



**CAMPEONATO
NACIONAL TRIATLO**



II TRIATLO CIDADE DE SETÚBAL
Sábado, 26 de Setembro de 2009

CAMPEONATO NACIONAL DE AQUATLO – FINAL JUVENIS
CAMPEONATO REGIONAL DE AQUATLO - SUL
CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL DE TRIATLO (3ª ETAPA)

REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO /ENQUADRAMENTO

O II Triatlo Cidade de Setúbal é uma organização da Câmara Municipal de Setúbal e da Federação de Triatlo de Portugal;

- É constituído pela final do Campeonato Nacional de Akuatlo de Juvenis, pelo Campeonato Regional de Akuatlo - Sul e pela 3ª etapa do Campeonato Nacional Individual.

2. LOCAL E PROGRAMA-HORÁRIO

As provas decorrerão no Sábado dia 26 de Setembro de 2009, com partidas e chegadas no Parque Urbano de Albarquel (PUA), <http://maps.google.com/maps?ll=38.51495,-8.9091176&z=18&t=h&hl=pt-PT>, em Setúbal.

Campeonato Nacional Akuatlo - Final Juvenis

Campeonato Regional de Akuatlo - Sul

8h30 às 9h30 – Secretariado (Instalado na entrada do PUA);

8h40 às 9h40 – Verificação técnica, colocação do material e registo electrónico de atletas no Parque de Transição;

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

10h00 – Início da prova de Juvenis

10h30 – Início da prova de Campeonato Regional

Após a competição, os atletas poderão levantar o seu material desportivo do Parque de Transição exibindo o seu dorsal após a chegada do último atleta da 2ª prova. O tempo limite para efectuar o respectivo levantamento será de 15 minutos após o último atleta ter concluído essa prova.

Entrega de prémios pelas 11:30.

Campeonato Nacional Individual de Triatlo - 3ª etapa

14h00 às 15h00 – Secretariado (Instalado na entrada do PUA);

14h10 às 15h10 – Verificação técnica, colocação do material e registo electrónico de atletas no Parque de Transição;

Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

15h30 – Início da prova de Campeonato Nacional Individual

Após a competição, os atletas poderão levantar o seu material desportivo do Parque de Transição exibindo o seu dorsal após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo. O tempo limite para efectuar o respectivo levantamento, será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova.

3. ESCALÕES ETÁRIOS e DISTÂNCIAS

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

Campeonato Nacional Akuatlo - Final Juvenis

Juvenis (nascidos em 1994 e 1995)	Natação – 300 m (1 volta)
	Corrida – 1950 m (2 voltas)

Campeonato Regional de Akuatlo - Sul

Escalões	Distâncias e nº de Voltas
Juniores (nascidos entre 1990 e 1993)	Natação – 750 m (1 volta) Corrida – 4650 m (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 anteriores)	

Campeonato Nacional Individual de Triatlo - 3ª etapa

Idades	Distâncias e nº de Voltas
Atletas nascidos em 1991 e anos anteriores	<p>Natação – 1500 m (Troço de ligação + 2 voltas + troço de regresso)</p> <p>Ciclismo – 41 km (Troço de ligação + 5 voltas + troço de regresso)</p> <p>Corrida – 10,5 km (4 voltas)</p>

4. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS**Campeonato Nacional Aquatlo - Final Juvenis**

Natação: Partida no PUA (foz do Rio Sado). 1 volta de 300m.

Corrida: Percurso em asfalto em 2 voltas. Saída do PUA, ida até ao entroncamento com a Travessa da Rasca e regresso.

Campeonato Regional de Aquatlo - Sul

Natação: Partida no PUA (foz do Rio Sado). 1 volta de 750m.

Corrida: Percurso em asfalto em 3 voltas. Saída do PUA, ida até ao entroncamento com a Rua da Cordoaria e regresso.

Campeonato Nacional Individual de Triatlo - 3ª etapa

Natação: Partida no PUA (foz do Rio Sado). 2 voltas de 750m.

Ciclismo: Percurso plano em asfalto e 400m por volta de empedrado em bom estado.

Saída do PUA; troço de ligação a um circuito de 5 voltas de 8000 m; seguir percurso sinalizado com setas de direcção de cor vermelha pela Rua da Saúde, direita para Rua Trabalhadores do Mar contornando o Restaurante; direita para Av. Jaime Rebelo; em frente até ponto de retorno em cima de um viaduto junto ao Terminal. Regresso pela mesma Av. Jaime Rebelo; direita para a Rua Tenente Valadim; esquerda para Rua Faustino José Santana; direita para Rua da Saúde até perto do Retorno 2. Direita para Travessa das Fábricas; esquerda para Estrada da Rasca; Esquerda para Travessa do Sado; **Na Travessa do Sado, ao final da 5ª volta, regresso ao PUA.**

Corrida: Percurso em calçada (150 m plano + 350 m subida a 8%) e asfalto (plano em 500m + descida de 400m a 6% + plano de 1100m). 4 voltas de 2500 m.

Saída do PT para Oeste; subir; no asfalto virar esquerda para segmento de ida e volta na Estrada da Rasca; Estrada da Rasca até retorno Leste na Travessa da Rasca; direita para PUA.

Seguir percurso sinalizado com setas de direcção de cor amarela.

Ao fim de 4 voltas, esquerda para a Meta.

5. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

Corrida - No início (PUA) e a meio (Travessa da Rasca) de cada volta e 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.

6.1. 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.

6.2. 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.

