equipas masc. e fem. (soma dos 3 melhores tempos);
- Classificação por Estafetas.

Campeonato Nacional Individual

- Classificação Geral Absoluta e por sexo;
- Classificação de S23 e Seniores por sexo;

9. 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.

10. PRÉMIOS

- Serão atribuídos prémios pecuniários de acordo com a tabela em anexo;
- Troféus individuais e colectivos de acordo com a tabela em anexo;
- Na atribuição dos prémios é obrigatória a presença dos atletas;
- A entrega de prémios desenrola-se no final da prova de **Campeonato Nacional Individual**

11. INSCRIÇÕES

Campeonato Nacional Individual

As inscrições encerrarão às 24h00 de segunda-feira dia 6 de Outubro de 2008.

Não serão aceites inscrições a partir desta data.

- Serão aceites através do site <http://www.federacao-triatlo.com/inscricoes.asp> ou segundo ficha em anexo;
- Para a inscrição ser considerada válida, os formulários de inscrição deverão estar devidamente preenchidos e acompanhados das respectivas taxas de inscrição ou comprovativos de pagamento;

Valor da Inscrição

- Atletas Masculinos (licenciados na FTP) – 10 €;
- Atletas Femininos – Grátis;

Prova Aberta

As inscrições encerrarão às 24h00 de segunda-feira dia 6 de Outubro de 2008.

Não serão aceites inscrições a partir desta data.

- Serão aceites apenas através do site <http://www.federacao-triatlo.com/inscricoes.asp>
- **Equipas de estafeta** devem inscrever-se por mail para luis.ramos@federacao-triatlo.pt indicando os dados da ficha abaixo.
- Para a inscrição ser considerada válida, os formulários de inscrição deverão estar devidamente preenchidos e acompanhados das respectivas taxas de inscrição ou comprovativos de pagamento;

11.1. Valor da Inscrição

- Atletas Masculinos (licenciados na FTP) – 7,5 €;
- Atletas Masculinos (não licenciados) - 10 € (inclui seguro de prova);
- Atletas Femininos – Grátis;
- Estafetas na Prova Aberta – 5,00 € por cada elemento masculino da equipa (inclui seguro de prova)

11.2. Formas de Inscrição

- **Internet:**
www.federacao-triatlo.com/inscricoes.asp
luis.ramos@federacao-triatlo.pt

11.3. Modos de Pagamento (só para atletas não filiados):

- Por cheque (Endossado a Federação de Triatlo de Portugal), em numerário ou por transferência bancária para o NIB – 0035 0277 0001 2426 7305 9, recepcionados na F.T.P. até quarta-feira dia 7 de Outubro de 2008;
- Quando o pagamento for efectuado por transferência bancária, o respectivo comprovativo deve ser enviado para a FTP através do fax nº 214 418 487 ou ficheiro em pdf para tesouraria@federacao-triatlo.pt, indicando o(s) nome(s) do(s) atleta(s) e o nome da prova a que se refere esse pagamento;
- Os pagamentos efectuados depois de 7 de Outubro de 2008 têm um agravamento de 10 € para além do valor da inscrição.

12. CASOS OMISSOS

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

13. OUTRAS INDICAÇÕES

- Estão previstas zonas de controlo de passagem dos corredores, sendo desclassificado todo e qualquer atleta que não cumpra a totalidade do percurso;
- Da aptidão física dos atletas serão responsáveis os clubes, as entidades que os inscrevem ou o próprio atleta, não cabendo à Organização responsabilidades por quaisquer acidentes que se venham a verificar

antes, durante e depois da prova, sendo, tomadas providências para uma assistência eficaz durante o desenrolar da mesma;

- O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo do percurso;
- No final da prova, os atletas poderão tomar banho nas instalações de apoio à Praia do Tamariz;

