



XV DUATLO DE GRÂNDOLA

Sáb. 7 de Março de 2009 – 14:30 - Campeonato Nacional Jovem

Dom. 8 de Março de 2009 – 11:00 - Taça de Portugal e Campeonato Regional Indiv. e Clubes de Duatlo - SUL

REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

O XV DUATLO DE GRÂNDOLA é uma organização da Câmara Municipal de Grândola em parceria com o AMICICLO e a Federação de Triatlo de Portugal.

São provas pontuáveis para o Campeonato Nacional Jovem e Taça de Portugal.

2. LOCAL e PROGRAMA-HORÁRIO

As provas decorrerão na vila de Grândola junto ao Complexo Desportivo José Afonso.

Sábado 7:

Duatlo Jovem

13:00 às 14:00 – Secretariado

13:10 às 14:10 – Verificação técnica de material e colocação do mesmo na Zona de Transição (ZT).

14:15 – Hora limite de permanência de atletas na ZT

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

14:30 – Início do Duatlo Jovem

Domingo 8:

Duatlo Taça de Portugal

9:30 às 10:30 – Secretariado

9:40 às 10:40 – Verificação técnica e colocação do material na ZT

10:45 – Hora limite de permanência de atletas na ZT

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

11:00 - Início do Duatlo da Taça de Portugal

Após a competição, os atletas poderão levantar o seu material da ZT exibindo o seu dorsal após a chegada do último atleta do segmento de BTT.

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

3. DISTÂNCIAS e ESCALÕES ETÁRIOS

Duatlo (jovens)

Escalões	Distâncias (1ª Corrida/ BTT/ 2ª Corrida) e nº de Voltas
Pais e acompanhantes	320 m / 1000 m / 180 m (1 Volta / 1 volta/ ida)
Benjamins (nascidos em 2000/2001/2002)	320 m / 1000 m / 180 m (1 Volta / 1 volta/ ida)
Infantis (nascidos em 1998/1999)	800 m / 1600 m / 400 m (2 Voltas / 1 volta/ 1 volta)
Iniciados (nascidos em 1996/1997)	1000 m / 3100 m / 500 m (2 Voltas/ 1 volta/ 1 volta)
Juvenis (nascidos em 1994/1995)	2000 m / 6200 m / 950 m (2 Voltas/ 2 voltas/ 1 volta)

Duatlo (Taça de Portugal)

Escalões	Distâncias e nº de Voltas
Juniores (nascidos entre 1990 e 1993)	1ª Corrida - 5670 m (3 Voltas)
Sub 23 (nascidos entre 1986 e 1989)	
Seniores (nascidos entre 1970 e 1985)	
Veteranos I (nascidos entre 1965 e 1969)	BTT - 19 060 m (Troço de acesso + 2 voltas)
Veteranos II (nascidos entre 1960 e 1964)	
Veteranos III (nascidos entre 1955 e 1959)	2ª Corrida - 1900 m (1 volta)
Veteranos IV (nascidos entre 1950 e 1954)	
Veteranos V (nascidos em 1949 e anos anteriores)	

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

4. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

Duetlo (Jovens)

1ª e 2ª Corridas – em asfalto, em trajecto de ida e volta.

CICLISMO em **BTT** em terra batida e asfalto, em trajecto circular.

Duetlo (Taça de Portugal)

1ª Corrida: em asfalto, em trajecto de ida e volta na Av. António Inácio da Cruz (3 voltas). Partida; subir a Av. António Inácio da Cruz; retorno junto à Univ. Sénior; descer a mesma Avenida; passagem junto à partida; retorno junto ao Posto Galp; voltar a subir a Av. António Inácio da Cruz; esquerda para a Zona de Transição.

Ciclismo em **BTT**: em circuito (2 voltas), em **terra batida e asfalto e com nível médio de dificuldade**.

2ª Corrida: Saída da Zona de Transição; em frente subindo a Rua Ana Luísa Cruz Costa; contorna o Jardim; entra na Av. António Inácio da Cruz e percorre o mesmo percurso da 1ª Corrida (1 volta). Esquerda para a Meta na Rua Alves Serrano (estacionamento do Complexo).

5. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

Duetlo (Jovens)

No final da Prova.

