



## XVII TRIATLO DO PORTO MONIZ 2020

### Triatlo SUPER SPRINT DO PORTO MONIZ 2020

### IX AQUABIKE VILA DO PORTO MONIZ 2020

**31 de Outubro e 1 de Novembro de 2020**

*Distância Sprint: 750m Natação / 19 km ciclismo / 4,75 km corrida*

*Distância Super-Sprint: 375m Natação / 8 km ciclismo / 2,30 km corrida*

## REGULAMENTO

### 1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

O “XVII Triatlo do Porto Moniz (Sprint e Super Sprint) e o IX Aquabike do Porto Moniz”, é uma organização conjunta da ARTM - Associação Regional de Triatlo da Madeira e da Câmara Municipal do Porto Moniz.

Ao evento estão associadas várias provas, nomeadamente:

**Competição de Triatlo** - Prova principal, disputada na distância Sprint pontuável para o Circuito Regional de Triatlo 2020.  
- Prova de Juvenis / Paratriatlo disputada na distância Super-Sprint.

**Competição de Aquabike** – Prova disputada na distância Super-Sprint, pontuável como Campeonato Regional Individual e Clubes de Aquabike, etapa única.

### 2. DATA, HORÁRIOS E LOCAIS

As provas realizar-se-ão nos dias 7 de novembro de 2020 (Sábado – Triatlo e Triatlo Jovem) e 8 de novembro de 2020 (Domingo – Aquabike), com partida no porto de abrigo do Porto Moniz, nos seguintes horários:

#### Sábado, dia 07 de novembro de 2020

- **15h00:** Abertura do secretariado;
- **15h30:** Encerramento do secretariado
- **15h15:** Abertura do parque de transição;
- **15h55:** Enceramento do parque de transição;
- **16h00:** Início da Competição: Triatlo do Porto Moniz;
- **16h20:** Início da Prova de Juvenis / Paratriatlo (após a saída da água do ultimo triatleta da prova principal);
- **17h40:** Cerimónia de entrega de prémios (Sábado, junto ao museu de ciência viva do Porto Moniz);

#### Domingo, dia 08 de novembro de 2020

- **08h45:** Abertura do secretariado;
- **09h20:** Encerramento do secretariado
- **08h45:** Abertura do parque de transição;
- **09h20:** Enceramento do parque de transição;
- **09h30:** Início da Competição: IX Aquabike do Porto Moniz;
- **11h00:** Cerimónia de Entrega de prémios (Domingo, junto ao museu de ciência viva do Porto Moniz).

A concentração dos atletas, pagamento de inscrições de última hora e entrega dos dorsais aos atletas federados inscritos na prova decorrerá no secretariado da prova, que será montado num espaço adjacente ao Aquário do Porto Moniz, à entrada do acesso ao cais do Porto Moniz, nos horários acima mencionados.

O parque de transição será instalado no Porto de Abrigo.

A entrega de prémios decorrerá junto ao Centro de Ciência Viva do Porto Moniz ao lado da meta, para todas as provas de Sábado, e no miradouro acima do Porto de Abrigo para a prova de Domingo.

### 3. ESCALÕES ETÁRIOS E DISTÂNCIAS

É permitida a participação de atletas com idades iguais ou superiores a 14 anos (Juvenis nascidos a partir de 2005), de acordo com a seguinte tabela de distribuição das categorias (regulamento federativo):

Escalão	Ano de Nascimento	Distancias
Juvenis / Paratriatlo	Nascidos entre 2005 e 2006	Triatlo– 375m/8Km/2.3Km (1v/1v/500m + 2v) Aquabike – 375m/8.0km (1V/1 SUBIDA)
Cadetes	Nascidos entre 2003 e 2004	Triatlo – 750m/19km/5km (2v/1v/500m + 5v) Aquabike – 375m/8,0km (1V/1 SUBIDA)
Juniores	Nascidos entre 2001 e 2002	
Sub-23	Nascidos entre 2000 a 1997	
Seniores	Nascidos entre 1981 a 1996	
Veteranos I	Nascidos entre 1976 a 1980	
Veteranos II	Nascidos entre 1971 a 1975	
Veteranos III	Nascidos entre 1966 a 1970	
Veteranos IV	Nascidos entre 1961 a 1965	
Veteranos V	Nascidos entre 1960 e anteriores	