6.3. 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. TEMPOS LIMITE

Os tempos limite para conclusão dos percursos da prova de Campeonato Nacional Individual são:

Natação – 45 min.

Natação + Ciclismo – 2 horas

Total – 3 horas

8. CLASSIFICAÇÕES

Campeonato Nacional Aquatlo - Final Juvenis

- Classificação masculina e feminina.

Campeonato Regional de Aquatlo – Sul

- Classificação Geral;
- Classificação Absoluta masculina;
- Classificação Absoluta feminina;
- Classificação por Escalões etários e sexo;
- Classificação por Equipas masculinas (soma dos 3 melhores tempos);
- Classificação por Equipas femininas (soma dos 3 melhores tempos);

- Classificação Absoluta masculina da Região Sul;
- Classificação Absoluta feminina da Região Sul;
- Classificação por Equipas masculinas da Região Sul (soma dos 3 melhores tempos);
- Classificação por Equipas femininas da Região Sul (soma dos 3 melhores tempos);

Campeonato Nacional Individual de Triatlo - 3ª etapa

- Classificação Geral.
- Classificação Absoluta Masculinos.
- Classificação Absoluta Femininos.
- Classificação por Escalões etários e sexo em S23 e SEN;

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 as tabelas em anexo;
- Troféus individuais e colectivos de acordo com as tabelas em anexo;
- Na atribuição dos prémios é obrigatória a presença dos atletas;
- Para todos os participantes, lembranças alusivas à prova;
- A entrega de prémios desenrola-se junto à Meta:
Campeonato Nacional Aquatlo - Final Juvenis e Campeonato Regional de Aquatlo – Sul - 11:30
Campeonato Nacional Individual de Triatlo - 3ª etapa – 18:00 (primeiros atletas), 19:00 (restantes)

11. INSCRIÇÕES

Aceites até às 24h00 de segunda-feira dia 21 de Setembro de 2009.

Formas de inscrição:

- Site FTP: <http://www.federacao-triatlo.com/gestao/pub/login.php>
- Formulário próprio anexo ao regulamento da prova

Formas de pagamento:

- Cheque (Endossado a Federação de Triatlo de Portugal)
- Numerário
- Transferência Bancária (NIB – 0035 02 77 00 01 24 26 730 59)

Validação da inscrição:

- As inscrições só serão consideradas válidas se recebido o comprovativo do pagamento até ao dia 23 de Setembro.

- O comprovativo poderá ser enviado via e-mail para competicoes@federacao-triatlo.pt ou via fax 21 441 84 87 devendo indicar sempre o nome do atleta e a prova a que se refere.

Os atletas federados poderão fazer o pagamento no local da prova (aceite pagamento por MB). Contudo, em caso de não participação devem informar da sua ausência até à quarta-feira anterior à prova. Caso isso não aconteça serão sempre inscritos ficando o valor de inscrição em dívida.

Valores de inscrição:

Campeonato Nacional Aquatlo - Final Juvenis

- Atletas Masculinos (licenciados na FTP) - 5 €;
- Atletas Femininos (licenciados na FTP) – Grátis;

Campeonato Regional de Aquatlo – Sul

- Atletas Masculinos (licenciados na FTP) – 5 €;
- Atletas Femininos (licenciados na FTP) – Grátis;
- Atletas Masculinos (não licenciados) – 7,5 € (inclui seguro de prova);
- Atletas Femininos (não licenciados) – 2,5 € (seguro de prova);

Campeonato Nacional Individual de Triatlo

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

Os pagamentos referentes a atletas não federados efectuados depois de **23 de Setembro de 2009** 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 no Clube Naval de Setúbal;

LISTAS DE PRÉMIOS

Campeonato Nacional Aquatlo - Final Juvenis

ESCALÃO	MASCULINOS	FEMININOS
Juvenis	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª

Campeonato Regional de Aquatlo – Sul

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

Masculinos		Femininos	
1º	60€	1ª	60€
2º	45€	2ª	45€
3º	30€	3ª	30€
4º	20€		
5º	10€		

Equipas Masculinas		Equipas Femininas	
1º	50€	1ª	50€
2º	30€*		
3º	20€*		

*caso não se classifiquem equipas fem.

Campeonato Nacional Individual de Triatlo

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

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 €	461,00 €	467,00 €	475,00 €	485,00 €	504,00 €	529,00 €	565,00 €	623,00 €	728,00 €	967,00 €	1.754,00 €
2º	350,00 €	351,00 €	352,00 €	354,00 €	357,00 €	360,00 €	367,00 €	375,00 €	385,00 €	404,00 €	429,00 €	465,00 €	522,00 €	628,00 €	867,00 €	80,00 €
3º	270,00 €	271,00 €	272,00 €	274,00 €	278,00 €	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 €	138,00 €	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 €	128,00 €	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	80,00 €	80,00 €	81,00 €	83,00 €	86,00 €	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 €

SubTotal 2.180,00 € 2.180,00 € 2.180,00 € 2.180,00 € 2.180,00 € 2.180,00 € 2.180,00 € 2.180,00 € 2.180,00 € 2.180,00 € 2.180,00 € 2.180,00 € 2.180,00 € 2.180,00 € 2.180,00 € 2.180,00 € 2.180,00 €

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 €

SubTotal 1.820,00 € 1.820,00 € 1.820,00 € 1.820,00 € 1.820,00 € 1.820,00 € 1.820,00 € 1.820,00 € 1.820,00 €

Total 4.000,00 €