



# REGULAMENTO ESPECÍFICO

V TRIATLO PONTA DO SOL – MADALENA DO MAR

V TRIATLO JOVEM PONTA DO SOL – MADALENA DO MAR

VI CAMPEONATO REGIONAL EQUIPAS DE ESTAFETAS DE TRIATLO

11 E 12 DE JUNHO 2022

MUNICÍPIO DA PONTA DO SOL

FREGUESIA DA MADALENA DO MAR



Instituto Tecnológico de Educação, Ciência e Tecnologia  
Associação Regional de Triatlo da Madeira



ASSOCIAÇÃO DA MADEIRA DE DESPORTO PARA TODOS



## Índice

Enquadramento .....	3
Informações Adicionais.....	4
Horários e Locais.....	4
Categorias e Distâncias .....	5
Inscrições e Taxas.....	6
Descrição dos Percursos .....	7
Triatlo Sprint .....	7
Triatlo Super-Sprint.....	9
Triatlo Jovem – Iniciados.....	10
Competição Estafetas – Triatlo Super-Sprint .....	11
Posto de Abastecimento .....	13
Classificações .....	13
Prémios .....	13
Horário da entrega de prémios.....	14
Direção da Prova / Júri de Apelo.....	14
Casos Omissos.....	14
Contactos .....	14

## Enquadramento

O V Triatlo e Triatlo Jovem da Ponta do Sol – Madalena do Mar e VI Campeonato Regional Equipas de Estafetas de Triatlo são uma organização conjunta da Associação Regional de Triatlo da Madeira (ARTM) e da Câmara Municipal da Ponta do Sol.

A este evento estão associadas várias competições, nomeadamente:

### **Competição de Triatlo (sábado, 11 de junho 2022):**

- ✓ Triatlo Sprint – Prova de Triatlo disputada na distância Sprint, destinada a atletas licenciados dos escalões de Cadetes e Superiores. Pontuável para o Campeonato Regional Individual de Cadetes de Triatlo 2022, Campeonato Regional Individual de Juniores de Triatlo 2022, Campeonato Regional Individual de Age-Groups 2022 e Campeonato Regional de Clubes de Triatlo 2022.
- ✓ Triatlo Super-Sprint – Prova de Triatlo disputada na distância Super-Sprint, admite a participação de atletas Juvenis e Paratriatlo. Pontuáveis para o Campeonato Regional de Clubes Jovens 2022 e Campeonato Regional Individual de Paratriatlo 2022.
- ✓ Triatlo Jovem – Prova de Triatlo disputada nas distâncias adaptadas, destinadas aos escalões de Iniciados, pontuáveis para o Campeonato Regional Individual e Clubes Jovens 2022.

### **Competição de Estafetas (domingo, 12 de junho 2022):**

- ✓ Prova de Triatlo disputada em formato de equipas de estafetas na distância Super-Sprint – Destinada a atletas licenciados dos escalões de Juvenis e Superiores. Pontuável para o Campeonato Regional de Equipas de Estafetas de Triatlo 2022.
- ✓ Cada equipa deverá ser composta por 3 elementos, do mesmo clube e / ou clubes diferentes, podendo ser 100% masculina, 100% feminina ou mista (1 masc+2 fem ou 2 masc+1 fem);
- ✓ Cada elemento deverá cumprir um percurso de triatlo completo na distância Super-Sprint;
- ✓ Cada atleta compete com um dorsal, identificação para a bicicleta e touca fornecida pela organização que deverá ser entregue no Check-Out ao árbitro do Parque de Transição;
- ✓ Cada equipa compete com o seu chip de competição, sendo a forma de transmissão de atleta com um único toque de mão. A zona de transmissão para as estafetas será numa zona delineada ao lado da meta;
- ✓ Não são permitidas inscrições de última hora. O escalonamento inicial da equipa não poderá ser alterado a partir da quarta-feira antes da prova;
- ✓ Apenas são rankiadas estafetas masculinas e femininas, compostas inteiramente por elementos do mesmo clube.

Estas competições contam com os apoios da Câmara Municipal da Ponta do Sol, Águas Atlântida, Auto Zapecar, MZ Bike, Clínica Dentária do Fórum Machico, Monumental Lido Medical Center, Gesba – Empresa de Gestão do Sector da Banana, SER – DRD, AMDpT e FTP.