A prova principal será disputada na distância “**Sprint**”, constituída por:

- 1º Segmento: 750 metros de natação (2 voltas de 375 metros);
- 2º Segmento: 19 km de ciclismo (1 volta de 19.000 metros);
- 3º Segmento: 5 km de corrida (500m + 5 voltas de 900 metros).

A prova Juvenis / Paratriatlo será disputada na distância “**Super-Sprint**”, constituída por:

- 1º Segmento: 375 metros de natação (1 volta de 375 metros);
- 2º Segmento: 8 km de ciclismo (1 volta de 8.000 metros);
- 3º Segmento: 2.3 km de corrida (500m + 2 voltas de 900 metros).

*Nota: As equipas de estafetas, que irão disputar a distância “ Sprint”, poderão ser mistas (masculinos/femininos) e englobar participantes federados por um dia.*

*A partida da prova de estafetas será diferenciada da prova a solo.*

### 4. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS - COMPETIÇÕES DE SÁBADO

① - Partida/ Chegada    ② - Parque de Transição

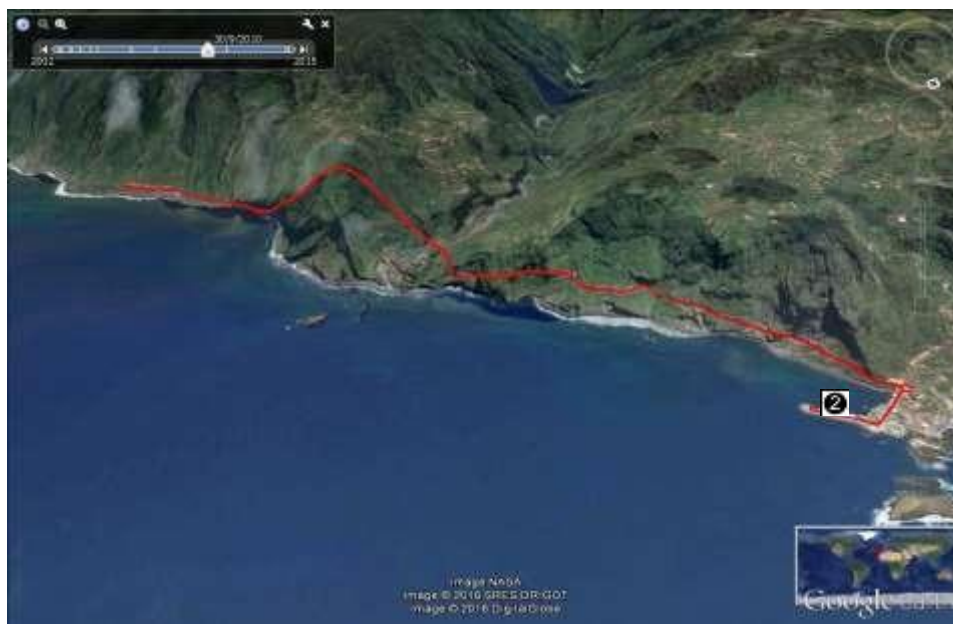
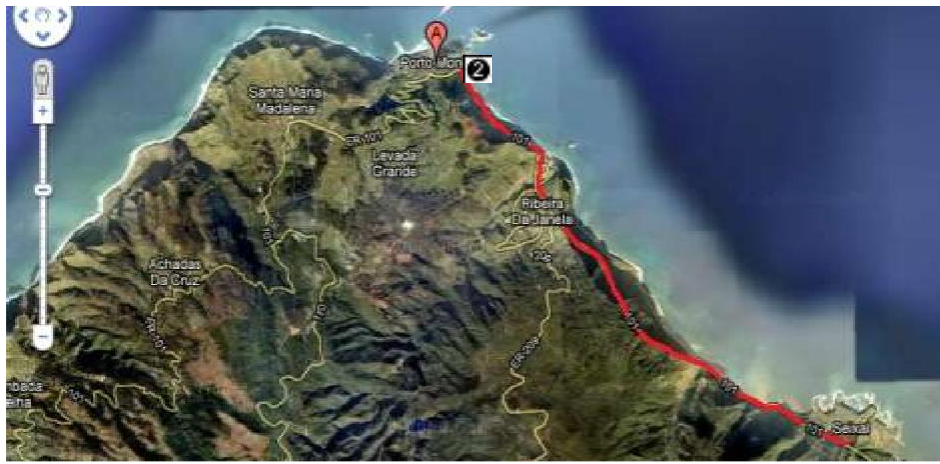
**1º Segmento Principal : Natação (375 metros x 2 voltas) = 750m**  
**1º Segmento Juvenis / Paratriatlo : Natação (375 metros x 1 volta) = 375m**



