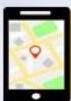


Levar: Fato de banho, roupa e calçado confortável

# Curso Árbitro de Triatlo

**NÍVEL 1**

**Ilha da Madeira**

Sede Bombeiros Municipais de Machico


**14 setembro 2019**

9h00 às 19h00

**Inscrições:**
[secretariado@triatlomadeira.com](mailto:secretariado@triatlomadeira.com)
<https://forms.gle/Vt89RRvQ23Gdtfrr7>
**Parte da Manhã**
**9h00**

Apresentação do formador e formandos

**9h30**

Início da formação:

- Aspectos fundamentais
- Perfil de um Árbitro
- Relação com o atleta
- Código de conduta
- Metodologia de trabalho
- Check in

**11h00-11h10**

Intervalo

**11h15** Parte Prática

Segmento de natação

-Parte prática: natação

**Parte da Tarde**
**13h30**

Início da 2ª parte da formação:

- Transições
- Ciclismo

**16h30-16h45**

Intervalo

**16h45**

- Corrida
- Estafetas
- Penalizações
- Parte prática: Parque de transição

**12.30h/13.30h-Almoço**

# I Workshop Triatlo

Madeira 2019

Área Regulamentar da Arbitragem



Sede Bombeiros Municipais de Machico

**15 setembro 2019**

9h00 às 12h00

**Destinatários:**  
Treinadores  
Clubes  
Atletas

Inscrições:

[secretariado@triatlomadeira.com](mailto:secretariado@triatlomadeira.com)<https://forms.gle/Vt89RRvQ23Gdtfrr7>

Levar: Fato de banho, roupa e calçado confortável

## Parte da Manhã

**9h00**

Apresentação do formador e formandos

**9h15**

Início da formação

- Aspetos fundamentais
- Código de conduta
- Check in
- Segmento de natação

**11h00-11h10**

Intervalo

- Transições
- Ciclismo
- Corrida
- Estafetas
- Penalizações
- Parte prática: Parque de transição