



XIII TRIATLO DE AVIS

Sábado, 25 de Julho de 2009, 11h00

Circuito Regional Jovem Centro Prova Lazer Campeonato Regional Individual e de Clubes

REGULAMENTO

1- ORGANIZAÇÃO ENQUADRAMENTO

O XIII Triatlo de Avis é uma organização do Município de Avis, com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal.

Este evento compreende 3 provas distintas, sendo o Circuito Regional Jovem e a Prova Lazer disputadas da parte da manhã, enquanto o Campeonato Regional Individual e de Clubes tem partida agendada para as 16h30.

2- LOCAL e PROGRAMA-HORÁRIO

As provas terão lugar na zona do Clube Náutico – Albufeira do Maranhão, situada 1,5km a Oeste de Avis.

9:30 às 10:30 – Secretariado para prova do Circuito Regional Jovem e prova Lazer (Super-Sprint)

9:40 às 10:40 – Verificação técnica e colocação do material na Zona de Transição (ZT).

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

11:00 – Início da Prova de Circuito Regional Jovem Centro

12:00 – Hora estimada para partida da prova Lazer (a prova só terá início após a chegada do último atleta do escalão de Iniciados, sendo a partida simultânea com a prova de Juvenis)

15:00 às 16:00 – Secretariado para prova do Campeonato Regional Individual e de Clubes de Triatlo (Sprint)

15:10 às 16:10 – Verificação técnica e colocação do material na Zona de Transição (ZT).

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

16:30 – Início da Prova de Circuito Regional Centro

19:30 – Jantar e entrega de prémios no Pavilhão da Casa do Benfica, em Avis

Consoante o número de participantes, poderão ser dadas partidas separadas por sexo nas provas nas Jovens.

3- ESCALÕES ETÁRIOS E DISTÂNCIAS

Circuito Regional Jovem

Escalão	Distâncias e nº de Voltas
Benjamins (nascidos em 2000/2001/2002)	50m /1000m / 400m (1 volta / 1 volta / 1 volta)
Infantis (nascidos em 1998/1999)	100m /1900m / 800m (2 voltas / 1 volta / 1 volta)
Iniciados (nascidos em 1996/1997)	200m /4000m / 1000m (1 volta / 1 volta / 1 volta)
Juvenis (nascidos em 1994/1995)	300m /8000m / 2000m (1 volta / 2 voltas / 2 volta)

Prova Lazer (Super-Sprint)

Escalão	Distâncias e nº de Voltas
Lazer (nascidos em 1995 e anteriores)	300m /8000m / 2000m (1 volta / 2 voltas / 2 volta)

Campeonato Regional Individual e de Clubes de Triatlo (Sprint)

Escalão	Distâncias e nº de Voltas
Juniões (nascidos entre 1990 e 1993)	750m /18000m / 4500m (1 volta / 2 voltas / 3 voltas)
Sub 23 (nascidos entre 1986 e 1989)	
Seniores (nascidos entre 1970 e 1985)	
Veteranos I (nascidos entre 1965 e 1969)	
Veteranos II (nascidos entre 1960 e 1964)	
Veteranos III (nascidos entre 1955 e 1959)	
Veteranos IV (nascidos entre 1950 e 1954)	
Veteranos V (nascidos em 1949 e anos	

4- DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

Natação – os percursos de Benjamins e Infantis desenrolar-se-ão na Piscina do Centro Náutico, enquanto os restantes ocorrem na Albufeira do Maranhão.

Ciclismo - percurso em circuito, maioritariamente em terra batida, sem desníveis significativos (dureza média) e sem grande dificuldade técnica. Algumas subidas, apesar de curtas, apresentam uma inclinação considerável, havendo também várias zonas de pedra e terra solta

Corrida – percurso realizado maioritariamente no Parque de Campismo, em estradas alcatroadas e com um desnível pouco significativo.

Abastecimento – na corrida, à entrada do Parque de Campismo, e na meta

5- SESSÃO DE ESCLARECIMENTO

Uma sessão de esclarecimento sobre a prova será realizada antes de cada partida. Além disso serão afixados croquis com os percursos na zona de partida e secretariado.

Obrigatoriamente, todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados e serem portadores do respectivo "Chip".

6- CHECK OUT

Após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo das provas de Super-Sprint e Sprint, os atletas poderão levantar o seu material desportivo da ZT, sendo obrigatória a exibição do seu dorsal.

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

7. REGRAS

7.1 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.

- Os atletas terão de estar equipados com camisola ou top durante toda a prova.
- Todos os participantes na prova terão de estar, obrigatoriamente, cobertos pelo Seguro Desportivo previsto na Lei (Acidentes Pessoais).
- Em caso de falta de qualquer um dos elementos identificadores (dorsal, número de bicicleta, chip), os atletas poderão competir, bastando, para o efeito, levantar os elementos em falta no secretariado, mediante o pagamento de uma taxa de 5 €, não reembolsável.

7.2 Natação

- Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respectivo percurso e nº de voltas, previamente anunciados.
- Todos os meios de propulsão ou aspiração artificiais estão interditos.
- Os atletas terão, obrigatoriamente, de utilizar touca, no percurso de natação, até ao Parque de Transição.
- O uso de fato isotérmico será permitido, caso a temperatura da água seja inferior a 22°.

7.3 Ciclismo

- É permitido "andar na roda".

