



## DUATLO DE GRÂNDOLA 2018

Domingo, 18 de Março de 2018

### REGULAMENTO

#### ORGANIZAÇÃO

- O Duatlo de Grândola 2018 é uma organização da Câmara Municipal de Grândola e o Clube Amiciclo de Grândola, com o apoio técnico da Federação de Triatlo de Portugal.
- É constituído por uma única prova de duatlo, que irá decorrer no dia **18 de Março, domingo**. Nomeadamente:

| Prova            | Distância     | Segmentos   |
|------------------|---------------|---|
| Taça de Portugal | Duatlo Sprint | 1ª Corrida: 4.925m<br>Ciclismo: 18.600m<br>2ª Corrida: 2.500m |

- O Duatlo de Grândola 2018 irá ser disputado no formato de contra-relógio individual (ver pontos 18 a 23 do regulamento).
- A realização do Duatlo de Grândola 2018 irá decorrer de acordo com o seguinte programa horário:

| DOMINGO : 18 de Março |  |
|-----------------------|--|
| 7h45 às 9h10          | <b>Secretariado</b> (Receção do Complexo Desportivo Municipal José Afonso)   |
| 7h55 às 9h10          | <b>Check In</b> - Verificação técnica e colocação do material no Parque de Transição para ambas as provas<br>- Obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados  |
| 9h15                  | Hora limite de permanência de atletas no PT  |
| <b>9h30</b>           | <b>Início da prova</b> , de acordo com a ordem de atletas estipulada nos pontos 22 e 23 do presente regulamento (Formato de Prova : Contra-Relógio Individual):<br>- <b>9h30: Partidas Femininas da Taça de Portugal (Duatlo Sprint)</b><br>- 5 minutos após a partida da última atleta feminina: <b>Partidas Masculinas da Taça de Portugal (Duatlo Sprint)</b>   |
| 11h45                 | <b>Check Out</b> – Recolha dos equipamentos e materiais do Parque de Transição<br>- 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 do PT, exibindo o seu dorsal à entrada do parque de transição<br>- O tempo limite para efetuar o respectivo levantamento será de 15 minutos após o último atleta ter concluído a prova |
| 12h30                 | <b>Entrega de Prémios</b>  |

- os horários poderão ser sujeitos a alterações



**LOCAIS**

5. O Duatlo de Grândola 2018 irá decorrer entre o Jardim 1º de Maio e o Complexo Desportivo Municipal José Afonso, zona central da prova, a Escola Secundária António Inácio da Cruz (Corrida) e a EN 261-1 (Ciclismo).






| ÁREAS DE PROVA                          | LOCAL   | Coordenadas GPS             |
|---|---|-----------------------------|
| SECRETARIADO                            | Receção do Complexo Desportivo Municipal José Afonso  | 38°10'24.5"N<br>8°33'46.9"W |
| PARQUE DE TRANSIÇÃO                     | Rua Dom Ana Luiza da Cruz Costa (junto ao Jardim 1º de Maio)                                  | 38°10'26.2"N<br>8°33'50.0"W |
| PARTIDA                                 | Avenida António Inácio da Cruz (junto ao Jardim 1º de Maio)                                   | 38°10'27.0"N<br>8°33'46.2"W |
| CHEGADA<br>(Meta e Zona de Recuperação) | Rua Luís Alves Serrano<br>(Estacionamento junto ao Complexo Desportivo Municipal José Afonso) | 38°10'26.0"N<br>8°33'46.8"W |
| ENTREGA DE PRÉMIOS                      | Entrada do Complexo Desportivo Municipal José Afonso  | 38°10'24.9"N<br>8°33'47.3"W |
| BALNEÁRIOS E WC'S                       | Complexo Desportivo Municipal José Afonso   | 38°10'24.5"N<br>8°33'46.9"W |

**INSCRIÇÕES**

6. A participação no Duatlo de Grândola 2018 é aberta a todos os interessados, de acordo com os seguintes preceitos:

| Prova            | Distância     | Admissão  |
|------------------|---------------|---|
| Taça de Portugal | Duatlo Sprint | Prova aberta a todos os atletas (federados ou não federados), nascidos até 2002 inclusive |

7. As inscrições no Duatlo de Grândola 2018 devem ser efetuadas através do site da Federação de Triatlo de Portugal, **até às 23h59 do dia 12 de março** (segunda-feira):  
<http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/aplicacao-de-gestao-ftp/>
8. Os valores de inscrição no Duatlo de Grândola 2018 são os constantes no quadro em baixo:

| PROVA            | DISTÂNCIA<br>DUATLO | PREÇO DE INSCRIÇÃO  |      |   |      |   |      |
|------------------|---------------------|---|------|---|------|---|------|
|                  |                     | FEDERADOS   |      | NÃO FEDERADOS   |      |   |      |
|                  |                     |   |      | INDIVIDUAL*   |      | ESTAFETA**  |      |
| Taça de Portugal | Duatlo Sprint       |  | 15 € |  | 20 € | <br><br> | 25 € |

\*o valor de inscrição inclui o aluguer de dorsal e chip de prova e seguro de acidentes pessoais.

