

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](http://www.federacao-triatlo.pt/index.php?option=com_content&task=view&id=24&Itemid=84)

## 8. ESTAFETAS

- Serão compostas por grupos de 2 ou 3 participantes não licenciados na FTP, os quais darão cumprimento aos 3 segmentos da prova no formato de Estafeta.
- Todos os atletas que participam nas estafetas terão de respeitar a zona de transmissão dos testemunhos, sob pena de desclassificação

## 9. CLASSIFICAÇÕES

### PROVA ABERTA

- Classificação Geral Absoluta Masc e Fem
- Classificação por equipas (soma dos 3 melhores tempos)
- Classificação por Estafetas

### PROVA ABERTA JOVEM

- Classificação individual por escalão e género
- Classificação por equipas

## 10. PROTESTOS

- Podem ser efectuados por todos os agentes desportivos directamente envolvidos;
- São presentes ao Árbitro Chefe de Equipa 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 Árbitro Chefe de Equipa 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

- Troféus Individuais e colectivos de acordo com as tabelas em anexo;
- Lembrança de participação para todos os atletas;
- Na atribuição dos prémios é obrigatória a presença dos atletas;
- Horário de entrega dos Prémios: Após a chegada do último atleta.

## 11. INSCRIÇÕES

### PROVA ABERTA

**Prazo de inscrição:** até às 24h00 de segunda-feira, dia 29 de Setembro

**Prazo de pagamento:** até às 24h00 de quarta-feira, dia 1 de Outubro

**Inscrição no dia da prova:** os atletas que não cumpram o prazo de inscrição, podem inscrever-se no dia e local da prova, no Secretariado, mediante o pagamento de um valor de 5€, que acresce ao valor da inscrição

**Forma de inscrição recomendada:** via internet, no sítio da FTP, em <http://www.federacao-triatlo.pt/gestao/pub/login.php>

**Outras formas de inscrição:** E-mail, fax, carta, por preenchimento e envio do formulário próprio anexo ao regulamento da prova

### Formas de pagamento:

- Cheque (Endossado a Federação de Triatlo de Portugal)
- Numerário
- Transferência Bancária (NIB – 0035 0277 0001 2426 730 59)

### Validação da inscrição:

- As inscrições só serão consideradas válidas após pagamento

da mesma.

- O comprovativo de pagamento poderá ser enviado via e-mail ([competicoes@federacao-triatlo.pt](mailto:competicoes@federacao-triatlo.pt)) ou via fax (214 464 822), devendo indicar sempre o nome do atleta e a prova a que se refere.

### Valores de inscrição:

- Atletas Masculinos licenciados na FTP – 10€;
- Atletas Femininos licenciados na FTP – 5€;
- Atletas Masculinos não licenciados na FTP – 15€ (inclui seguro de prova e aluguer de chip);
- Atletas Femininos não licenciados na FTP – 10€ (inclui seguro de prova e aluguer de chip);
- Equipas de estafeta (não licenciados) – 17,5€ por equipa (inclui seguro de prova e aluguer de chip)

### Aluguer de Chips:

- Os atletas que não tenham chip próprio terão de alugar chip no secretariado, pelo valor de 2,5€ (os Não Federados já têm o valor incluído no preço de inscrição), sendo ainda necessária a apresentação de uma caução de 25€, a ser devolvida no final da prova, contra entrega do respectivo chip no secretariado

### Atenção:

Os pagamentos efectuados por outras formas que não a recomendada, têm um acréscimo de 1 € por atleta

**A referência multibanco para efectuar o pagamento tem uma validade de 72 horas**

### PROVA ABERTA JOVEM (AQUATLO)

#### Inscrição gratuita para atletas Federados

**Valor de Inscrição para atletas Não Federados:** 2,5€ (inclui seguro)

**Prazo de inscrição:** até às 24h00 de segunda-feira, dia 29 de Setembro

**Forma de inscrição recomendada:** Via internet, no sítio da FTP, em <http://www.federacao-triatlo.pt/gestao/pub/login.php>

**Outras formas de inscrição:** E-mail, fax, carta, por preenchimento e envio do formulário próprio anexo ao regulamento da prova

**Inscrição no dia da prova:** Os atletas que não cumpram o prazo de inscrição, podem inscrever-se no dia e local da prova, no Secretariado, mediante o pagamento de um valor de 5€

## 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 atletas, sendo desclassificado quem 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 nos balneários da piscina onde se realizou o segmento de natação. A entrega de prémios terá lugar junto à meta, após a chegada do último atleta;

## LISTA DE TROFÉUS E MEDALHAS

Prova Aberta			Prova Aberta Jovem		
ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS	ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
Absolutos	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª	Benjamins	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Equipas	1ª, 2ª e 3ª	1ª, 2ª e 3ª	Infantis	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
			Iniciados	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Estafetas	1ª, 2ª e 3ª		Equipas	1ª, 2ª, 3ª	



# REGULAMENTO

## 1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

O VI TRIATLO VARZIM LAZER é uma organização conjunta da VARZIM LAZER E.M. e da Federação de Triatlo de Portugal. O evento é constituído por uma prova aberta, na distância Super-sprint, aberta a todos os interessados, e também por uma Prova Jovem, destinada a atletas entre os 6 e os 14 anos e com distâncias também adaptáveis.

