

## III Triatlo de Sesimbra

# Taça de Portugal de Triatlo Prova Aberta

### REGULAMENTO

#### ORGANIZAÇÃO

1. O III Triatlo de Sesimbra é uma organização da Câmara Municipal de Sesimbra, com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal (FTP).
2. O II Triatlo de Sesimbra é constituído pelas seguintes provas:
  - a. Taça de Portugal de Triatlo (5ª Etapa), disputada no dia 27 de Outubro, domingo, no formato de triatlo em estrada na distância Sprint;
3. A realização das provas irá decorrer de acordo com o seguinte programa e horário:

Domingo, 27 de Outubro	
<b>07:00-08:20</b>	Secretariado (Junto ao PT)
<b>07:00-08:35</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>09:00</b>	Hora limite de permanência de atletas no Parque de Transição
<b>09:50</b>	<b>Início da Prova</b> - Taça de Portugal e Prova Aberta- Género Masculino
<b>10:00</b>	<b>Início da Prova</b> - Taça de Portugal e Prova Aberta- Género Feminino
<b>10:15</b>	<b>Cut off Natação para Masculinos</b>
<b>10:25</b>	<b>Cut off Natação para Femininos</b>
<b>12:50</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>

**Domingo, 27 de Outubro**
**13:15** Cerimónia de Entrega de Prémios

**Os horários poderão ser sujeitos a alterações**
**LOCAIS**

4. As provas do III Triatlo de Sesimbra vão realizar-se na zona ribeirinha da Lagoa de Albufeira, na Lagoa (natação), nas imediações da Vila (ciclismo) e na zona ribeirinha (corrida).

Áreas da Prova	Local	Coordenadas GPS
Secretariado	Av. Marginal da Lagoa	<a href="#">38°30'28.2"N 9°10'36.3"W</a>
Parque de Transição	Av. Marginal da Lagoa	<a href="#">38°30'28.2"N 9°10'36.3"W</a>
Partida	Lagoa de Albufeira	<a href="#">38°30'34.8"N 9°10'31.8"W</a>
Chegada	Av. Marginal da Lagoa	<a href="#">38°30'28.2"N 9°10'36.3"W</a>
Balneários	Campo de Futebol do Clube Desportivo de Alfarim	<a href="#">38°29'18.9"N 9°09'39.5"W</a>
Bengaleiro	Junto ao secretariado	<a href="#">38°30'28.2"N 9°10'36.3"W</a>

5. A partida da prova será na Lagoa de Albufeira.
6. Haverá Bengaleiro, onde os atletas poderão guardar as mochilas ou outro material individual. O mesmo poderá ser levantado no final mediante a apresentação do dorsal.

**INSCRIÇÕES**

7. A participação nas provas do III Triatlo de Sesimbra é aberta a todos os interessados, de acordo com os seguintes preceitos:

Prova	Distância	Admissão
Taça de Portugal	Triatlo Sprint	Prova exclusiva a atletas e clubes licenciados na Federação de Triatlo de Portugal, destinada a atletas nascidos até 2008 inclusive
Prova Aberta	Triatlo Sprint	Atletas nascidos até 2008 inclusive, em participação individual

8. As inscrições nas provas do III Triatlo de Sesimbra devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, até às 23h59 do dia 14 de Outubro (segunda-feira):

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

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

Prova	Distância	Preço de Inscrição	
		Licenciados	Não Licenciados
Taça de Portugal de Triatlo	Triatlo Sprint	17,00	-----
Prova Aberta	Triatlo Sprint	-----	22,00

10. Para atletas licenciados, as inscrições na prova do III Triatlo de Sesimbra têm o valor de 17,00 €, se efetuadas até às 23:59 do dia 14 de Outubro (segunda-feira).

11. Para atletas não licenciados, as inscrições na Prova Aberta têm o valor de 22,00 € (que inclui seguro de acidentes pessoais e aluguer de chip), se efetuadas até às 23h59 do dia 14 de Outubro (segunda-feira).

12. As formas de pagamento das inscrições nas provas do III Triatlo de Sesimbra 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.

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

14. A inscrição nas provas do III Triatlo de Sesimbra contempla:

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

15. 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

16. 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.
17. 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)

18. A participação nas provas do III Triatlo de Sesimbra é efetuada com base nos escalões e grupos de idade definidos neste Regulamento, de acordo com o ano de nascimento dos atletas.

