



II Triatlo das Caldas da Rainha

Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo

REGULAMENTO

ORGANIZAÇÃO

1. O II Triatlo das Caldas da Rainha é uma organização da Câmara Municipal das Caldas da Rainha, Junta de Freguesia do Nadadouro, Junta da Freguesia da Foz, União das Freguesias de Tornada e Salir do Porto e da Sociedade de Instrução e Recreio "Os Pimpões" com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal (FTP).
2. O II Triatlo das Caldas da Rainha é constituído pela seguinte prova:
 - a. Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo, disputado no dia 06 de Outubro, domingo, no formato de triatlo em estrada de Média Distância.
 - b. Prova Aberta, disputada no dia 06 de Outubro, domingo, no formato de triatlo em estrada de Média Distância, destinada a atletas não licenciados e que também pode ser disputada em estafetas.
3. A realização da prova irá decorrer de acordo com o seguinte programa e horário:

Sábado, 05 de outubro

15:00 - 19:00 Secretariado

Domingo, 06 de outubro

06:00 - 07:00 Secretariado

06:00 - 07:00 Check In no Parque Transição 2 (PT2) - Verificação técnica e colocação do material de corrida no PT2

06:00 - 07:15 Check In no Parque Transição 1 (PT1) - Verificação técnica e colocação do material de ciclismo no PT1
- obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados

07:30 Hora limite de permanência de atletas no PT

08:15 Início do II Triatlo das Caldas da Rainha

09:45 Cutt-Off para terminar percurso de natação



Domingo, 06 de outubro

13:45 Cutt-Off para terminar o percurso de ciclismo

13:45 Check Out – Recolha dos equipamentos e materiais do PT2

- 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 PT2, exibindo o seu dorsal à entrada do mesmo. A organização trará o material do PT1.

15:30 Hora Limite para conclusão da Prova

15:45 Cerimónia de Entrega de Prémios

Os horários poderão ser sujeitos a alterações

LOCAIS

4. As provas do II Triatlo das Caldas da Rainha, vão disputar-se na Foz do Arelho, com a natação a decorrer na Lagoa de Óbidos, o ciclismo será em 3 voltas em direção à zona industrial da Caldas da Rainha, Salir do Porto e regresso à Foz do Arelho. A corrida também será em 3 voltas entre a Praia da Foz e retorno na Escola de Vela.

Áreas da Prova	Local	Coordenadas GPS
Secretariado	Cais da Foz do Arelho	39°25'42.9"N 9°13'15.1"W
Parque de Transição 1	Cais da Foz do Arelho	39°25'43.4"N 9°13'19.7"W
Parque de Transição 2	Avenida do Mar	39°25'56.2"N 9°13'38.6"W
Partida	Lagoa de Óbidos	39°25'14.9"N 9°12'19.7"W
Chegada	Avenida do Mar	39°25'56.2"N 9°13'38.6"W
Balneários	Parque de Autocaravanas	39°25'42.9"N 9°13'15.1"W
Bengaleiro	Lagoa de Óbidos	39°25'14.9"N 9°12'19.7"W

5. Haverá Bengaleiro junto da partida, onde os atletas poderão guardar as mochilas ou outro material individual. O mesmo poderá ser levantado no final, junto da meta, mediante a apresentação do dorsal.



INSCRIÇÕES

6. A participação nas provas do II Triatlo das Caldas da Rainha é aberta a todos os interessados, de acordo com os seguintes preceitos:

Prova	Distância	Admissão
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo	Média Distância	Prova exclusiva a atletas e clubes licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, destinada a atletas nascidos até 2006, inclusive.
Prova Aberta	Média Distância	Atletas nascidos até 2006

7. As inscrições nas provas do II Triatlo das Caldas da Rainha devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 23 de Setembro (segunda-feira):

- <http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/aplicacao-de-gestao-ftp/>

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

Prova	Preço de Inscrição			
	Licenciados	Não Licenciados		
		Individual	Estafetas	
II Triatlo das Caldas da Rainha	1 atleta por clube	70,00 €		
	2 ou 3 atletas por clube	65,00 €	100,00 €	150,00 €
	4 ou mais atletas por clube	60,00 €		