## 2. LOCAL e PROGRAMA - HORÁRIO

A prova decorrerá no dia 4 de Outubro de 2014, com partida nas piscinas Municipais da Póvoa de Varzim.

Coordenadas GPS: Lat 39°55'15.12"N / Long 8°38'37"W

### Sábado:

08:30 às 10:00 – Secretariado da prova Super-Sprint

08:40 às 10:10 – Verificação técnica de material e colocação do mesmo no Parque de Transição (PT)

10:15 – Hora limite de permanência de atletas no PT

**Obrigatoriamente** todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

10:30 – Início da prova.

12:30 – Entrega de prémios

14:00 às 15:20 – Secretariado da Prova Jovem

14:10 às 15:10 – Verificação técnica de material e colocação do mesmo no Parque de Transição (PT)

15:15 – Hora limite de permanência de atletas no PT

**Obrigatoriamente** todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados.

15:30 – Início da prova jovem

17:00 – Entrega de prémios

No final da prova, após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo, os atletas poderão levantar o seu material do Parque de Transição, exibindo o seu dorsal à entrada do mesmo.

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

### TRIATLO (Prova Aberta)

- Juvenís (nasc. entre 1999 e 2000)
- Cadetes (nasc. entre 1997 e 1998)
- Juniores (nasc. entre 1995 e 1996)
- Sub 23 (nasc. entre 1991 e 1994)
- Seniores (nasc. entre 1975 e 1990)
- Veteranos I (nasc. entre 1970 e 1974)
- Veteranos II (nasc. entre 1965 e 1969)
- Veteranos III (nasc. entre 1960 e 1964)
- Veteranos IV (nasc. entre 1955 e 1959)
- Veteranos V (nasc. em 1954 e anteriores)

Natação: 300m (3 voltas)  
Ciclismo: 10000m (2 voltas)  
Corrida: 2200m (1 volta)

### AQUATLO (Prova Aberta)

- Benjamins (nascidos em 2005/2007)
- Infantis (nascidos em 2003/2004)
- Iniciados (nascidos em 2001/2002)

50m / 400m (1 volta / 1 volta)  
100m / 800m (2 voltas / 1 volta)  
200m / 1000m (3 voltas / 1 volta)

(Estes escalões aplicam-se tanto em Masculinos como em Femininos)

## 4. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

### PROVA ABERTA

**Natação:** 300m – Piscina Municipal da Póvoa do Varzim. Completar três voltas com saídas da água a cada 100m.

**Ciclismo:** 10000m – percurso plano, em asfalto de excelente qualidade, excepção feita à saída e regresso do Parque de transição que é em paralelo.

**Corrida:** (1 Volta de 2200m) - Passeio junto à praia, plano

### PROVA JOVEM ABERTA

Piscina Municipal da Póvoa do Varzim. Percurso por voltas, com distâncias adaptadas

**Corrida:** Percurso plano, no passeio junto à praia, com distâncias adaptadas

## 5. PARTIDA POR VAGAS

• Sendo a natação em piscina, a prova será dividida por vagas, sendo que cada vaga terá um máximo de 40 participantes (à partida não terá mais de 30), sendo que as vagas serão definidas por género/escalão. A constituição das vagas será anunciada no site da FTP, na área da prova, na quinta-feira anterior ao evento e afixada no secretariado da prova.

• As partidas serão dadas de 10 em 10 minutos, sendo que os atletas se deverão manter nas bancadas da piscina e atentos à respectiva chamada.

• A classificação da prova será apurada pelo tempo de prova realizado por cada atleta.

## 6. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

**Corrida** - Início do segmento de corrida e na Meta.

## 7. REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

• São adoptadas as regras em vigor no Regulamento Técnico da Federação de Triatlo de Portugal, sendo da responsabilidade dos atletas conhecer e respeitar o mesmo, bem como cumprir as instruções dos árbitros 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.

### 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°.

### 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 responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respectivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas.

• 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.

### Corrida

• É obrigatório o uso de Peitoral, colocado em zona frontal, bem visível.

• Cada concorrente é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respectivo percurso, nomeadamente no cumprimento