## Informações Adicionais

Serão aplicadas as regras em vigor ditadas pela Direção Regional de Saúde de combate à pandemia Covid-19.

Distâncias com draft legal (com roda). Contudo é proibido fazer draft:

- ✓ Em atletas de géneros diferentes;
- ✓ Em atletas com partidas diferentes da sua;
- ✓ A qualquer veículo motorizado que se encontre no percurso (mota ou automóvel).

O controlo de andamentos será feito no início ou final das provas, a todos os atletas ou de forma aleatória, por decisão do ACE.

O trânsito automóvel encontrar-se-á encerrado e/ou 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 encerrado ao trânsito.

## Horários e Locais

Os eventos realizar-se-ão no dia 11 e 12 de junho 2022 com partida junto ao cais da Madalena do Mar, nos seguintes horários:

### Competição de Triatlo (11 de junho 2022)

- ✓ 14h30: Abertura do Secretariado e Parque de Transição
- ✓ 15h15: Encerramento do Secretariado e do Parque de Transição
- ✓ 15h25: Início da prova Triatlo Sprint (por género – partida masculina, +2' feminina)
- ✓ 16h35: Início da prova Triatlo Super-Sprint (por género – partida masculina, +2' feminina, +2' estafetas)
- ✓ 17h30: Início das provas Triatlo Jovem (escalão de Iniciados)
- ✓ 18h00: Cerimónia de Entrega de Prémios

### Competição de Estafetas (12 de junho 2022)

- ✓ 08h00: Abertura do Secretariado e Parque de Transição
- ✓ 08h50: Encerramento do secretariado e Parque de Transição
- ✓ 09h00: Início da prova Principal (partida por géneros – partida masculina, +2' feminina, +2' mista)
- ✓ 12h00: Cerimónia de Entrega de Prémios

---

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)

E-mail: geral@triatlomadeira.com / competicoes@triatlomadeira.com / secretariado@triatlomadeira.com

Webste: www.triatlomadeira.com

## Categorias e Distâncias

### Triatlo Sprint e Super-Sprint

É permitida a participação de atletas com idades iguais ou superiores a 14 anos (nascidos em 2008), de acordo com a seguinte tabela de distribuição das categorias (regulamento federativo):

Escalão	Ano de Nascimento	Distâncias
Juvenis	Nascidos entre 2008 e 2007	Triatlo Super-Sprint Natação 375m (1v) Ciclismo 7,5km (3v2,5km) Corrida 2km (1v)
Paratriatlo	-	
Cadetes	Nascidos entre 2006 e 2005	Triatlo Sprint Natação 750m (2v375m) Ciclismo 20km (8v2,5km) Corrida 5km (2v2,5km)
Juniiores	Nascidos entre 2004 e 2003	
Seniores	Nascidos entre 2002 a 1983	
Veterano I e superior	Nascidos entre 1982 e anos anteriores	

### Triatlo Jovem

É permitida a participação de atletas com idades entre 12 e 13 anos (nascidos entre 2010 e 2009) de acordo com a seguinte tabela de distribuição das categorias (regulamento federativo):

Escalão	Ano de Nascimento	Distâncias
Iniciados	Nascidos entre 2010 e 2009	Triatlo Jovem Natação 200m (1v) Ciclismo 3,3km (2v1,64km) Corrida 1km (2v500m)

### Competição de Estafetas – Equipas

É permitida a participação de atletas com idades iguais ou superiores a 14 anos (nascidos em 2008), de acordo com a seguinte tabela de distribuição das categorias (regulamento federativo):

Género	Ano de Nascimento	Distâncias
Estafetas Masculinas	Nascidos em 2008 e anos anteriores	Triatlo Super-Sprint Natação 300m (1v) Ciclismo 7,5km (3v2,5km) Corrida 2km (1v)
Estafetas Femininas	Nascidos em 2008 e anos anteriores	
Estafetas Mistas	Nascidos em 2008 e anos anteriores	