\*\*o valor de inscrição é respeitante ao conjunto de elementos da equipa de estafeta: 2 ou 3 elementos; se forem de 3 elementos, cada um efetua um dos 3 segmentos da prova (corrida-ciclismo-corrída); se forem 2 elementos, um dos elementos efetua 2 segmentos.

9. Registos fora do prazo de inscrição (12 de Março) serão aceites, mediante o pagamento adicional ao valor de inscrição, de acordo com o seguinte:

| PROVA            | Valor adicional |
|------------------|-----------------|
| Taça de Portugal | +15 €           |

10. **O pagamento de registos de inscrição efetuados dentro do prazo (12 de Março) poderá ser liquidado até às 23h59 do dia 14 de Março (quarta-feira).** Após esta data os registos de inscrição serão considerados como fora do prazo de inscrição e sujeitos ao pagamento adicional ao valor de inscrição conforme o ponto 9 do presente Regulamento.
11. Serão aceites inscrições no dia e local da prova, no Secretariado, de acordo com o ponto 9 do presente Regulamento.
12. As formas de pagamento das inscrições no Duatlo de Grândola 2018 são as seguintes:
- Referência Multibanco (com 72 horas de validade, após o registo de inscrição na prova pretendida no site da Federação de Triatlo de Portugal)
  - Transferência Multibanco (IBAN: PT50 0035 0277 0001 2426 730 59 – deverá enviar comprovativo de pagamento para [inscricoes@federacao-triatlo.pt](mailto:inscricoes@federacao-triatlo.pt))
  - Numerário ou Cheque (endossado à Federação de Triatlo de Portugal), exclusivamente, para inscrições fora do prazo, no dia e local da prova, no Secretariado)
13. Para efeitos de participação no Duatlo de Grândola 2018, só serão consideradas as inscrições pagas.
14. A inscrição no Duatlo de Grândola 2018 contempla:
- Participação e classificação na prova
  - Aluguer de Dorsal e Chip e de prova (a devolver no final da prova, após o *Check-Out*, no Secretariado – Atletas Não Federados)
  - Abastecimentos (sólidos e líquidos)
  - Seguro de acidentes pessoais
  - Lembrança do Município de Grândola
15. Qualquer dificuldade de inscrição no Duatlo de Grândola 2018 deverá contactar a Federação de Triatlo de Portugal:
- E-mail: [inscricoes@federacao-triatlo.pt](mailto:inscricoes@federacao-triatlo.pt)
  - Telefone: 214 464 821

#### ALUGUER DE DORSAL E CHIP DE PROVA – CAUÇÃO

16. Os atletas não federados aquando o levantamento do Kit de Atleta (Dorsal e Chip de prova) no secretariado da prova, deverão apresentar uma caução de 20€, a ser devolvida no final da prova, após o *Check-Out*, mediante a devolução do respetivo dorsal e chip de prova, no Secretariado.
17. Os atletas federados que não tenham chip próprio no dia de prova terão de alugar chip no secretariado, pelo valor de 2,5€. Será ainda necessária a apresentação de uma caução de 20€, a ser devolvida no final da prova, após o *Check-Out*, mediante a devolução do respetivo chip, no Secretariado.

**FORMATO DE PROVA : CONTRA-RELÓGIO INDIVIDUAL**

18. O Duatlo de Grândola 2018 será disputado no formato de contra-relógio individual, ou seja, os atletas começam a prova individualmente e não em grupo e será o vencedor aquele que a completar no menor tempo possível.
19. As partidas individuais dos atletas serão efetuadas de 30 em 30 segundos.
20. O Duatlo de Grândola 2018 irá iniciar com as partidas das atletas femininas. Após a partida da última atleta feminina, e decorridos 5 minutos, iniciam as partidas dos atletas do género masculino.
21. A ordenação das partidas em cada género será efetuada com base no Ranking Nacional de Duatlo de 2018.
22. As partidas serão ordenadas pela ordem inversa dos rankings, ou seja, do atleta com menor ranking para o atleta com melhor ranking, em cada género.
23. Os atletas inscritos que não constem nos rankings nacionais, serão considerados como atletas com menor ranking e ordenados pela ordem de chegada das suas inscrições.