O percurso do 1º segmento (natação), será efetuado em duas voltas de 375 metros cada uma, dentro do Porto de Abrigo, em retângulo, contornando as boias pelo lado esquerdo (ou seja, deixando-as à direita), com final junto da rampa de varadouro. Juvenis e atletas da categoria Paratriatlo realizam a prova na distância S.Sprint, 1volta de 375m de natação.

**2º Segmento Principal : Ciclismo (19 Km x 1 volta) = 19kms**

**2º Segmento Juvenis / Paratriatlo : Ciclismo (8 Km x 1 volta) = 8kms**



O percurso do 2º segmento (ciclismo) da prova principal, será efetuado numa volta de 19 km, entre o Porto Moniz e o Seixal, com o seguinte trajeto: saída do porto de abrigo, subida da rampa do heliporto, continua a subir em direção à bomba de gasolina (sentido contrário ao trânsito, que estará encerrado nesta via), contorna a rotunda pela direita junto da PSP e vira à direita para a estrada (Via expresso que estará condicionada), que liga ao Seixal (túneis). No Seixal, subida até ao último túnel, realiza o retorno no final do mesmo (nas proximidades do novo miradouro), e realiza o mesmo percurso de regresso à vila do Porto Moniz. Na entrada da vila, vira à direita na rotunda da PSP e desce diretamente para o Porto de Abrigo.

O percurso do 2º segmento (ciclismo) da prova de Juvenis / Paratriatlo, será efetuado numa volta de 8kms, com retorno após o túnel da Ribeira da Janela.

**Todos os atletas inscritos e participantes no evento, realizam o segmento de ciclismo com as luzes ligadas, à frente e à retaguarda da sua bicicleta.**

**3º Segmento Principal : Corrida ( 500 metros + 5 voltas de 900m ) = 5000m**

**3º Segmento Juvenis / Paratriatlo : Corrida ( 500 metros + 2 voltas de 900m ) = 2300m**



O percurso do 3º segmento (corrida) da prova principal , de 500m + 5voltas de 900m (5000m), realiza-se em circuito dentro da Vila do Porto Moniz, com o seguinte trajeto: saída do parque de transição (porto de abrigo), sobe e vira à direita, passa em frente ao Moniz, segue em frente até ao Centro de Ciência Viva, entra e percorre o passeio turístico até à rotunda junto à Pensão Salgueiro. Aí retorna, vem pela estrada no sentido contrário ao do trânsito automóvel interdito nesse horário, até novamente à rotunda do Centro de Ciência Viva, sendo o segundo retorno de cada uma das 5 voltas, feito junto ao Restaurante Cachalote. No final da 5volta, à 6ª passagem pelo ponto “1” cortam a meta.

O percurso do 2º segmento (ciclismo) da prova de Juvenis / Paratriatlo, terá 500m + 2voltas de 900m (2300m).