9. O valor da inscrição no formato de Estafetas é respeitante ao conjunto da equipa de Estafetas (2 ou 3 elementos). Se forem três elementos cada, efetua um dos três segmentos da prova (natação, ciclismo e corrida), se forem dois elementos, um dos elementos efetua dois segmentos.
10. O pagamento de registos de inscrição poderá ser liquidado até às 23h59 do dia 24 de Setembro (terça-feira).
11. Registos fora do prazo de inscrição (23 de Setembro) serão aceites, mediante o pagamento adicional ao valor da inscrição, de acordo com o quadro apresentado em seguida.



II Triatlo das Caldas da Rainha	Valor adicional
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo	+ 35,00 €
Prova Aberta	+ 35,00 €
Estafetas	+ 35,00 €

12. As formas de pagamento das inscrições nas provas do II Triatlo das Caldas da Rainha 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);
- Numerário, exclusivamente para inscrições fora de prazo efetuadas no Secretariado no dia e local da prova.

13. Para efeitos de participação serão apenas consideradas as inscrições pagas.

14. A inscrição nas provas do II Triatlo das Caldas da Rainha contempla:

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

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

- e-mail: competicoes@federacao-triatlo.pt
- Telefone: 214 464 821

ESTAFETAS

17. Serão compostas por 2 ou 3 elementos, os quais darão cumprimentos aos 3 segmentos de prova no formato de Estafeta.

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



ALUGUER DE DORSAL E CHIP DE PROVA

- Os atletas federados que não tenham chip próprio terão de alugar o chip no Secretariado pelo valor de 5,00 €. O chip terá que ser devolvido à saída do Parque de Transição durante o Check Out.
- 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)

- A participação nas provas do II Triatlo das Caldas da Rainha é efetuada com base nos escalões e grupos de idade definidos neste Regulamento, de acordo com o ano de nascimento dos atletas.

II Triatlo das Caldas da Rainha	
JUNIORES (nascidos entre 2005 e 2006)	
GRUPO DE IDADE 20-24 (nascidos entre 2000 e 2004)	
GRUPO DE IDADE 25-29 (nascidos entre 1995 e 1999)	
GRUPO DE IDADE 30-34 (nascidos entre 1990 e 1994)	
GRUPO DE IDADE 35-39 (nascidos entre 1985 e 1989)	
GRUPO DE IDADE 40-44 (nascidos entre 1980 e 1984)	
GRUPO DE IDADE 45-49 (nascidos entre 1975 e 1979)	
GRUPO DE IDADE 50-54 (nascidos entre 1970 e 1974)	Natação: 1,9 km (1 volta)
GRUPO DE IDADE 55-59 (nascidos entre 1965 e 1969)	Ciclismo: 90 km (3 voltas) Corrida: 21 km (3 voltas)
GRUPO DE IDADE 60-64 (nascidos entre 1960 e 1964)	
GRUPO DE IDADE 65-69 (nascidos entre 1955 e 1959)	
GRUPO DE IDADE 70-74 (nascidos entre 1950 e 1954)	



II Triatlo das Caldas da Rainha

GRUPO DE IDADE 75-79

(nascidos entre 1945 e 1949)

GRUPO DE IDADE 80-84

(nascidos entre 1940 e 1944)

GRUPO DE IDADE 85-89

(nascidos entre 1935 e 1939)

GRUPO DE IDADE 90-94

(nascidos entre 1930 e 1934)

GRUPO DE IDADE 95-99

(nascidos entre 1925 e 1929)

Estes escalões aplicam-se no género masculino e feminino

DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

19. Os participantes nas provas do II Triatlo das Caldas da Rainha irão percorrer em cada segmento da respetiva prova, os seguintes percursos:

II Triatlo das Caldas da Rainha	
Segmento	Descrição
Natação	Percurso em linha, realizado na Lagoa de Óbidos, partida de nascente para poente no sentido da corrente.
Ciclismo	Percurso de três voltas em asfalto em razoáveis condições. Saem do PT e seguem pela Rua Francisco Almeida Grandela, subindo depois pela Rua Visconde de Moraes em direção à zona industrial, onde retorna, seguindo depois em direção a Salir do Porto, retornando cerca de mil metros antes de entrar na Vila, regressando depois à Foz do Arelho, descendo pela Rua Visconde de Moraes e concluindo a primeira volta na Rotunda do Barco, na terceira volta segue pela Rua Francisco Almeida Grandela, virando à direita na Avenida do Mar em direção ao PT.
Corrida	Percurso totalmente plano de 3 voltas em asfalto, entre a Avenida do Mar e a Escola de Vela da Lagoa.



