



1º XCROSS AZORES TRIATLO

Campeonato Regional Absoluto dos Açores

Campeonato Regional Jovem dos Açores

Sábado, 29 de outubro 2022 – Lagoa das 7 Cidades (Ponta Delgada)

REGULAMENTO DE PROVA

ORGANIZAÇÃO

1. O Xcross Azores Triatlo é uma organização conjunta do Clube Açoriano de Trail e Triatlo, Federação de Triatlo de Portugal e Turismo com o apoio da Câmara Municipal de Ponta Delgada e Junta de Freguesia das 7 Cidades.
2. Esta prova faz parte do calendário regional de Triatlo Açores e conta para a atribuição do título de campeão regional dos Açores 2022 (atletas federados) na geral individual e por clubes (Ver o Guia em <https://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/competicoes/regionais-2021/>).
3. A prova será disputada no formato Standard, para atletas federados e não federados na vertente individual, estafetas ou duatlo. Decorrerá de acordo com o seguinte programa horário e local:

Local das provas: Península das 7 Cidades (37.855568, -25.784405)		
08h15	Abertura secretariado	Península (Área Organização)
09h15	Encerramento secretariado	Península (Área Organização)
08h30	Verificação técnica e colocação do material	Área de transição
09h00	Reunião técnica prova Standard/Duatlo/Estafetas	Área de transição
09h30	Partida da prova Standard/Duatlo/Estafetas	Lagoa Azul
09h40	Reunião técnica prova Jovem	Área de transição
10h00**	Partida da prova Jovem	Lagoa Azul
12h30	Hora limite para final	Península (Área Organização)
12h45*	Entrega dos prémios	Península (Área Organização)

*ou após o último atleta terminar a corrida (os horários estão sujeitos a alterações)

** ou quando o último atleta terminar o percurso natação

INSCRIÇÕES

4. A participação no I Xcross Azores Triatlo é aberta a todos os interessados, de acordo com os seguintes preceitos:

Provas	Distância	Admissão
Campeonato Regional Absoluto	De acordo com RGC	Atletas nascidos em 2004 e antes
Campeonato Regional Jovem	De acordo com RGC	Atletas nascidos entre 2005 e 2015

Duatlo	De acordo com RGC	Atletas nascidos em 2004 e antes
Duatlo Jovem	De acordo com RGC	Atletas nascidos entre 2005 e 2015
Estafetas	De acordo com RGC	Atletas nascidos em 2004 e antes

5. As inscrições de todos os atletas pode ser efetuada no site cattt.pt;
6. O contacto para informações: 916 469 388 (Carlos Martins) ou catttazores@gmail.com;
7. As inscrições e o pagamento devem ser efetuados até às 23h59 de terça-feira, dia 25 de outubro de 2022;
8. Após o prazo de inscrição e pagamento terminar, o atleta apenas de pode inscrever no dia e local da prova, com um custo acrescido de 10€;
9. Os valores de inscrição são os constantes no quadro abaixo apresentado:

Prova	Preço de inscrição (individual)	
	Federados	Não federados
Campeonato Regional Absoluto e Estafetas	10€ (cada atleta)	15€ (cada atleta)
Campeonato Regional Jovem e Duatlo Jovem	5€	5€
Duatlo	10€	15€

GRUPOS DE IDADE E DISTÂNCIAS

Campeonato Regional Absoluto (Triatlo e Duatlo)	
JUNIORES (nascidos entre 2003 e 2004)	Natação – 1 km (3 voltas) (Duatlo -> Corrida – 2 km) Ciclismo – 21 Km (6 voltas) Corrida – 7,5 Km (1 volta)
GRUPOS DE IDADE 20 – 24 (nascidos entre 1998 e 2002)	
GRUPOS DE IDADE 25 – 29 (nascidos entre 1993 e 1997)	
GRUPOS DE IDADE 30 – 34 (nascidos entre 1988 e 1992)	
GRUPOS DE IDADE 35 – 39 (nascidos entre 1983 e 1987)	
GRUPOS DE IDADE 40 – 44 (nascidos entre 1978 e 1982)	
GRUPOS DE IDADE 45 – 49 (nascidos entre 1973 e 1977)	
GRUPOS DE IDADE 50 – 54 (nascidos entre 1968 e 1972)	
GRUPOS DE IDADE 55 – 59 (nascidos entre 1963 e 1967)	
GRUPOS DE IDADE 60 – 64 (nascidos entre 1958 e 1962)	
GRUPOS DE IDADE 65 – 69 (nascidos entre 1953 e 1957)	
GRUPOS DE IDADE 70 – 74 (nascidos entre 1948 e 1952)	
GRUPOS DE IDADE 75 – 79 (nascidos entre 1943 e 1947)	