## Inscrições e Taxas

Link de inscrições: <https://triatlomadeira.com/inscricoes/>

	ATLETAS MASCULINOS		ATLETAS FEMININOS E CADETES MASC/FEM	
	LICENCIADOS	LICENCIADOS COM EXAME MÉDICO INVÁLIDO	LICENCIADOS	LICENCIADOS COM EXAME MÉDICO INVÁLIDO
PROVAS DE DISTÂNCIA SPRINT	14,50€	22€	12€	17€
PROVAS DE DISTÂNCIA SUPER-SPRINT	12€	17€	9,50€	13€
ATLETAS JOVENS	1€	4,5€	1€	4,5€
ESTAFETAS 2 ELEMENTOS	12€ por pessoa		9,50€ por pessoa	
ESTAFETAS 3 ELEMENTOS	12€ por pessoa		9,50€ por pessoa	

Aluguer de Chip: 5€

Aluguer restante Kit de competição: 2€ cada material

Aluguer Kit completo (sem chip): 6€

Aluguer Kit completo + Chip: 12€

Inscrições ou alterações de última hora (após quarta-feira antes de cada prova) acrescenta 10€ ao valor da inscrição (para atletas licenciados e licenciados por um dia ou Exame Médico Inválido).

As alterações ou cancelamentos de inscrição deverão ser enviados por email [secretariado@triatlomadeira.com](mailto:secretariado@triatlomadeira.com) até a quarta-feira antes da prova.

O pagamento das inscrições terá como prazo limite a quarta-feira antes do dia da prova, até às 24h00, através do envio do comprovante de pagamento do valor da inscrição para o email [secretariado@triatlomadeira.com](mailto:secretariado@triatlomadeira.com)

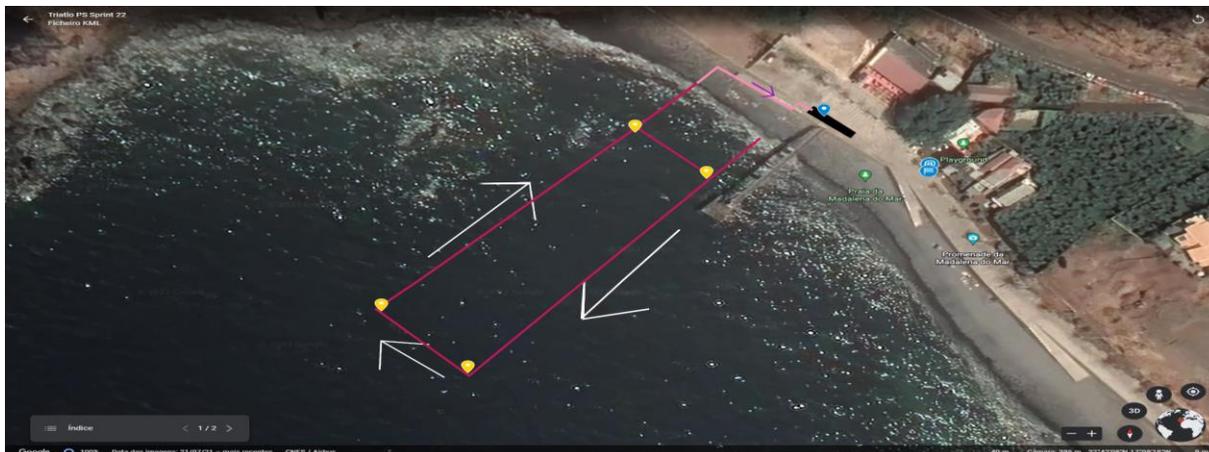
IBAN: PT50 0010 0000 4228 7700 0027 0

## Descrição dos Percursos

Percurso interativo – link no site da ARTM

### Triatlo Sprint

#### 1º Segmento: Natação (375 metros x 2 voltas) = 750m



O percurso do 1º segmento (natação) será efetuado em 2 voltas de 375m. A partida será dada ao lado do pontão da Madalena do Mar, tendo de percorrer o referido percurso no sentido das setas.