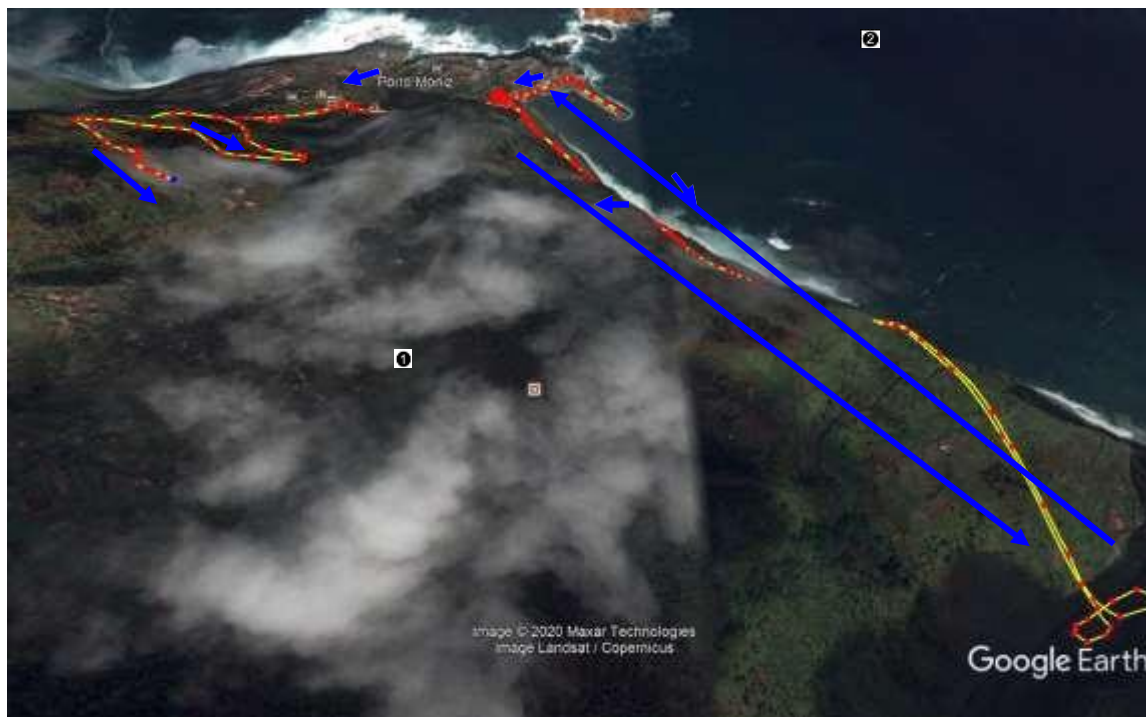
**5. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS - COMPETIÇÃO DE DOMINGO - Partida/ Chegada ① - Parque de Transição ②**

**1º Segmento: Natação (375 metros x 1 volta)**



O percurso do 1º segmento (natação), será efetuado apenas numa volta de 375 metros, dentro do Porto de Abrigo, em retângulo, contornando as boias pelo lado esquerdo (ou seja, deixando-as à direita), com final junto da rampa de varadouro.

### 2º Segmento: Ciclismo (8,00 Km)



O percurso do 2º segmento (ciclismo), será efetuado apenas num sentido e em subida (com duas descidas no acesso à Rib. Da Janela e à chegada ao P. Moniz, imediatamente antes da subida para a Santa), na distância de 8.0 Km, entre o Porto Moniz; Ribeira da Janela e Santa do Porto Moniz, com o seguinte trajeto: saída do porto de abrigo, subida da rampa do heliporto, continua a subir em direção à bomba de gasolina (sentido do trânsito, que estará encerrado nesta via), dirigindo-se de seguida em direção à Ribeira da Janela, fazendo o retorno no nó da via empresa nesta localidade; regresso ao Porto Moniz, contorna pela direita a rotunda junto à PSP do Porto Moniz e segue em direção à Santa do Porto Moniz, passando em frente à Câmara Municipal, continuando a subir até à rotunda que antecede a Freguesia da Santa do Porto Moniz, onde está situada a zona da Meta.