Taça de Portugal ( Triatlo Sprint)	
<b>JUNIORES</b> (nascidos entre 2006 e 2005)	
<b>GRUPO DE IDADE 20-24</b> (nascidos entre 2000 e 2004)	
<b>GRUPO DE IDADE 25-29</b> (nascidos entre 1995 e 1999)	
<b>GRUPO DE IDADE 30-34</b> (nascidos entre 1990 e 1994)	
<b>GRUPO DE IDADE 35-39</b> (nascidos entre 1985 e 1989)	
<b>GRUPO DE IDADE 40-44</b> (nascidos entre 1980 e 1984)	
<b>GRUPO DE IDADE 45-49</b> (nascidos entre 1975 e 1979)	
<b>GRUPO DE IDADE 50-54</b> (nascidos entre 1970 e 1974)	Natação: 750m (1 volta) Ciclismo: 19800 m (2 voltas) Corrida: 5000 m (2 voltas)
<b>GRUPO DE IDADE 55-59</b> (nascidos entre 1965 e 1969)	
<b>GRUPO DE IDADE 60-64</b> (nascidos entre 1960 e 1964)	
<b>GRUPO DE IDADE 65-69</b> (nascidos entre 1955 e 1959)	
<b>GRUPO DE IDADE 70-74</b> (nascidos entre 1950 e 1954)	
<b>GRUPO DE IDADE 75-79</b> (nascidos entre 1945 e 1949)	

### Taça de Portugal ( Triatlo Sprint)

**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

**Nota: A Mesma distância para Prova Aberta Masculino e Feminino.**

### DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

19. Os participantes nas provas do III Triatlo de Sesimbra irão percorrer em cada segmento da respetiva prova, os seguintes percursos:

Taça de Portugal ( Triatlo Sprint) e Prova Aberta	
Segmento	Descrição
<b>Natação</b>	Percurso na Lagoa de Albufeira
<b>Ciclismo</b>	Percurso maioritariamente em asfalto em razoáveis condições, exceto na saída e na chegada ao PT que é em calçada e na Rua dos Sobreiros existe a passagem por duas zonas não asfaltadas
<b>Corrida</b>	Percurso com algum desnível, com zonas de gravilha, calçada e asfalto

### LOCAIS DE ABASTECIMENTO

20. As provas do III Triatlo de Sesimbra incluem abastecimentos nos seguintes locais:

Provas	Distância	Abastecimentos
Taça de Portugal de Triatlo	Sprint	Início da Corrida (aproximadamente 100 metros depois do PT)
Prova Aberta		Zona de Recuperação

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

## 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"> <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 respetivo 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>

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

## CLASSIFICAÇÕES

25. As provas do III Triatlo de Sesimbra terão as classificações definidas no quadro apresentado em seguida.

Prova	Classificações
Taça de Portugal	<ul style="list-style-type: none"><li>■ Classificação Absoluta por Género</li><li>■ Classificação Grupos de idade e Género</li><li>■ Classificação por Clubes e Género</li></ul>
Prova Aberta	<ul style="list-style-type: none"><li>■ Classificação Absoluta individual por Género</li></ul>

## PROTESTOS

26. 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

27. 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.

28. 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

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

## a. Taça de Portugal

<b>Troféus Individuais</b>						
<b>Categorias</b>	<b>Masculinos</b>			<b>Femininos</b>		
<b>Geral</b>	<b>1º</b>	<b>2º</b>	<b>3º</b>	<b>1ª</b>	<b>2ª</b>	<b>3ª</b>
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

<b>Troféus Colectivos</b>						
	<b>Masculinos</b>			<b>Femininos</b>		
Clubes	1º	2º	3º	1ª	2ª	3ª



30. No III Triatlo de Sesimbra serão atribuídos prémios pecuniários de acordo com as tabelas apresentadas em seguida.

#	Nº de Atletas dentro da percentagem de qualidade - Masculinos									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
<b>1º</b>	200 €	203 €	207 €	214 €	225 €	242 €	271 €	327 €	450 €	856 €
<b>2º</b>	155 €	158 €	162 €	169 €	180 €	197 €	226 €	282 €	405 €	
<b>3º</b>	120 €	123 €	127 €	134 €	145 €	162 €	191 €	247 €		
<b>4º</b>	95 €	98 €	102 €	109 €	120 €	137 €	166 €			
<b>5º</b>	75 €	78 €	82 €	89 €	100 €	117 €				
<b>6º</b>	60 €	63 €	67 €	74 €	85 €					
<b>7º</b>	50 €	53 €	57 €	64 €						
<b>8º</b>	40 €	43 €	47 €							
<b>9º</b>	33 €	47 €								
<b>10º</b>	28 €									

#	Nº de Atletas dentro da percentagem de qualidade - Femininos				
	5	4	3	2	1
<b>1º</b>	200 €	218 €	256 €	345 €	645 €
<b>2º</b>	155 €	173 €	211 €	300 €	
<b>3º</b>	120 €	138 €	176 €		
<b>4º</b>	95 €	113 €			
<b>5º</b>	75 €				

31. O total de prémios monetários individuais por prova é de **1501€** (Mil quinhentos e um Euros).
32. As percentagens de qualidade a aplicar, relativamente ao tempo do primeiro classificado do respetivo género em prova, são 5% no género Masculino e 8% no género Feminino.

## **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**