#### 2º Segmento: Ciclismo (2500 metros x 8 volta) = 20km



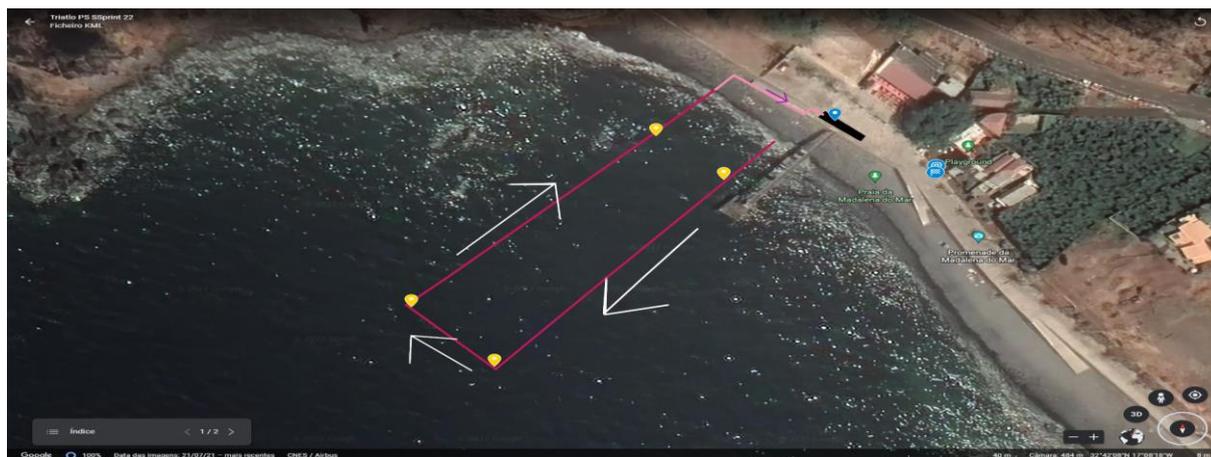
Após a saída do PT, os atletas sobem pela rua de acesso à estrada principal (bicicleta na mão. Montam no final da subida - Estrada principal), viram à direita, percorrem mais 150m, viram novamente à direita no entroncamento dos ilhéus de tráfego, entram na estrada marginal da Madalena do Mar para percorre-la até ao seu final onde aí se situa o 1º retorno (rotunda). Após o retorno, regressam pela mesma estrada marginal até aos ilhéus de tráfego para dar por concluída uma volta com o 2º retorno nesses mesmos ilhéus. No final da 8ª volta os triatletas descem pela mesma estrada de ligação inicial para entrar no PT.

### 3º Segmento: Corrida (2500 metros x 2 voltas) = 5km

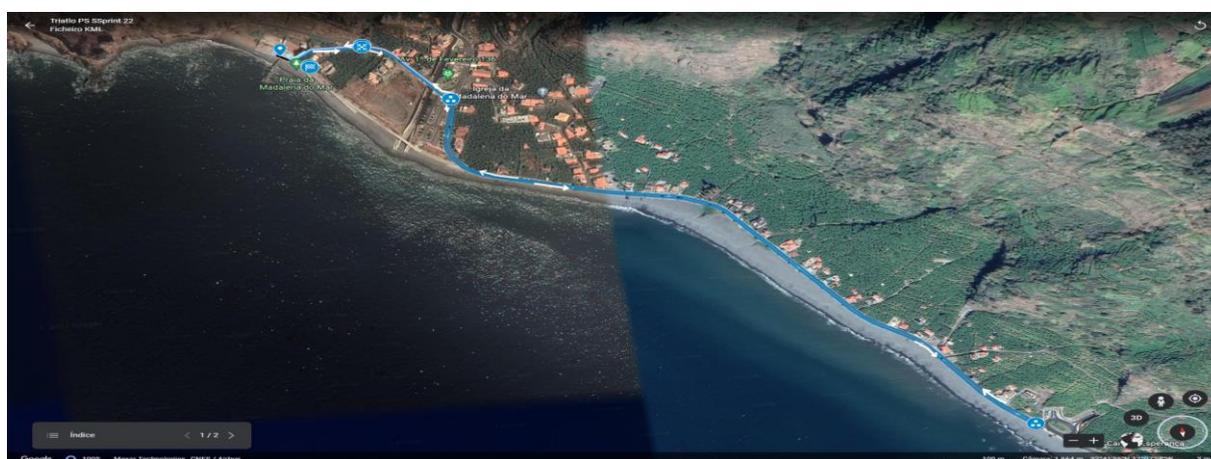


Após saída do parque de transição, correm em frente passando ao lado da zona de meta em direção à marginal junto ao passeio até ao seu final para o 1º retorno (junto ao retorno do ciclismo), regressam até à ponte junto ao parque de estacionamento seguindo em direção à zona do PT / Meta, onde efetuam o 2º retorno junto à zona de Meta, para iniciarem a 2ª volta do segmento de corrida. No final da 2ª volta, correm para a meta situado à direita um pouco à frente do retorno de corrida.