### 6. LOCAIS DE ABASTECIMENTO (Atletismo)

Durante a prova (Triatlo), existirá um único local com abastecimento líquido (água), fornecido pela organização. Ficará situado no final de cada volta de corrida, junto do Hotel Moniz Sol. Após o final da prova, na zona da meta, será distribuída água. Durante o percurso de ciclismo, não será entregue abastecimento, pelo que se aconselha que os atletas transportem abastecimento na sua bicicleta.

### 7. SECRETARIADO DAS PROVAS

O Secretariado de prova estará instalado junto do Aquário do Porto Moniz (à entrada do Porto de Abrigo do Porto Moniz), abrindo para entrega dos dorsais aos atletas não-federados e informações adicionais às **15h00** e encerrando às **15h30**.

O secretariado para a competição de Domingo, estará situado no mesmo local da competição do dia anterior, abrindo às **09h00** e encerrando às **09h20**.

### 8. CHECK IN

O Parque de Transição será instalado no Porto de Abrigo, e estará aberto entre as **14H15 e as 15H25 (Sábado)**, e entre às **09h00 e as 09h20 (Domingo)**, para verificações técnicas da bicicleta e restante equipamento, referente a todas as provas (Triatlo Jovem e Prova principal). Obrigatoriamente, os atletas terão de se apresentar devidamente equipados nesta zona.

### 9. CHECK OUT

Após o final da competição, os atletas poderão levantar o seu material e equipamento desportivo do parque de transição, bastando apresentar o seu peitoral/dorsal. Quinze Minutos após o último atleta ter concluído a prova será encerrado o parque de transição, tendo os atletas de levantar o seu equipamento até esse momento.

## 10. REGRAS

### 10.1 Responsabilidade Geral

São adotadas as regras em vigor no Regulamento Técnico de Triatlo, Duetlo e Aquatlo da Federação de Triatlo de Portugal, sendo da responsabilidade dos atletas conhecer e respeitar o mesmo, bem como cumprir as instruções dos juízes responsáveis da prova.

- a) Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respetivo percurso e nº de voltas, previamente anunciados e relativos a cada segmento da prova
- b) Os atletas terão de estar equipados com o tronco coberto durante toda a prova.
- c) É proibido o acompanhamento dos atletas por parte de qualquer pessoa que não esteja em competição e/ou por qualquer veículo.
- d) Não é permitido receber qualquer abastecimento exterior, que não seja o proporcionado pela organização.
- e) Todos os participantes na prova terão de estar, obrigatoriamente, cobertos pelo Seguro Desportivo previsto na Lei (Acidentes Pessoais).
- f) Para os atletas federados, em caso de falta de qualquer um dos elementos identificadores (dorsal, chip ou número de bicicleta), será permitida a sua participação, bastando para o efeito levantar os elementos em falta no secretariado, mediante o pagamento de uma taxa de 8 €, não reembolsável.
- g) As inscrições efetuadas no dia da competição serão concretizadas mediante o pagamento adicional de uma taxa de 10 € no secretariado da prova, ao qual acrescenta o valor da inscrição inicial da prova.
- h) As inscrições devem ser realizadas até à 2ª feira antes da competição, dia 26 de Outubro de 2020.
- i) Os clubes deverão confirmar por Email as inscrições dos seus atletas (alterações às inscrições realizadas no período normal), até às 24h00 do dia 28 de outubro, 4ª Feira, após o qual serão contabilizados os participantes inscritos por cada Clube.
- j) O pagamento das inscrições terá como prazo limite o dia 28 de outubro (4ª Feira), até às 24h00, através do envio do comprovante de pagamento e/ou Transferência bancário do valor da inscrição, para o NIB/ARTM: “A.R.T.M” – Banco BPI – Conta n.º 7 - 4228770.000.002, NIB: 0010 0000 42287700002 70, IBAN: PT50 0010 0000 4228 7700 00270.
- k) No caso dos atletas federados com exame médico inválido, o mesmo deverá dar entrada (em mão) na sede da ARTM até à 4ª Feira antes da prova. A entrega deste documento após a referida data para validação na competição, implica o pagamento de uma taxa de 15€, por cada exame médico.
- l) Os Clubes e atletas inscritos na competição estão de acordo com o presente regulamento de prova.
- m) **Todos os atletas devem cumprir as regras do Plano de Contingência – Regresso das competições de Triatlo 2020, enviado para todos os clubes.**