**ESTAFETAS : Duatlo Sprint**

24. A participação no Duatlo de Grândola 2018 na vertente estafetas é apenas exclusiva a atletas não federados, conforme ponto 8 do presente Regulamento.
25. Cada equipa deverá ser composta por 2 ou 3 elementos os quais se distribuirão para cumprir os 3 segmentos (corrida-ciclismo-corrída) da prova, na sua totalidade, contando para a classificação aquele que concluir a prova.
26. Todos os atletas que participem na vertente estafetas devem respeitar a zona de transmissão de testemunhos, indicada pela equipa de arbitragem, sob pena de desqualificação.

**ESCALÕES ETÁRIOS E GRUPOS DE IDADE (DISTÂNCIAS)**

27. A participação no Duatlo de Grândola 2018 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 : Duatlo Sprint               |                              |
|--|------------------------------|
| CADETES (nascidos entre 2001 e 2002)           |                              |
| JUNIORES (nascidos entre 1999 e 2000)          |                              |
| GRUPO DE IDADE 20-24 (nascidos em 1994 e 1998) |                              |
| GRUPO DE IDADE 25-29 (nascidos em 1989 e 1993) |                              |
| GRUPO DE IDADE 30-34 (nascidos em 1984 e 1988) | 1ª Corrida 4.925m (2 voltas) |
| GRUPO DE IDADE 35-39 (nascidos em 1979 e 1983) |                              |
| GRUPO DE IDADE 40-44 (nascidos em 1974 e 1978) | Ciclismo 18.600m (2 voltas)  |
| GRUPO DE IDADE 45-49 (nascidos em 1969 e 1973) |                              |
| GRUPO DE IDADE 50-54 (nascidos em 1964 e 1968) | 2ª Corrida 2.500m (1 volta)  |
| GRUPO DE IDADE 55-59 (nascidos em 1959 e 1963) |                              |
| GRUPO DE IDADE 60-64 (nascidos em 1954 e 1958) |                              |
| GRUPO DE IDADE 65-69 (nascidos em 1949 e 1953) |                              |
| GRUPO DE IDADE 70-74 (nascidos em 1944 e 1948) |                              |
| GRUPO DE IDADE 75-79 (nascidos em 1939 e 1943) |                              |

**DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS**

28. Os participantes do Duatlo de Grândola 2018 irão percorrer em cada segmento da prova, os seguintes percursos:

| Taça de Portugal   Duatlo Sprint |  |
|----------------------------------|--|
| Segmento                         | Descrição  |
| 1ª Corrida                       | Percurso circular entre 2 retornos, o primeiro entre o Jardim 1º de Maio, onde se localiza a partida, e o percurso circular no interior da Escola Secundária António Inácio da Cruz, e o segundo entre o Complexo Desportivo Municipal José Afonso e a zona habitacional a Sul do complexo. 2 voltas em asfalto em boas condições, com algum desnível considerável nas zonas dos retornos. |
| Ciclismo                         | Percurso em asfalto em boas condições, sem desníveis consideráveis, entre o centro da Vila de Grândola e o circuito fechado da EN 261-1 onde se realizam 2 voltas, antes do regresso à área de transição.  |
| 2ª Corrida                       | Percurso idêntico à 1ª Corrida, em sentido único (1 volta, apenas), até à meta que se encontra instalada no estacionamento anexo ao Complexo Desportivo Municipal José Afonso.   |

**TEMPO LIMITE DE PROVA : CUT-OFF**

29. Haverá tempo limite de prova no Duatlo de Grândola 2018.
30. O tempo limite ou *cut-off* poderá ser total, para apenas completar a prova, ou parciais, para cada segmento da prova.
31. Decorrido o tempo limite, total ou parciais, o atleta será desclassificado e não poderá completar a prova em que está a participar.

| Prova            | Tempo Limite : Cut Off             |
|------------------|------------------------------------|
| Taça de Portugal | 100 minutos para completar a prova |

**LOCAIS DE ABASTECIMENTO**

32. O Duatlo de Grândola 2018 irá contemplar abastecimentos nos seguintes locais:

| Prova            | Distância     | Abastecimentos                  |
|------------------|---------------|---------------------------------|
| Taça de Portugal | Duatlo Sprint | 1ª Corrida – Início da 2ª Volta |
|                  |               | Início da 2ª Corrida            |
|                  |               | Zona de Recuperação             |

33. À exceção da Zona de Recuperação que irá contemplar abastecimentos líquidos e sólidos (águas, fruta, outros), nos restantes locais apenas serão distribuídas garrafas de água aos atletas.

**REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL**

34. 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.
35. A participação na prova tem que estar obrigatoriamente coberta pelo seguro desportivo previsto na Lei (Acidentes Pessoais).
36. 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.

| Segmento | Regras   |
|----------|--|
| Ciclismo | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Não é permitido andar na roda.</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 concorrente é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respectivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas.</li> <li>- Cada concorrente 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> </ul> |

| Segmento | Regras   |
|----------|--|
| Corrida  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- É obrigatório o uso de Peitoral, colocado em zona frontal, bem visível.</li> <li>- Cada concorrente 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> |

Ver regulamentos em vigor em: <http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/a-federacao/estatutos/>

## CLASSIFICAÇÕES

37. O Duatlo de Grândola 2018 irá publicar as seguintes classificações:

| Prova                               | Classificações   |
|-------------------------------------|--|
| Taça de Portugal<br>(Duatlo Sprint) | <ul style="list-style-type: none"> <li>- classificação absoluta por género</li> <li>- classificação escalões e grupos de idade por género</li> <li>- classificação clubes por género*</li> </ul> |

\*o apuramento das classificações coletivas é efetuado com base no somatório de tempos dos 3 melhores atletas de cada clube, para cada género.

## PROTESTOS

38. Podem ser efetuados protestos por todos os agentes desportivos diretamente envolvidos, de acordo com o seguinte:
- Devem ser presentes ao Árbitro Chefe de Equipa até 15 minutos após a publicação dos Resultados Oficiais Provisórios
  - Os protestos são efetuados 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 devolvida se o protesto for decidido favoravelmente

## JURI DE APELO

39. Será constituído por três individualidades a anunciar no secretariado.

**PRÉMIOS**

40. Serão atribuídos **troféus individuais e coletivos** no Duatlo de Grândola 2018, de acordo com os quadros abaixo.

**Taça de Portugal : Duatlo Sprint**

| Absolutos | Masculinos |    |    | Femininos |    |    |
|-----------|------------|----|----|-----------|----|----|
|           | 1º         | 2º | 3º | 1ª        | 2ª | 3ª |

| Escalões/Grupos de Idade | Masculinos |    |    | Femininos |    |    |
|--------------------------|------------|----|----|-----------|----|----|
| Cadetes                  | 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 |           |    |    |
| Grupo de Idade 70-74     | 1º         | 2º | 3º |           |    |    |
| Grupo de Idade 75-79     | 1º         | 2º | 3º |           |    |    |

| Clubes | Masculinos |    |    | Femininos |    |    |
|--------|------------|----|----|-----------|----|----|
|        | 1º         | 2º | 3º | 1ª        | 2ª | 3ª |

| Estafetas | 1ª |
|-----------|----|
|-----------|----|

41. Na atribuição dos prémios é obrigatória a presença dos atletas, equipas e clubes vencedores.



42. Serão atribuídos **prémios pecuniários** de acordo com a seguinte tabela:

| <b>Taça de Portugal</b>                |                   |           |
|--|-------------------|-----------|
| <b>Prémios Pecuniários Individuais</b> |                   |           |
| Classificação                          | Masculinos        | Femininos |
| 1º                                     | 200,00 €          | 200,00 €  |
| 2º                                     | 155,00 €          | 155,00 €  |
| 3º                                     | 120,00 €          | 120,00 €  |
| 4º                                     | 95,00 €           | 95,00 €   |
| 5º                                     | 75,00 €           | 75,00 €   |
| 6º                                     | 60,00 €           |           |
| 7º                                     | 50,00 €           |           |
| 8º                                     | 40,00 €           |           |
| 9º                                     | 33,00 €           |           |
| 10º                                    | 28,00 €           |           |
| <b>TOTAL</b>                           | <b>1.501,00 €</b> |           |

#### **OUTRAS INFORMAÇÕES**

43. 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.
44. O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo dos percursos de prova.
45. Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova.
46. No final da prova, os atletas poderão tomar banho nos Balneários do Complexo Desportivo Municipal José Afonso, entre as 10h00 e as 14h00.

#### **CASOS OMISSOS**

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