Duetlo (Taça de Portugal)

No início da 2ª Corrida.

No final da Prova.

6. REGRAS - 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.

BTT

- 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.

Ver regulamentos em vigor em http://www.federacao-triatlo.pt/index.php?option=com_content&task=view&id=24&Itemid=84

7. CLASSIFICAÇÕES

Duetlo (Jovens)

- Classificação por escalões etários / sexo.
- Classificação por equipas (soma dos pontos de todos os elementos da equipa)

Duetlo (Taça de Portugal)

- Classificação Geral Absoluta.
- Classificação por escalões etários / sexo.
- Classificação por equipas (soma dos 3 melhores tempos)
- Classificação Campeonato Regional Indiv. e Clubes
- Classificação por equipas de Estafeta

8. 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.

9. PRÉMIOS

- Serão atribuídos prémios pecuniários na prova de Taça de Portugal de acordo com a tabela em anexo.
- Troféus individuais e colectivos para os primeiros classificados.
- Na atribuição dos prémios é obrigatória a presença dos atletas.

- Lembranças alusivas à prova para todos os participantes.

Entrega de prémios junto à Meta:

Aos 3 primeiros masculinos logo após a chegada do 3º atleta.

Aos 3 primeiros femininos logo após a chegada da 3ª atleta.

Os restantes prémios serão entregues após a chegada do último atleta.

10. INSCRIÇÕES

Duatlo (Jovens)

Serão gratuitas e aceites até às 24h00 de segunda-feira dia 2 de Março de 2009 através do site http://www.federacao-triatlo.pt/index.php?option=com_wrapper&Itemid=126, ou segundo ficha em anexo.

Duatlo (Taça de Portugal)

Serão aceites até às 24h00 de segunda-feira dia 2 de Março de 2009 através do site http://www.federacao-triatlo.pt/index.php?option=com_wrapper&Itemid=126, 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.

- Valores de inscrição:
 - Atletas Masculinos (licenciados na FTP) - 7,50 €
 - Atletas Masculinos (não licenciados) - 10 € (inclui seguro de prova)
 - Atletas Femininos - Grátis
 - Atletas Jovens (15 anos e menos) – Grátis
 - Equipas de estafeta – 5€ por atleta (inclui seguro de prova)

Os pagamentos efectuados depois de 4 de Março de 2009 têm um agravamento de 10 € para além do valor da inscrição.

Formas de Inscrição:

Por correio, fax ou pessoalmente (segundo ficha em anexo):

Federação de Triatlo de Portugal

Alameda do Sabugueiro, 1 B

Murganhal

2760 – 128 CAXIAS

Telef.: 21 446 48 20

Fax: 21 441 84 87

Internet:

<http://www.federacao-triatlo.pt/gestao/pub/login.php>

competicoes@federacao-triatlo.pt

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 02 77 00 01 24 26 730 59**, recepcionados na F.T.P. até quarta-feira dia 4 de Março de 2009.
- Quando o pagamento é efectuado por transferência bancária, o respectivo comprovativo deve ser enviado para a FTP através do fax nº 21 441 84 87 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.**

11. CASOS OMISSOS

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

12. Outras informações:

No final da prova, os atletas poderão tomar banho nos Balneários do Complexo junto à Meta.

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.

Estará disponível um serviço de **lavagem de bicicletas** num espaço a sul do Complexo.

O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo do percurso.

PRÉMIOS

Lista de prémios monetários

Taça de Portugal (Provas de Duatlo)

