

# Campeonato Litoral e Interior Norte Jovem

## REGULAMENTO

### ORGANIZAÇÃO

1. O TRICROSS do Alva é uma organização do Clube Atlético de Oliveira do Hospital e Junta de Freguesia de Oliveira do Hospital e Sampaio de Gramaços, com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal (FTP).
2. O TRICROSS do Alva é constituída por provas de Triatlo em BTT, com natação em Piscina (25m), que irão decorrer no Complexo de Piscinas e Campos de Ténis de Oliveira do Hospital, no recinto do Agrupamento de Escolas de Oliveira do Hospital e Parque dos Marmelos a disputar no dia 30 de junho, domingo.
3. A realização das provas irá decorrer de acordo com o seguinte programa e horário:

Domingo, 30 de junho	
<b>08:30 - 09:30</b>	Secretariado (Complexo de Piscinas e Campos de Ténis de Oliveira do Hospital)
<b>08:40 - 09:40</b>	Check In – Verificação técnica e colocação do material no Parque de Transição para todas as provas (obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados)
<b>09:45</b>	Hora limite de permanência de atletas no Parque de Transição
<b>09:50</b>	Reunião do Delegado Técnico da prova com Treinadores das Equipas (Cais da Piscina Exterior)
<b>10:00</b>	Início da prova Jovem com provas separadas por escalões e géneros (início pelo escalão Benjamim no género Masculino)
<b>12:30</b>	Check Out – Recolha dos equipamentos e materiais do Parque de Transição <ul style="list-style-type: none"><li>■ Após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo e mediante comunicação prévia da Organização, os atletas poderão aceder e levantar o seu material no Parque de Transição, exibindo o seu dorsal à entrada da mesma.</li><li>■ O tempo limite para fazer o levantamento será de 15 min após o último atleta ter concluído a prova.</li></ul>
<b>13:00</b>	Cerimónia de Entrega de Prémios

**Os horários poderão ser sujeitos a alterações**

## LOCAIS

4. As provas do TRICROSS do Alva vão realizar-se no Complexo de Piscinas e Campos de Ténis de Oliveira do Hospital (natação), nas imediações do Agrupamento de Escolas de Oliveira do Hospital (ciclismo) e na zona do Parque dos Marmelos (corrida).

Áreas da Prova	Local	Coordenadas GPS
Secretariado	Complexo de Piscinas e Campos de Ténis de OHP	<a href="#">40°21'20.2"N 7°51'20.3"W</a>
Parque de Transição	Parque de Estacionamento do Complexo de Piscinas e Campos de Ténis OHP	<a href="#">40°21'20.2"N 7°51'20.3"W</a>
Partida	Piscina Exterior do Complexo de Piscinas e Cortes de Ténis de OHP	<a href="#">40°21'20.2"N 7°51'20.3"W</a>
Chegada	Parque dos Marmelos	<a href="#">40°21'18.5"N 7°51'20.7"W</a>
Balneários	Complexo de Piscinas e Campos de Ténis de OHP	<a href="#">40°21'20.2"N 7°51'20.3"W</a>

## INSCRIÇÕES

5. A participação nas provas do TRICROSS do Alva é aberta a todos os interessados, de acordo com os seguintes preceitos:

Prova	Distância	Admissão
Campeonato Litoral e Interior Norte Jovem	De acordo com RTC	Atletas nascidos entre 2007 e 2017 inclusive

6. As inscrições nas provas do TRICROSS do Alva devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 24 de junho (segunda-feira):

- <https://aplicacao.federacao-triatlo.pt/area-reservada/>

7. As inscrições para atletas Licenciados por 1 Dia, no formato Individual, devem ser efetuadas através do site abaixo, até às 23h59 do dia 25 de junho (terça-feira):

- [https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScYqFpPEdNUsG6xZvFJIdmPtLMwIZ3O\\_JA1yyQven5Z2BnAuw/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScYqFpPEdNUsG6xZvFJIdmPtLMwIZ3O_JA1yyQven5Z2BnAuw/viewform)

8. Os valores das inscrições são os constantes no quadro apresentado em seguida.

Prova	Distância	Preço de Inscrição	
		Licenciados	Não Licenciados
Campeonato Litoral e Interior Norte Jovem	de acordo o RTC	0,00 €	5,00 €

9. Para atletas licenciados, as inscrições na prova do TRICROSS do Alva não têm custos, se efetuadas até às 23:59 do dia 24 de junho (segunda-feira).
10. Para atletas Licenciados por 1 Dia, as inscrições na prova do Campeonato Litoral e Interior Norte Jovem têm o valor de 5,00 € (que inclui seguro de acidentes pessoais) se efetuadas até às 23h59 do dia 25 de junho (terça-feira).
11. O pagamento de registos de inscrição poderá ser liquidado até às 23h59 do dia 26 de junho (quarta-feira).
12. Registos fora do prazo de inscrição (24 de junho) serão aceites, mediante o pagamento adicional ao valor da inscrição, de acordo com o quadro apresentado em seguida.

Prova	Valor Adicional
Campeonato Litoral e Interior Norte Jovem	5,00€

13. As inscrições efetuadas fora deste prazo poderão ser efetuadas no dia da prova no Secretariado, mediante o pagamento adicional estabelecido no quadro apresentado no ponto anterior.
14. As formas de pagamento das inscrições nas provas do TRICROSS do Alva são as seguintes:
- Referência Multibanco (com 24 horas de validade, após o registo de inscrição na prova pretendida no site da Federação de Triatlo de Portugal);
  - MB WAY;
  - Transferência Multibanco (IBAN: PT50 0045 5442 4033 1296 628 30 (deverá enviar comprovativo de transferência para [competicoes@federacao-triatlo.pt](mailto:competicoes@federacao-triatlo.pt));
  - Numerário, exclusivamente para inscrições fora de prazo efetuadas no Secretariado no dia e local da prova.
15. Para efeitos de participação serão apenas consideradas as inscrições pagas.

16. A inscrição nas provas do TRICROSS do Alva contempla:

- Participação e classificação na prova;
- Abastecimentos (sólidos e líquidos);
- Seguro de acidentes pessoais.

17. Qualquer dificuldade de inscrição deverá contactar a Federação de Triatlo de Portugal:

- e-mail: [competicoes@federacao-triatlo.pt](mailto:competicoes@federacao-triatlo.pt)
- Telefone: 214 464 821

## ALUGUER DE DORSAL E CHIP DE PROVA

18. Nas provas do Campeonato Litoral e Interior Norte Jovem, não será necessário a utilização de Chip Eletrónico.

19. Em caso de falta de qualquer um dos elementos identificadores (dorsal, número de bicicleta ou touca), os atletas podem competir mediante o pagamento de uma taxa de 3,00 € (por elemento) não reembolsável.

## ESCALÕES ETÁRIOS E GRUPOS DE IDADE (DISTÂNCIAS)

20. A participação nas provas do TRICROSS do Alva é efetuada com base nos escalões e grupos de idade definidos neste Regulamento, de acordo com o ano de nascimento dos atletas.

Campeonato Litoral e Interior Norte Jovem	
<b>BENJAMINS</b> (nascidos em 2017, 2016 e 2015)	Natação: 50m (1 volta) Ciclismo: 1.000m (1 volta) Corrida: 380m (1 volta)
<b>INFANTIS</b> (nascidos em 2014 e 2013)	Natação: 100m (2 voltas) Ciclismo: 2.000m (2 volta) Corrida: 540m (1 volta)
<b>INICIADOS</b> (nascidos em 2012 e 2011)	Natação: 150m (3 voltas) Ciclismo: 3.000m (3 volta) Corrida: 750m (1 volta)
<b>JUVENIS</b> (nascidos em 2010 e 2009)	Natação: 200m (4 voltas) Ciclismo: 6.000m (2 volta) Corrida: 1500m (1 volta)
<b>CADETES</b> (nascidos entre 2008 e 2007)	Natação: 250m (5 voltas) Ciclismo: 7.200m (2 volta) Corrida: 1500m (1 volta)

**Estes escalões aplicam-se no género masculino e feminino**

21. Conforme o número de atletas, a referência do número de atletas por partida por género em piscina será a abaixo, podendo ainda ser subdividida.

### Partidas Natação: Piscina

Escalões de Idade	Benjamins	Infantis	Iniciados	Juvenis	Cadetes
Nº Atletas por Partida	20	18	16	14	12

## DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

22. Os participantes nas provas do TRICROSS do Alva irão percorrer em cada segmento da respetiva prova, os seguintes percursos:

Campeonato Litoral e Interior Norte Jovem	
Segmento	Descrição
<b>Natação</b>	Em piscina de 25m com 8 pistas, com tanque de aquecimento
<b>Ciclismo</b>	Percurso de desnível fácil a médio, em terreno misto (calçada, terra batida e alcatrão).
<b>Corrida</b>	Percurso em circuito com pouco desnível em asfalto e gravilha/areia no Parque dos Marmelos

## LOCAIS DE ABASTECIMENTO

23. As provas do TRICROSS do Alva incluem abastecimentos nos seguintes locais:

Provas	Distância	Abastecimentos
Campeonato Litoral e Interior Norte Jovem	De acordo com o RTC	Meta e Zona de Recuperação

24. Na Zona de Recuperação existirão abastecimentos líquidos e sólidos (água e fruta), nos restantes locais serão disponibilizadas garrafas de água, seladas.

## REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

25. São adotadas as regras em vigor no Regulamento Técnico e Competições (RTC) da Federação de Triatlo de Portugal, sendo responsabilidade dos atletas conhecer e respeitar o mesmo, bem como cumprir as instruções dos árbitros e responsáveis da prova. O RTC em vigor pode ser consultado, no site da Federação de Triatlo, no link <http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/a-federacao/estatutos/>

26. Principais regras a ter em atenção são apresentadas no quadro seguinte.

Segmento	Regras
Natação	<ul style="list-style-type: none"><li>■ Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respetivo percurso e nº de voltas, previamente anunciados;</li><li>■ Todos os meios de propulsão ou aspiração artificiais estão interditos;</li><li>■ Os atletas terão, obrigatoriamente, de utilizar touca, no percurso de natação até ao Parque de Transição;</li><li>■ O uso de fato isotérmico será permitido, caso a temperatura da água seja inferior a 22º.</li></ul>
Ciclismo	<ul style="list-style-type: none"><li>■ É permitido andar na roda para atletas com partida em simultâneo e que circulam na mesma volta;</li><li>■ É obrigatório o uso de capacete rígido afivelado em toda a extensão do percurso, até à colocação da bicicleta no suporte;</li><li>■ É obrigatório o uso de dorsal colocado nas costas e em local bem visível;</li><li>■ Cada atleta é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respetivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas;</li><li>■ Cada atleta é responsável pela sua bicicleta, não sendo possível receber qualquer tipo de ajuda exterior para a sua reparação;</li><li>■ Os atletas obrigam-se a respeitar as regras de trânsito e as indicações dadas pelos agentes de segurança;</li><li>■ 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.</li></ul>
Corrida	<ul style="list-style-type: none"><li>■ É obrigatório o uso de peitoral, colocado em zona frontal, bem visível;</li><li>■ Cada atleta é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respectivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas;</li><li>■ 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.</li></ul>

27. A participação na prova tem que estar obrigatoriamente coberta pelo seguro desportivo previsto na Lei (Acidentes Pessoais).

## CLASSIFICAÇÕES

28. As provas do TRICROSS do Alva terão as classificações definidas no quadro apresentado em seguida.

Prova	Classificações
Campeonato Litoral e Interior Norte Jovem	<ul style="list-style-type: none"><li>■ Classificação Individual por Escalão e Género</li><li>■ Classificação por Equipas (Pontuação)</li></ul>

## PROTESTOS

29. Podem ser efetuados protestos/reclamações por todos os agentes desportivos diretamente envolvidos, de acordo com o estabelecido no Capítulo 11 do Regulamento Técnico e Competições e tendo também em consideração o seguinte:

- Os protestos são efetuados por escrito, no formulário fornecido pelo Árbitro Chefe de Equipa e entregues ao mesmo de acordo com os prazos estabelecidos no Regulamento Técnico e Competições, acompanhados de uma taxa de 25,00 €; O Árbitro Chefe de Equipa terá de assinar o formulário de Protesto, anotando a hora da receção.
- A deliberação resulta do voto dos membros do Júri de Competição, que terão direito a um voto cada. A maioria determinará se o protesto é indeferido ou deferido. Caso o protesto seja deferido, a taxa de 25,00 € será devolvida.

## JÚRI DE COMPETIÇÃO

30. O Júri de Competição é formado por três elementos:

- Presidente: Delegado Técnico da prova;
- Vogal: Representante da Federação de Triatlo de Portugal;
- Vogal: Representante do Organizador Local.

31. O Júri de Competição delibera sobre todos os protestos devidamente apresentados ao Árbitro Chefe de Equipa. A resolução de qualquer protesto terá de ser comunicada ao Árbitro Chefe de Equipa para que possa informar o interessado e modificar os resultados, se necessário.

## PRÉMIOS

32. Serão atribuídos troféus individuais e coletivos a atletas e Clubes da Região do Litoral e Interior Norte de acordo com os quadros abaixo.

### Campeonato Litoral e Interior Norte Jovem

Categorias	Troféus Individuais					
	Masculinos			Femininos		
Benjamins	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Infantis	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

Troféus Individuais						
Categorias	Mascullinos			Femininos		
Iniciados	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Juvenis	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Cadetes	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

Troféus Colectivos					
Clubes Região Litoral e Interior Norte Jovem	1º	2º	3º	4ª	5ª

## OUTRAS INFORMAÇÕES

33. 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.
34. O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo dos percursos de prova.
35. Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova.

## CASOS OMISSOS

36. Os casos omissos à Regulamentação da Federação de Triatlo de Portugal serão resolvidos pelo Delegado Técnico.

## FIM DE REGULAMENTO