Campeonato Regional Jovem (Triatlo)					
	GI 7-8-9 anos (Benjamins) (Nascidos em 2013, 2014 e 2015)	GI 10-11 anos (Infantis) (Nascidos em 2011 e 2012)	GI 12-13 anos (Iniciados) (Nascidos em 2009 e 2010)	GI 14-15 anos (Juvenis) (Nascidos em 2007 e 2008)	GI 16-17 anos (Cadetes) (Nascidos em 2005 e 2006)
Natação	50m	100m	200m	300m	400m
Ciclismo	1000m	2000m	4000m	8000m	10000m
Corrida	400m	800m	1000m	2000m	3000m

10. Os escalões aplicam-se tanto em Masculinos como em Femininos.

DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

11. **Natação** – 3 voltas de cerca de 330m, natação em lagoa com águas calmas, partida dentro de água junto à margem.
12. **Ciclismo** – 6 voltas de 3,5km na zona do Cerrados das Freiras até à Baía do Silêncio, passando na Península. Percurso plano com uma subida curta.
13. **Corrida** – 1 volta de 7.5km à volta da Lagoa Verde e por cima do Parque de Campismo. Percurso exigente, técnico e ondulado com 2 subidas e 1 descida mais acentuadas.

ESTAFETAS:

14. A participação na vertente estafetas é exclusiva para atletas não federados.
15. Esta prova é organizada na distância Standard.
16. Cada equipa deverá ser composta por 2 ou 3 elementos, os quais se distribuirão para cumprir os 3 segmentos da prova na sua totalidade, contando para a classificação aquele que concluir a prova. Não haverá distinção de géneros, podendo as equipas de estafetas ser exclusivamente masculina, feminina ou mista.
17. Todos os atletas que participem na vertente estafetas devem respeitar a área de transmissão, indicada pela equipa de arbitragem, sob pena de desqualificação. Na reunião técnica serão dadas as informações mais específicas.
18. Na transição para o ciclismo o atleta deve estar no início da área de transição, para transição para a corrida o atleta deve estar no final da área de transição (placa “Monta”).
19. A partida será simultânea à prova Standard.
20. Podem inscrever-se atletas a partir dos 16 anos de idade (nascidos em 2006).

DUATLO

21. A participação na vertente Duatlo é exclusiva para atletas não federados.

22. Esta prova é organizada na distância Standard com 3 segmentos: Corrida1 (2k) ciclismo (21k) e corrida2 (7.5k).



Duatlo Jovem					
	GI 7-8-9 anos (Benjamins) (Nascidos em 2013, 2014 e 2015)	GI 10-11 anos (Infantis) (Nascidos em 2011 e 2012)	GI 12-13 anos (Iniciados) (Nascidos em 2009 e 2010)	GI 14-15 anos (Juvénis) (Nascidos em 2007 e 2008)	GI 16-17 anos (Cadetes) (Nascidos em 2005 e 2006)
Corrida	200m	400m	500m	1000m	1600m
Ciclismo	1000m	2000m	4000m	8000m	12000m
Corrida	300m	800m	1000m	2000m	3200m

23. Todos os atletas devem respeitar a área de transmissão, indicada pela equipa de arbitragem, sob pena de desqualificação. Na reunião técnica serão dadas as informações mais específicas.
24. A partida para esta prova será dada em simultâneo ao Triatlo Standard (os atletas fazem a partida na zona de meta).

LOCAL DE ABASTECIMENTO (líquido)

25. Início da corrida
26. Meta

REGRAS DE PARTICIPAÇÃO

- 27.** São adotadas as regras em vigor no Regulamento Técnico da Federação de Triatlo de Portugal, bem como das Recomendações COVID 19 para organização de eventos 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.
- 28.** Na reunião técnica, antes da prova, serão transmitidas todas as informações consideradas relevantes, nomeadamente alguma alteração técnica. O atleta deve ser conhecedor do Regulamento de Prova e do Regulamento Técnico da FTP.

Segmento	Regras
Natação	- Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respetivo percurso e número de voltas, previamente anunciados. - Todos os meios de propulsão ou aspiração artificiais estão interditos. - Os atletas terão obrigatoriamente de utilizar touca o percurso de Natação, até à Área de Transição. - O uso de fato isotérmico será permitido caso a temperatura da água seja inferior a 20°C. - A partida será dada dentro de água junto à margem da Lagoa Azul.
Ciclismo	- 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; - É obrigatório o uso de bicicleta de montanha; - Cada concorrente é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respetivo 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; - É permitido Draft (andar na roda) para os atletas da mesma corrida, volta e género.
Corrida	- É obrigatório o uso de peitoral, colocado em zona frontal, bem visível; - Cada concorrente é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respetivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas; - Aconselha-se vivamente o uso de calçado de Trail Run; - 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/ftp2015/a-federacao/estatutos/>

RECLAMAÇÕES

- 29.** Podem ser efetuadas por todos os agentes desportivos diretamente envolvidos, de acordo com o seguinte:
- Devem ser efetuados por escrito e entregues, acompanhados de uma taxa de 25 €, ao Delegado técnico, que o receberá anotando-lhe a hora de receção, e até 15 minutos após a publicação dos Resultados Oficiais Provisórios;
 - A taxa será devolvida se a reclamação for decidida favoravelmente.

RESULTADOS

- 30.** Classificação individual geral em cada género para as provas Standard e Duetlo
- 31.** Classificação individual por grupos de idade em cada género para a prova Standard

32. Classificação geral por equipas para a qual contam os tempos dos 3 primeiros atletas de cada equipa e género
33. Classificação geral de equipas de estafetas e promoção.

PRÉMIOS – Campeonato Regional Absoluto

Escalões e Grupos de idade	MASCULINOS	FEMININOS
JUNIORES (nascidos entre 2003 e 2004)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
GRUPOS DE IDADE 20 – 24 (nascidos entre 1998 e 2002)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
GRUPOS DE IDADE 25 – 29 (nascidos entre 1993 e 1997)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
GRUPOS DE IDADE 30 – 34 (nascidos entre 1988 e 1992)	1ª, 2ª e 3ª	1ª, 2ª e 3ª
GRUPOS DE IDADE 35 – 39 (nascidos entre 1983 e 1987)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
GRUPOS DE IDADE 40 – 44 (nascidos entre 1978 e 1982)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
GRUPOS DE IDADE 45 – 49 (nascidos entre 1973 e 1977)	1ª, 2ª e 3ª	1ª, 2ª e 3ª
GRUPOS DE IDADE 50 – 54 (nascidos entre 1968 e 1972)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
GRUPOS DE IDADE 55 – 59 (nascidos entre 1963 e 1967)	1ª, 2ª e 3ª	1ª, 2ª e 3ª
GRUPOS DE IDADE 60 – 64 (nascidos entre 1958 e 1962)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
GRUPOS DE IDADE 65 – 69 (nascidos entre 1953 e 1957)	1ª, 2ª e 3ª	1ª, 2ª e 3ª
GRUPOS DE IDADE 70 – 74 (nascidos entre 1948 e 1952)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
GRUPOS DE IDADE 75 – 79 (nascidos entre 1943 e 1947)	1ª, 2ª e 3ª	1ª, 2ª e 3ª
Equipas (Clubes)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Duotlo	1ª, 2ª e 3ª	1ª, 2ª e 3ª
Estafetas	1ª, 2ª e 3ª	

34. Na atribuição dos prémios é obrigatória a presença dos atletas e equipas com direito aos mesmos.
35. No **Campeonato Regional Jovem**, apura-se o vencedor coletivo através do somatório dos pontos obtidos por todos os atletas em competição, segundo a Tabela I do anexo F do Regulamento Técnico de Competições.

PRÉMIOS - Campeonato Regional Jovem

GRUPOS DE IDADE	MASCULINOS	FEMININOS
GI 7-8-9 anos (Benjamins)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
GI 10-11 anos (Infantis)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
GI 12-13 anos (Iniciados)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
GI 14-15 anos (Juvenis)	1º, 2º e 3º	1º, 2º e 3º
GI 16-17 anos (Cadetes)	1º, 2º e 3º	1ª, 2ª e 3ª
Equipas	1ª, 2ª, 3ª, 4ª e 5ª	

36. Na atribuição dos prémios é obrigatória a presença dos atletas e equipas com direito aos mesmos.

JURI DE COMPETIÇÃO**37.** Será constituído por:

Presidente: Delegado Técnico da prova;

Vogal: Representante da Federação de Triatlo de Portugal;

Vogal: Representante da Organização local.

OUTRAS INFORMAÇÕES

- 38.** 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.
- 39.** O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização.
- 40.** Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova.

CASOS OMISSOS

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

FIM DE REGULAMENTO