### 10.2 Natação

- a) Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respetivo percurso e nº de voltas, previamente anunciados;
- b) Todos os meios de propulsão ou aspiração artificiais estão interditos.
- c) Os atletas terão obrigatoriamente de utilizar touca no percurso de natação até ao parque de transição.
- d) O uso de fato isotérmico será permitido caso a temperatura da água seja inferior a 22°C

### 10.3 Ciclismo

- a) É permitido “andar na roda”;
- b) O uso de capacidade rígido afivelado é obrigatório em toda a extensão do percurso, até à colocação da bicicleta no suporte;
- c) É obrigatório o uso de dorsal, colocado nas costas, e em local bem visível, bem como de placa numérica na bicicleta.
- d) Os atletas deverão ter especial atenção à zona de “monta” e “desmonta” da bicicleta;
- e) Cada atleta é responsável pela sua bicicleta, não sendo possível receber qualquer tipo de ajuda exterior na sua reparação;
- f) Os atletas são obrigados a respeitar as regras de trânsito e as indicações dadas pelos agentes de segurança e pelos organizadores da prova;
- g) Todos os atletas terão de circular dentro das faixas de rodagem reservadas para a prova.
- h) Após a finalização de cada competição, é interdita a passagem dos atletas, pela linha de meta em sentido contrário à realização da prova;
- i) **É obrigatório a utilização de luzes nas bicicletas, (luzes à frente e a retaguarda das bicicletas), durante o segmento de ciclismo, em todas as competições a realizar nos dias 07 e 08 de Novembro de 2020 ( a não existência de luzes nas bicicletas, implica a exclusão de participação em ambos os eventos).**

### 10.4 Corrida

- a) É obrigatório o uso de peitoral, colocado em zona frontal, bem visível.
- b) Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respetivo percurso e nº de voltas, previamente anunciados;
- c) É proibido o acompanhamento dos atletas por parte de qualquer pessoa que não esteja em competição e por qualquer veículo.

## 11. PARTICIPAÇÃO

A participação na prova é aberta também a atletas licenciados na F.T.P por um dia, desde que possuam todo o processo de inscrição na prova devidamente regularizado.

## 12. CLASSIFICAÇÕES

Serão efectuadas, para as provas jovens:

- a) Classificação por Escalão e Género;
- b) Classificação por Equipas Jovens;

Para a prova principal:

- a) Classificação Geral Masculina, Absoluta;
- b) Classificação Geral Feminina, Absoluta;
- c) Classificação de Estafetas;
- d) Classificação por Equipas;

## 13. PROTESTOS

Todos os agentes desportivos diretamente envolvidos na competição poderão apresentar protesto, sendo que os mesmos deverão:

- Ser entregues **presencialmente ao Arbitro Principal ou ao Delegado Técnico, até 15 minutos após a publicação dos Resultados Oficiais Provisórios.**
- Ser efectuados por escrito e entregues, acompanhados de uma taxa de 25 Euros, ao Arbitro Principal, ou ao Delegado Técnico da prova, que o receberá anotando a hora de recepção. Esta taxa será sempre devolvida, caso o protesto seja decidido favoravelmente.

## 14. DIRECÇÃO DE PROVA / JÚRI DE APELO

- Director de Prova – Victor Rodrigues
- Júri de Apelo – Adriano Olim / Olivério Rasteiro / Joana Teixeira

## 15. PRÉMIOS

Serão atribuídos:

- a) Troféus ao 1º classificado da geral (Masculino e Feminino);
- b) Troféu à às equipas vencedoras da prova principal e medalhas à 2ª e 3ª classificadas (Masculinos e Femininos);
- c) Medalhas ao 2º e 3º classificado da geral (Masculino e Feminino);
- d) Medalhas aos 3 primeiros classificados de cada escalão e género, incluindo não licenciados;
- e) Medalhas aos elementos das 3 primeiras equipas de estafetas.
- f) Troféu às equipas vencedoras das competições Jovens e medalhas à 2ª e 3ª classificadas (Masculinos e Femininos);

## 16. INSCRIÇÕES

As inscrições devem ser efetuadas através do link de inscrições que está no site da ARTM e terão início no 19 de outubro (2ªf), terminando às 24h00 do dia 26 de outubro (2ªFeira).