LISTA DE PRÉMIOS PECUNIÁRIOS

Campeonato Nacional de Triatlo (individual)																
Nº de Atletas dentro da (%) de Qualidade - Masculinos																
	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1º	450,00 €	451,00 €	452,00 €	454,00 €	457,00 €	481,00 €	487,00 €	475,00 €	485,00 €	504,00 €	529,00 €	565,00 €	623,00 €	728,00 €	987,00 €	1.754,00 €
2º	350,00 €	351,00 €	352,00 €	354,00 €	357,00 €	380,00 €	387,00 €	375,00 €	385,00 €	404,00 €	429,00 €	465,00 €	522,00 €	628,00 €	887,00 €	80,00 €
3º	270,00 €	271,00 €	272,00 €	274,00 €	276,00 €	280,00 €	287,00 €	295,00 €	305,00 €	324,00 €	349,00 €	385,00 €	442,00 €	548,00 €	70,00 €	70,00 €
4º	200,00 €	201,00 €	202,00 €	203,00 €	206,00 €	210,00 €	217,00 €	224,00 €	235,00 €	253,00 €	279,00 €	315,00 €	372,00 €	55,00 €	55,00 €	55,00 €
5º	160,00 €	161,00 €	162,00 €	163,00 €	166,00 €	170,00 €	176,00 €	184,00 €	195,00 €	213,00 €	239,00 €	274,00 €	45,00 €	45,00 €	45,00 €	45,00 €
6º	140,00 €	140,00 €	142,00 €	143,00 €	146,00 €	150,00 €	156,00 €	164,00 €	175,00 €	193,00 €	219,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €
7º	130,00 €	130,00 €	131,00 €	133,00 €	136,00 €	140,00 €	146,00 €	154,00 €	165,00 €	183,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €
8º	120,00 €	120,00 €	121,00 €	123,00 €	126,00 €	130,00 €	136,00 €	144,00 €	154,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €
9º	80,00 €	80,00 €	81,00 €	83,00 €	86,00 €	91,00 €	96,00 €	104,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €
10º	70,00 €	70,00 €	71,00 €	73,00 €	76,00 €	81,00 €	86,00 €	15,00 €	15,00 €	15,00 €	15,00 €	15,00 €	15,00 €	15,00 €	15,00 €	15,00 €
11º	60,00 €	60,00 €	61,00 €	63,00 €	66,00 €	71,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €
12º	50,00 €	50,00 €	51,00 €	53,00 €	56,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €
13º	40,00 €	40,00 €	41,00 €	43,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €
14º	30,00 €	30,00 €	31,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €	8,00 €
15º	20,00 €	20,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €
16º	10,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €

Nº de Atletas dentro da (%) de Qualidade - FEMININOS								
	8	7	6	5	4	3	2	1
1º	450,00 €	464,00 €	483,00 €	509,00 €	553,00 €	635,00 €	828,00 €	1.475,00 €
2º	350,00 €	364,00 €	383,00 €	409,00 €	453,00 €	535,00 €	727,00 €	80,00 €
3º	270,00 €	284,00 €	303,00 €	329,00 €	372,00 €	455,00 €	70,00 €	70,00 €
4º	200,00 €	214,00 €	232,00 €	259,00 €	302,00 €	55,00 €	55,00 €	55,00 €
5º	160,00 €	173,00 €	192,00 €	219,00 €	45,00 €	45,00 €	45,00 €	45,00 €
6º	140,00 €	153,00 €	172,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €
7º	130,00 €	143,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €
8º	120,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €

Total 4.000,00 €

1. As percentagens de qualidade, relativamente ao tempo do primeiro classificado do respectivo sexo em prova, são:

Masculinos: 10 %

Femininos: 15 %

MEDALHÕES

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
Absolutos	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Sub-23	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Seniores	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª

PROVA ABERTA MEDALHAS E TROFÉUS

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
Absolutos	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Juvenis	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Juniões	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Sub-23	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Seniores	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Veteranos	1º, 2º e 3º Vet. I	1ª, 2ª e 3ª Vet. I
	1º, 2º e 3º Vet. II	1ª, 2ª e 3ª Vet. II
	1º, 2º e 3º Vet. III	1ª, 2ª e 3ª Vet. III
	1º, 2º e 3º Vet. IV	
	1º, 2º e 3º Vet. V	
Equipas	1ª, 2ª e 3ª	1ª, 2ª e 3ª

Estafetas

Absolutos	1ª, 2ª e 3ª
-----------	-------------

TRIATLO CASINO ESTORIL 2008
PROVA ABERTA e TRIATLO PARA TODOS

Domingo, 12 de Outubro de 2008 – 9:30

FORMULÁRIO DE INSCRIÇÃO
(para envio por fax, CTT ou pessoalmente)

PROVA ABERTA e TRIATLO PARA TODOS

Nome completo do/a atleta: *
Data Nascimento: *
Nº de Telefone Fixo ou de Telemóvel: *
E-mail: *
Observações:
*Campos Obrigatórios A Federação de Triatlo de Portugal reserva-se no direito de não aceitar inscrições que contenham dados inválidos ou incompletos.

TRIATLO CASINO ESTORIL – PROVA ABERTA

Domingo, 12 de Outubro de 2008

FORMULÁRIO DE INSCRIÇÃO
(para envio por fax, CTT ou pessoalmente)

EQUIPAS DE ESTAFETA (PROVA ABERTA)

NOME DA EQUIPA: _____

Primeiro e último nome do/a 1º atleta: Data de nascimento:
Primeiro e último nome do/a 2º atleta: Data de nascimento:
Primeiro e último nome do/a 3º atleta: Data de nascimento: