



EUROPEAN POLICE&FIRE GAMES
TRIATLO DAS ANDORINHAS 2024
TRIATLO SPRINT
Sexta | 11 de Outubro de 2024



REGULAMENTO

DESCRIÇÃO DA PROVA

O Triatlo é um evento de triatlo com fins de ócio, turísticos ou culturais, características que, de resto, definem esta variante desportiva.

ORGANIZAÇÃO

O evento é organizado pelo Grupo Desportivo da Goma em colaboração com a European Police & Fires Games, e com o Município da Póvoa de Lanhoso .

LOCAL E DATA

Parque Desportivo de Sobradelo da Goma
Rua do Grupo Desportivo da Goma, nº276, 4830-715 Sobradelo da Goma Póvoa de Lanhoso.

<https://goo.gl/maps/jcB7ZZqeEGM5e6oZA>

Sexta, 11 de Outubro de 2024

PROGRAMA DE PROVA

- **08:00h:** Confirmação dos números do peitoral no local da competição.
- **08:45h:** Reunião Técnica.
- **09:15h:** Aquecimento.
- **10:00h:** Início da competição.

ESPECIFICIDADES DA MODALIDADE

Natação

Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respetivo percurso.
Todos os meios de propulsão ou aspiração artificiais estão interditos;
O uso de fato isotérmico é opcional e boias de segurança são permitidas.

Ciclismo

É obrigatório o uso de capacete rígido afivelado em toda a extensão do percurso, até à colocação da bicicleta no suporte dentro da transição.



EUROPEAN POLICE&FIRE GAMES
TRIATLO DAS ANDORINHAS 2024
TRIATLO SPRINT
Sexta | 11 de Outubro de 2024



É obrigatório o uso de dorsal colocado na frente da bicicleta e nas costas do atleta em local bem visível.
É permitido andar na roda.

Cada atleta é responsável pelo cumprimento (conhecimento) do respetivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas.

Os atletas obrigam-se a respeitar as regras de trânsito e as indicações dadas pelos agentes de segurança.

Cada participante é ainda responsável pela sua bicicleta, não sendo possível receber qualquer tipo de ajuda para reparação da mesma de forma externa ao evento ou dos seus participantes.

Corrida

É obrigatório o uso de peitoral, colocado em zona frontal, bem visível.

Parque de transição

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 mesmo;

Equipas

Serão compostas por grupos de 3 participantes, os quais darão individualmente cumprimento aos 3 segmentos da prova.

Geral

É proibido o acompanhamento dos atletas por parte de qualquer outra pessoa que não esteja em competição como forma de melhorar a sua performance e posterior classificação no decorrer do evento.

PERCURSOS

Natação 750m - O segmento de natação na barragem das Andorinhas, é efetuado em linha, com saída do Bar do Pontão, até à enseada do Parque Desportivo.

Todos os atletas deveram deslocar-se para o Bar do Pontão pelos próprios meios.

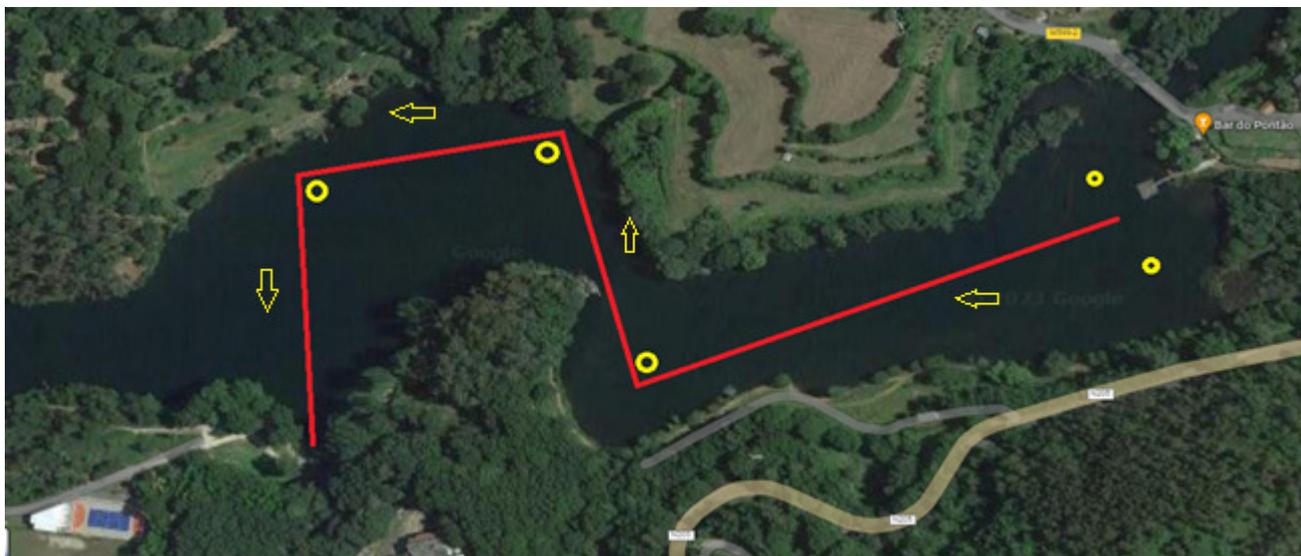
A organização recorre o calçado e entrega à saída do PT.



EUROPEAN POLICE & FIRE GAMES
TRIATLO DAS ANDORINHAS 2024
TRIATLO SPRINT
Sexta | 11 de Outubro de 2024



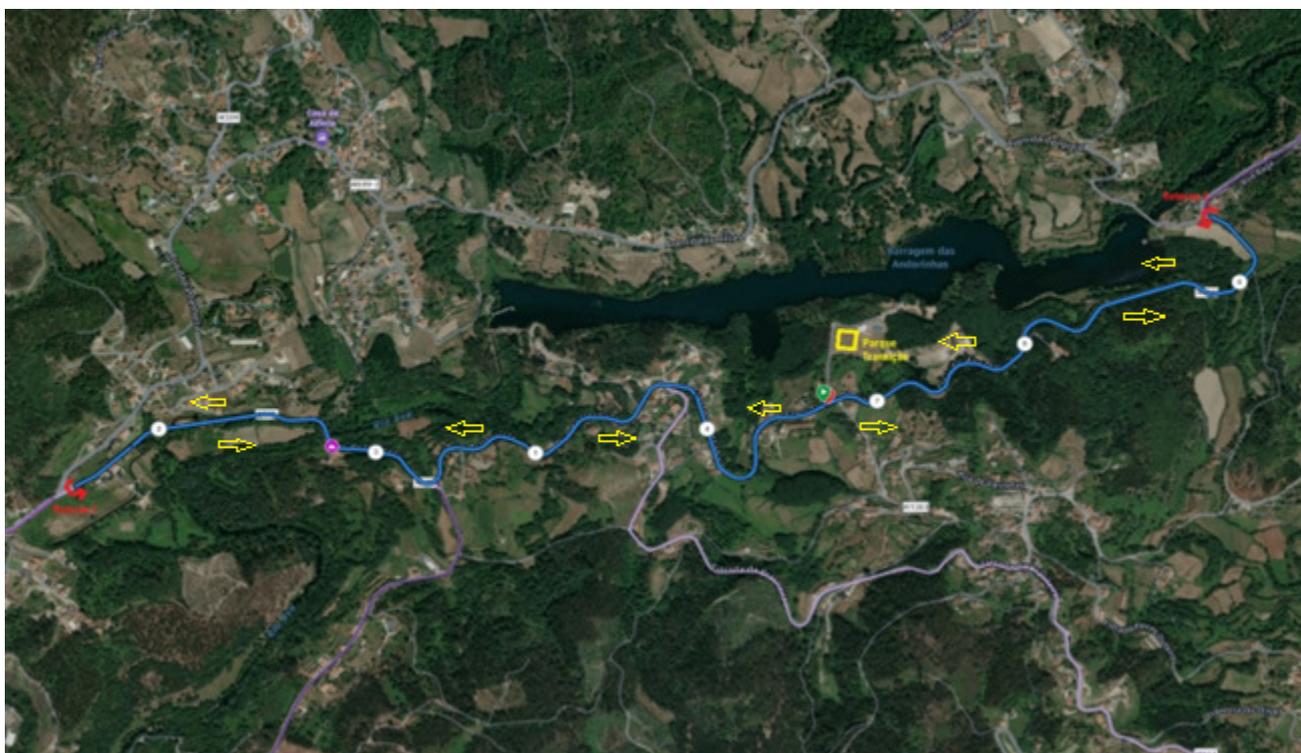
MUNICÍPIO AMIGO DO DESPORTO



NATAÇÃO

Ciclismo 21kms - O segmento de ciclismo tem início e fim no Parque Desportivo, realizado em 3 voltas na E.N. 205 entre o Km 72+000 e o Km 76+000.

O percurso estará devidamente sinalizado e controlado pela GNR e voluntários.



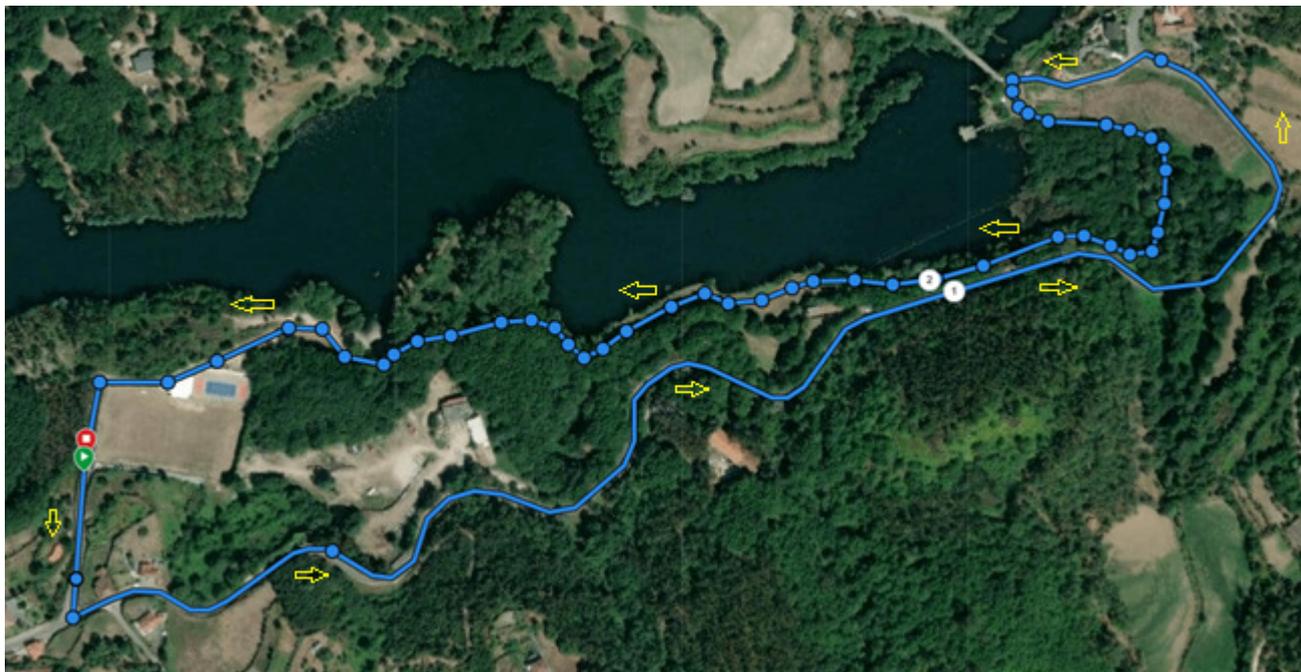
CICLISMO 3 voltas de 7Km



EUROPEAN POLICE&FIRE GAMES TRIATLO DAS ANDORINHAS 2024 TRIATLO SPRINT Sexta | 11 de Outubro de 2024



Corrida 5kms - O segmento de corrida tem início e fim no Parque Desportivo, realizado em 2 voltas com metade do percurso em estrada e a outra metade em terra batida, passando pelo Bar do Pontão a meio do percurso.



CORRIDA

CONTROLO DE TEMPOS E CLASSIFICAÇÕES

A cronometragem será realizada com recurso a chip pela SINCTIME e o controlo de percurso será realizado por controladores espalhados pelo percurso.

Todos os participantes serão identificados com um dorsal fornecido pela organização que deverá estar sempre visível.

A listagem de tempos finais será disponibilizada online após chegada do último atleta.

A criação de Equipas ou Equipas Mistas, terá de ser feita com um máximo de 1 hora antes do tiro de partida.

CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

Serão premiados os três primeiros classificados nas seguintes categorias / grupos idade:

Masculinos / Femininos

- AG 18-29 - AG 30-34 - AG 35-39 - AG 40-44 - AG 45-49 - AG 50-54 - AG 55-59 - AG 60-64 - AG +65



EUROPEAN POLICE&FIRE GAMES TRIATLO DAS ANDORINHAS 2024 TRIATLO SPRINT Sexta | 11 de Outubro de 2024



Equipas (3)

- AG 18-29 - AG 30-39 - AG 40-49 - AG 50-59 - AG +60

Equipas Mistas (2 + 1)

- AG -39 - AG +40 - AG +60

BALNEARIOS

No final do evento os participantes poderão tomar banho nos balneários existentes no seguinte local:

PENALIZAÇÕES / INFRAÇÕES

Serão penalizados, em último caso com a desclassificação, todos aqueles que:

- Falsifiquem qualquer elemento relativo á sua inscrição
- Desrespeitem o código da Estrada.
- Não respeitem as indicações fornecidas por elementos da organização e/ou forças da ordem.
- Não façam controlo zero na partida
- Não cumpram a totalidade do percurso, falhando inclusive pontos de controlo intermédio
- Não respeitem o ambiente, degradando o mesmo, seja pelo lançamento de desperdícios ou outros fora das áreas definidas para o efeito.
- Se comportem de forma desrespeitosa para o presente regulamento e evento
- Não informação de desistência por causa não aparente ou devidamente reportada aos meios de socorro
(Serão despoletados os meios de segurança e resgate, sendo depois imputados eventuais custos ao atleta)

PRESERVAÇÃO AMBIENTAL

O evento é organizado por pessoas e entidades que privilegiam o contacto com a natureza e a sua proteção, pelo que apelamos ao sentido ambientalista de cada pessoa para que não seja deixado lixo no percurso, guardando-o e colocado nos recipientes apropriados existentes na partida, zonas de abastecimento e chegada.

CONTACTOS DE REFERÊNCIA

Caso necessário algum esclarecimento sobre o presente regulamento ou organização do evento, contactar por favor:

Grupo Desportivo da Goma
Emanuel Matos
+351 965 479 035
triatlodesportivodagoma@gmail.com