Dados a saber para a inscrição:

ATLETAS FEDERADOS
Nome completo
Número de Licença Federativa
Nº de Dorsal
Nº de Chip
Clube
Categoria competitiva (escalão)

## **XVII TRIATLO DO PORTO MONIZ / TRIATLO JOVEM DO PORTO MONIZ / IX AQUABIKE VILA DO PORTO MONIZ – 2020**

No final da inscrição, caso esta seja realizada corretamente, através do preenchimento de todos os campos solicitados, os clubes inscritos receberão no endereço de e-mail fornecido, a confirmação da sua inscrição. Caso tal não aconteça, deverão entrar em contacto com a organização, através dos seguintes endereços de correio eletrónico: [secretariado@triatlomadeira.com](mailto:secretariado@triatlomadeira.com)

Os pagamentos das taxas de inscrição terão de ser regularizados obrigatoriamente por transferência bancária. Será possível efetuar o pagamento das taxas de inscrição no dia da competição, mediante o pagamento de uma taxa adicional no valor de 10€, no secretariado da prova. O secretariado funcionará nos horários anunciados antes do início da competição. Só partem para a prova os atletas que tiverem regularizado as suas taxas de inscrição

### **Taxas de inscrição na prova:**

PREÇOS DE INSCRIÇÃO NA PROVA
Atletas Jovens Licenciados: 0€/ Atletas Jovens com exame médico suspenso: 4€
Atletas femininas e cadetes: 10€ (1 prova); 18€ (2 provas)
Atletas masculinos licenciados: 12.5 € (1 prova); 23 € (2 provas)
Equipas de estafetas de 2 Elementos: 25 €
Equipas de estafetas de 3 Elementos: 30 €

## **17. CASOS OMISSOS**

Os casos omissos à Regulamentação da FTP, serão resolvidos pelo Delegado Técnico Regional.

## **18. INFORMAÇÕES ADICIONAIS**

- Estarão disponíveis para apoio à prova os WC, existentes junto ao Aquário do Porto Moniz, a partir das 14h00;
- A organização aconselha o uso de luzes nas bicicletas, nas competições de Triatlo;
- O trânsito automóvel encontrar-se-á parcialmente condicionado nos locais de realização da prova, porém, **ACONSELHA-SE A MÁXIMA PRECAUÇÃO, PARA ALGUM VEÍCULO QUE POSSA ESTAR A CIRCULAR INADVERTIDAMENTE DENTRO DO CIRCUITO CONDICIONADO AO TRÂNSITO, ESPECIALMENTE NAS ZONAS DE ACESSO À VIA EXPRESSO ENTRE: O PORTO MONIZ E SEIXAL / SEIXAL E PORTO MONIZ.**

## **19. CONTACTOS DA ORGANIZAÇÃO**

A.R.T.M – Associação Regional de Triatlo da Madeira Edifício da Escola Básica do Caramanchão, 1º Andar Rua de Carlos Cristóvão, N.º1, 9200-073 Machico Apartado 191 – EC / Machico  
NIFC – 511284020  
Tlm. 962 516 971 (Victor Rodrigues) / 911 162 088 (ARTM)  
Fax. 291 964641  
E-mail: [geral@triatlomadeira.com](mailto:geral@triatlomadeira.com) / [competicoes@triatlomadeira.com](mailto:competicoes@triatlomadeira.com) / [secretariado@triatlomadeira.com](mailto:secretariado@triatlomadeira.com)  
Webste: [www.triatlomadeira.com](http://www.triatlomadeira.com)