LOCAIS DE ABASTECIMENTO

20. As provas do II Triatlo Caldas da Rainha incluem abastecimentos nos seguintes locais:

Provas	Distância	Abastecimentos
Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo	Média Distância	No final de cada volta de ciclismo
		Início da corrida e de 1.7km em 1.7km
		Zona de Recuperação

21. Os abastecimentos irão contemplar água, fruta, bebida isotónica, coca-cola, barras energéticas e gel, na Zona de Recuperação existirão abastecimentos líquidos e sólidos (água e fruta).

REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

22. 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/>

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

Segmento	Regras
Natação	<ul style="list-style-type: none">■ Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respetivo 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 24,6º.



Segmento	Regras
Ciclismo	<ul style="list-style-type: none">■ Não é permitido "andar na roda".■ A zona de vácuo considerada, onde o atleta que segue atrás não pode permanecer, é constituída por um espaço de 12 metros. Em caso de ultrapassagem, o atleta poderá entrar na zona de vácuo do adversário que segue à sua frente. Porém, terá um máximo de 25 segundos para atravessar essa zona;■ É interdito "seguir na roda" ou "aproveitar o vácuo" de quaisquer veículos da organização ou outros. A separação mínima bicicleta/veículo será a de um espaço de 35 metros, contados a partir da traseira do veículo;■ 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 atleta é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respetivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas;■ Cada atleta 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;■ 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.
Corrida	<ul style="list-style-type: none">■ É obrigatório o uso de peitoral, colocado em zona frontal, bem visível;■ Cada atleta é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respetivo 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.

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

CLASSIFICAÇÕES

25. As provas do II Triatlo das Caldas da Rainha terão as classificações definidas no quadro apresentado em seguida.



Prova	Classificações
II Triatlo das Caldas da Rainha	<ul style="list-style-type: none">■ Classificação Absoluta por Género■ Classificação por Grupos de Idade e Género■ Classificação por Clube por Géneros

26. A classificação coletiva por equipas do Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo é efetuada pelo somatório dos tempos dos três primeiros atletas de cada equipa, no género masculino e feminino.

PROTESTOS

27. 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

28. 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.

29. 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

30. Serão atribuídos troféus individuais e coletivos de acordo com os quadros abaixo, para cada uma das provas abaixo.



II Triatlo das Caldas da Rainha						
Categorias	Mascullinos			Femininos		
Geral	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Juniores	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 20-24	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 25-29	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 30-34	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 35-39	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 40-44	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 45-49	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 50-54	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 55-59	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 60-64	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 65-69	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 70-74	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 75-79	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 80-84	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 85-89	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 90-94	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª
Grupo de Idade 95-99	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

Troféus Coletivos						
	Mascullinos			Femininos		
Clubes	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª

Prova Aberta			
Geral Masculina	1º	2º	3º
Geral Feminina	1º	2º	3º
Estafetas	1º	2º	3º



31. No Campeonato Nacional de Clubes de Triatlo Longo serão atribuídos prémios pecuniários aos clubes, de acordo com as tabelas apresentadas em seguida.

#	Equipas Masculinas	Equipas Femininas
1 ^a	1 360 €	1 360 €
2 ^a	1050 €	1050 €
3 ^a	800 €	800 €
4 ^a	620 €	
5 ^a	500 €	
Total	4 330 €	3 210 €

O valor total dos prémios pecuniários atribuídos é de 7.540 € (sete mil quinhentos e quarenta Euros).

OUTRAS INFORMAÇÕES

32. 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.
33. O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo dos percursos de prova.
34. Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova.

CASOS OMISSOS

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

FIM DE REGULAMENTO