## 1º Segmento: Natação (375 metros x 1 volta) = 375m



## 2º Segmento: Ciclismo (2500 metros x 3 volta) = 7,5km



## 3º Segmento: Corrida (2500 metros x 1 volta) = 2km



**1º Segmento Iniciados: Natação (200 metros x 1 volta) = 200m**



**2º Segmento Iniciados: Ciclismo (1640 metros x 2 voltas) = 3,3km**

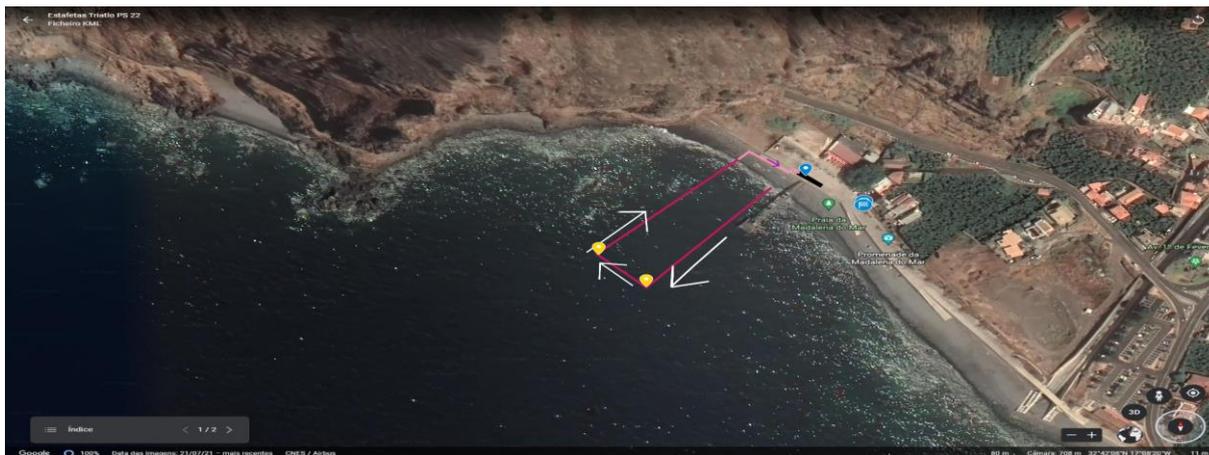


**3º Segmento Iniciados: Corrida (970 metros x 1 volta) = 970m** (retorno 1 – na direção do Parque de estacionamento)



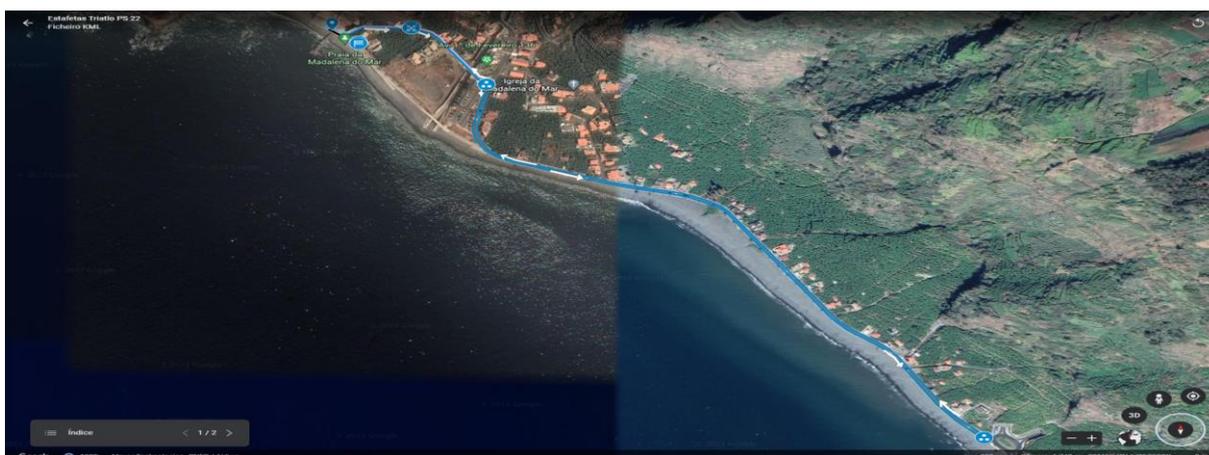
## Competição Estafetas – Triatlo Super-Sprint

### 1º Segmento: Natação (300 metros x 1 volta) = 300m



O percurso do 1º segmento (natação) será efetuado em 1 volta de 300m. A partida será dada ao lado do pontão da Madalena do Mar, tendo de percorrer o referido percurso no sentido das setas.

### 2º Segmento: Ciclismo (2500 metros x 3 volta) = 7,5km



Após a saída do PT, os atletas sobem pela rua de acesso à estrada principal (bicicleta na mão. Montam no final da subida - Estrada principal), viram à direita, percorrem mais 150m, viram novamente à direita no entroncamento dos ilhéus de tráfego, entram na estrada marginal da Madalena do Mar para percorre-la até ao seu final onde aí se situa o 1º retorno (rotunda). Após o retorno, regressam pela mesma estrada marginal até aos ilhéus de tráfego para dar por concluída uma volta com o 2º retorno nesses mesmos ilhéus. No final da 3ª volta os triatletas descem pela mesma estrada de ligação inicial para entrar no PT.

### 3º Segmento: Corrida (2500 metros x 1 voltas) = 2km



Após saída do parque de transição, correm em frente passando ao lado da zona de meta em direção à marginal junto ao passeio até ao seu final para o 1º retorno, regressam até à ponte junto ao parque de estacionamento seguindo em direção à zona de transmissão de estafetas (junto ao PT).

## Posto de Abastecimento

Durante a prova de Triatlo existirá um único local com abastecimento líquido (água), fornecido pela organização. Ficará situado à saída do PT e será fornecido durante cada uma das voltas do segmento de corrida.

Haverá 2 locais com recipientes para colocar os copos reutilizáveis (1 a 10 metros e outro a 20 metros) após o abastecimento. Os atletas que não colocarem os copos dentro do limite dos recipientes receberão uma penalização de tempo. 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.

## Classificações

### Triatlo Jovem:

- ✓ Classificação por categoria
- ✓ Classificação por Equipas Jovens

### Triatlo Sprint e Super-Sprint:

- ✓ Classificação Geral Masculina, Absoluta
- ✓ Classificação Geral Feminina, Absoluta;
- ✓ Classificação por Escalões e Género
- ✓ Classificação por Equipas

### Prova Estafetas:

- ✓ Classificação por Estafeta Masculina, Feminina e Mista

## Prémios

- ✓ Troféu ao 1º classificado da geral (masculino e feminino)
- ✓ Troféu às equipas 1ª classificadas (Clubes Jovens e Clubes Principal)
- ✓ Medalhas ao 2º e 3º classificado da geral (masculino e feminino)
- ✓ Medalhas aos 3 primeiros classificados de cada escalão na competição principal em ambos os géneros
- ✓ Medalhas aos primeiros classificados de cada escalão em ambos os géneros
- ✓ Troféu para a 1ª estafeta masculina e feminina. Medalhas para a 1ª estafeta mista e 2ª e 3ª masculina, feminina e mista

## Horário da entrega de prémios

Após a publicação dos resultados oficiais provisórios no site da ARTM seguir-se-á de imediato a cerimónia de entrega de prémios. Na cerimónia, é obrigatória a presença dos atletas premiados. Os prémios não poderão ser reclamados após a ausência no pódio.

## Direção da Prova / Júri de Apelo

Delegado Técnico de Prova – Victor Rodrigues

Júri de Apelo – Victor Rodrigues / Joana Teixeira / Olivério Rasteiro

## Casos Omissos

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

## Contactos

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)