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	220,00 €	221,00 €	221,00 €	222,00 €	223,00 €	224,00 €	227,00 €	231,00 €	235,00 €	242,00 €	251,00 €	264,00 €	285,00 €	323,00 €	403,00 €	674,00 €
2º	168,00 €	169,00 €	168,00 €	169,00 €	171,00 €	172,00 €	175,00 €	179,00 €	182,00 €	190,00 €	199,00 €	212,00 €	233,00 €	270,00 €	351,00 €	80,00 €
3º	128,00 €	129,00 €	128,00 €	129,00 €	131,00 €	132,00 €	135,00 €	139,00 €	142,00 €	150,00 €	159,00 €	172,00 €	193,00 €	230,00 €	70,00 €	70,00 €
4º	104,00 €	105,00 €	104,00 €	105,00 €	107,00 €	108,00 €	111,00 €	114,00 €	118,00 €	126,00 €	135,00 €	148,00 €	169,00 €	55,00 €	55,00 €	55,00 €
5º	88,00 €	89,00 €	88,00 €	89,00 €	91,00 €	92,00 €	94,00 €	98,00 €	102,00 €	109,00 €	119,00 €	131,00 €	45,00 €	45,00 €	45,00 €	45,00 €
6º	72,00 €	72,00 €	72,00 €	73,00 €	75,00 €	76,00 €	78,00 €	82,00 €	86,00 €	93,00 €	103,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €
7º	64,00 €	64,00 €	64,00 €	65,00 €	67,00 €	68,00 €	70,00 €	74,00 €	78,00 €	85,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €
8º	56,00 €	56,00 €	56,00 €	57,00 €	59,00 €	60,00 €	62,00 €	66,00 €	70,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €
9º	48,00 €	48,00 €	48,00 €	49,00 €	50,00 €	52,00 €	54,00 €	58,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €
10º	40,00 €	40,00 €	40,00 €	41,00 €	42,00 €	43,00 €	46,00 €	15,00 €	15,00 €	15,00 €	15,00 €	15,00 €	15,00 €	15,00 €	15,00 €	15,00 €
11º	32,00 €	32,00 €	32,00 €	33,00 €	34,00 €	35,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €
12º	24,00 €	24,00 €	24,00 €	25,00 €	26,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €
13º	20,00 €	20,00 €	20,00 €	21,00 €	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	16,00 €	16,00 €	16,00 €	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	12,00 €	12,00 €	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	8,00 €	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 €

1.100,00 €

Nº de Atletas dentro da (%) de Qualidade - FEMININOS								
	8	7	6	5	4	3	2	1
1º	220,00 €	225,00 €	231,00 €	240,00 €	255,00 €	283,00 €	344,00 €	555,00 €
2º	168,00 €	173,00 €	179,00 €	188,00 €	203,00 €	231,00 €	291,00 €	80,00 €
3º	128,00 €	133,00 €	139,00 €	148,00 €	162,00 €	191,00 €	70,00 €	70,00 €
4º	104,00 €	108,00 €	115,00 €	124,00 €	138,00 €	55,00 €	55,00 €	55,00 €
5º	88,00 €	92,00 €	99,00 €	108,00 €	45,00 €	45,00 €	45,00 €	45,00 €
6º	72,00 €	76,00 €	82,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €
7º	64,00 €	68,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €
8º	56,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €

Total 2.000,00 €

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

Masculinos: 10 %

Femininos: 15 %

Camp. Regional Duatlo – Prémios monetários individuais			
Masculinos		Femininos	
1º	80€	1ª	80€
2º	60€	2ª	60€
3º	40€	3ª	40€
4º	25€		
5º	15€		

Camp. Regional Duatlo – Prémios monetários Clubes			
Equipas masculinas		Equipas femininas	
1º	60€	1ª	60€
2º	50€		
3º	30€		

Os prémios monetários do Campeonato Regional Individual são cumulativos com os da prova da Taça de Portugal.

OUTROS PRÉMIOS**Duatlo Taça de Portugal**

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
Absolutos	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Juniores	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
Equipas de estafeta	1ª	

Duatlo Campeonato Regional Sul

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
Absolutos	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Equipas	1ª, 2ª e 3ª	1ª, 2ª e 3ª

Duatlo Jovem

	Masculinos	Femininos
Benjamins	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Infantis	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Iniciados	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Juvenis	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª

Equipas
1ª, 2ª, 3ª, 4ª e 5ª



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

XV DUATLO DE GRÂNDOLA
Sáb. 7 de Março de 2009 – 14:30

Prova para Jovens

Nome completo do/a atleta: *
Morada: *
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.



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

XV DUATLO DE GRÂNDOLA
Dom. 8 de Março de 2009 – 11:00

TAÇA DE PORTUGAL

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

XV DUATLO DE GRÂNDOLA
Dom. 8 de Março de 2009 – 11:00

EQUIPAS DE ESTAFETAS

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: