



FPPM
Federação Portuguesa
do Pentatlo Moderno



CAMPEONATO NACIONAL DE TRIATLE

COVILHÃ – 09 JUNHO 2024

A Federação Portuguesa do Pentatlo Moderno, o Penta Clube da Covilhã e a Câmara Municipal da Covilhã têm o prazer de endereçar o presente convite à participação no **Campeonato Nacional de Triatle 2024**, prova no formato outdoor acessível a todas as categorias, que terá lugar no próximo dia **09 de Junho de 2024** na **Covilhã**, de acordo com o seguinte programa:

Domingo (09 Junho)

Prova Individual

09h30 – Reunião Técnica e Marcações dos Números

09h45 – Início do aquecimento (Pavilhão da ANIL – Piscina Praia da Covilhã)

10h00 – Chamada da 1ª Série – SUB9 Femininos

15h30 – Entrega de Prémios

Delegado Técnico FPPM: *Sérgio Ferraz*

Diretor de Competição: Nuno Gravito

Local das Provas:

PAVILHÃO DA ANIL (exterior)

Av. da Anil, Apartado 528

6201-907 Covilhã

PISCINA PRAIA DA COVILHÃ

R. Irmãos Bonina 16,

6200-565 Covilhã

Condições de participação:

1. Somente poderão participar nas provas oficiais realizadas pela FPPM os atletas que estejam devidamente regularizados até à data limite de inscrição na prova em causa.



FPPM
Federação Portuguesa
do Pentatlo Moderno



2. Não poderão participar atletas a título individual.
3. Para participar nas provas é obrigatório aos atletas terem em dia o exame médico.
4. Somente poderão participar nas provas organizadas pela FPPM os atletas que cumprirem com todos os prazos de inscrição e requisitos específicos descritos no Convite do evento.
5. O atleta inscrito nas competições organizadas pela FPPM será o único responsável pelos seus pertences durante o evento, estando a FPPM isenta de responsabilidade por danos ou furtos que ocorram durante a competição.

Condições de inscrição:

- a) Todos os Clubes que pretenderem participar de forma ativa/efetiva nas competições do calendário nacional deste formato competitivo (Biatle/Triatle/Tetratlo/Pentatlo) ficarão isentos de qualquer pagamento referente a filiação/renovação de clube, atletas e treinadores e seguros desportivos da FPPM;
- b) Ficam contudo sujeitos ao pagamento de uma **taxa única anual:**
 - (Biatle/Triatle/ Tetratlo/Pentatlo): 45,00 EUR
- c) Esta taxa anual concede a participação ilimitada nas provas do respetivo formato a um N° mínimo de 1 atleta inscrito e máximo ilimitado;
- d) Pagamento: Por meio de transferência bancária e enviando comprovativo de pagamento para o correio eletrónico: fppm.geral@gmail.com
- e) **Data limite de pagamento: 7 de Junho 2024;**
- f) Os Clubes que não efetuarem o pagamento até à data indicada verão suspensas as classificações dos seus atletas nesta prova até regularizarem a sua situação;

Banco: Caixa Geral de Depósitos, Agência Gare do Oriente;

N° Conta: 0344 006261 930

IBAN: PT50 0035 034400006261930 16

SWIFT: CGDIPTPL

- g) Todas as inscrições deverão ser realizadas via eletrónica, através da ficha de inscrição enviados para o correio eletrónico: fppm.competicoes@gmail.com
- h) As competições decorrerão de acordo com o Regulamento da FPPM/UIPM em vigor.
- i) **As inscrições deverão dar entrada até às 24 horas do dia 5 de Junho de 2024.**



FPPM
Federação Portuguesa
do Pentatlo Moderno



Inscrições tardias:

- Em incumprimento do prazo estabelecido para o envio das inscrições, a aceitação destas só poderá ser feita após o pagamento da multa estipulada em **5 Euros** por atleta a liquidar no Secretariado da Prova até antes de entrar em competição.
- Correções ou desistências deverão ser comunicadas com a máxima brevidade sendo que será cobrado uma taxa fixa de penalização no valor de **5€/atleta** por cada falta de comparência não comunicada até um prazo de 24 horas antes da prova.

Categorias/Escalões:

O Campeonato Nacional de Triatle 2024 respeitará as seguintes distâncias:

FORMATO CONTÍNUO			
CATEGORIA	SEQUÊNCIA	TOTAIS	TIRO (DIST.)
Under 9	2x300m COR / 2x25m NAT / 2x5 TIR	50 / 600 / 10	5m (2 mãos)
Under 11	2x300m COR / 2x25m NAT / 2x5 TIR	50 / 600 / 10	5m (2 mãos)
Under 13	3x300m COR / 2x50m NAT / 3x5 TIR	100 / 900 / 15	5m
Under 15	3x600m COR / 2x50m NAT / 3x5 TIR	100 / 1800 / 15	5m
Under 17	4x600m COR / 4x50m NAT / 4x5 TIR	200 / 2400 / 20	10m
Under 19	5x600m COR / 4x50m NAT / 4x5 TIR	200 / 3000 / 20	10m
Junior	5x600m COR / 4x50m NAT / 4x5 TIR	200 / 3000 / 20	10m
Senior	5x600m COR / 4x50m NAT / 4x5 TIR	200 / 3000 / 20	10m
Master 40+	3x600m COR / 2x50m NAT / 3x5 TIR	100 / 1800 / 15	10m
Master 50+	3x600m COR / 2x50m NAT / 3x5 TIR	100 / 1800 / 15	10m
Master 60+	2x600m COR / 2x50m NAT / 2x5 TIR	100 / 1200 / 10	5m
Master 70+	2x300m COR / 2x25m NAT / 2x5 TIR	50 / 600 / 10	5m

Categorias Sub-19, Jun, Sen – Atletas partem para uma 1ª volta de corrida sem tiro/natação e depois nas 4 voltas seguintes cumprem a ordem natural tiro/natação/corrida;
Categorias Sub-13, Sub-15, M40+ e M50+ - Atletas partem para uma 1ª volta de corrida e tiro (sem entrada na natação) e as 2 voltas seguintes cumprem a ordem natural corrida/tiro/natação.



FPPM
Federação Portuguesa
do Pentatlo Moderno



SEQUÊNCIA NO TRIATLE :

- a) Partida em pack-start
- b) Segmento Tiro (5 LEDS verdes)
- c) Segmento Natação
- d) Segmento de Corrida

Prémios

- ✓ Serão atribuídos prémios aos 3 primeiros classificados de cada Categoria e Género.

Observações Regulamentares

- ✓ A competição decorrerá de acordo com o Regulamento da UIPM em vigor.

Informações complementares

- ✓ Serão distribuídas águas a todos os atletas
- ✓ Estarão disponíveis balneários de acesso aos atletas na Piscina Praia da Covilhã.



Dr. João Paulo de Almeida
Presidente