- b) O uso de 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 responsável pelo cumprimento/conhecimento do respectivo percurso e nº de voltas, previamente anunciados.
- e) Cada atleta é responsável pela sua bicicleta, não sendo possível receber qualquer tipo de ajuda exterior na sua reparação.
- f) Os atletas obrigam-se a respeitar as regras de trânsito e as indicações dadas pelos agentes de segurança.

7.4 Corrida

- a) É obrigatório o uso de peitoral, colocado em zona frontal, bem visível.
- b) Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respectivo percurso e nº de voltas, previamente anunciados.
- c) É proibido o acompanhamento dos atletas por parte de qualquer pessoa que não esteja em competição e por 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

8- ESTAFETAS

São compostas por grupos de 2 ou 3 elementos, não licenciados na FTP, os quais distribuirão entre si o cumprimento dos 3 segmentos, contando para a classificação o atleta que conclua a prova.

Todos os atletas que participam nas estafetas terão de respeitar a zona de transmissão de testemunhos, sob pena de desclassificação.

A competição de estafetas destina-se exclusivamente ao percurso de Sprint.

9- CLASSIFICAÇÕES

Serão efectuadas:

TRIATLO JOVEM

- Classificação Individual por escalões etários e sexo (geral e dos atletas da Região Centro).
- Classificação por equipas (geral e das equipas da Região Centro).
- Estas classificações apenas possuem tempo final.

PROVA LAZER

- Classificação Individual por escalões etários e sexo (geral e dos atletas da Região Centro).
- Estas classificações apenas possuem tempo final.

CAMPEONATO REGIONAL INDIVIDUAL E DE CLUBES

- Classificação Individual por escalões etários e sexo (geral e dos atletas da Região Centro).
- Classificação por equipas (geral e das equipas da Região Centro).
- As classificações apenas possuem tempos por cada secção de prova (Natação, Ciclismo e Corrida)

10- PROTESTOS

Podem ser efectuados por todos os agentes desportivos directamente envolvidos:

- São presentes ao Juiz Principal até 15 min. 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 da recepção.
- A taxa será sempre devolvida se o protesto for decidido favoravelmente.

11- PRÉMIOS

- Prémios segundo a tabela seguinte:

Prova Jovem:

ESCALÕES	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 Jovens	1ª, 2ª, 3ª, 4ª e 5ª	

Prova Sprint:

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

- ❑ Haverá prémios de presença para todos os atletas.
- ❑ Prémios monetários para a prova de Camp. Regional (Sprint), segundo tabela existente no final
- ❑ Na atribuição dos Prémios é obrigatória a presença dos atletas.
- ❑ Horário de Entrega de Prémios: Imediatamente após a chegada do último atleta da prova de Super-Sprint e Sprint

12- CASOS OMISSOS

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

13- INFORMAÇÕES

Local reservado aos banhos: Parque de Campismo

Jantar: no Pavilhão da Casa do Benfica em Avis, às 19h00 (2,5€ por pessoa, sendo as senhas compradas no Secretariado)

14 - INSCRIÇÕES

Serão aceites até às 24h00 de segunda-feira dia 20 de Julho de 2009 através do site <http://www.federacao-triatlo.com/gestao/pub/login.php>, 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.

Campeonato Regional Individual e de Clubes (Sprint)

Atletas masculinos licenciados = 7,5 €

Atletas masculinos não licenciados = 10 € (inclui seguro de prova)

Atletas femininos licenciados – Grátis

Atletas femininos não licenciados – 2,5 € (seguro de prova)

Estafetas - 5 € por cada elemento masculino da equipa (inclui seguro de prova) e 2,5 € por cada elemento feminino da equipa (seguro de prova)

Prova Lazer (Super-Sprint)

Atletas masculinos licenciados = 5 €

Atletas masculinos não licenciados = 7,5 € (inclui seguro de prova)

Atletas femininos licenciados – Grátis

Atletas femininos não licenciados – 2,5 € (seguro de prova)

Circuito Regional Jovem

2,5 € por atleta (seguro de prova)

As inscrições efectuadas depois de 20 de Julho de 2009, e os pagamentos efectuados depois de 22 de Julho de 2009, têm um agravamento de 10 € para além do valor da inscrição.

Modos de Pagamento:

- 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 FTP até 22 de Julho.
- 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.**

Inscrições deverão ser dirigidas a:

Federação de Triatlo de Portugal

Alameda do Sabugueiro, 1 B

Murganhal – 2760 -128- CAXIAS

Telef. 21.442 15 53 – Fax: 21. 441 84 87

URL: www.federacao-triatlo.pt

E-mail: delegacao.centro@federacao-triatlo.pt

LISTA DE PRÉMIOS PECUNIÁRIOS

Campeonato Regional de Triatlo			
Prémios Pecuniários Individuais			
Masculino		Feminino	
1º	100,00 €	1ª	100,00 €
2º	70,00 €	2ª	70,00 €
3º	50,00 €	3ª	50,00 €
4º	35,00 €		
5º	25,00 €		
Total	280,00 €		220,00 €

Campeonato Regional Clubes Triatlo			
Prémios Pecuniários Clubes			
Masculino		Feminino	
1º	75,00 €	1ª	75,00 €
2º	55,00 €	2ª	
3º	40,00 €	3ª	
4º	30,00 €		
5º	25,00 €		
Total	225,00 €		75,00 €