

REGULAMENTO

Se quiseres testar os teus limites e experimentar uma aventura podes reservar uma expedição aos Himalaias, ao deserto ou à selva. Os triatletas têm outra opção: podem participar no Estrela Xtreme Triatlo.

Bem Vindo

O que é

O Estrela Xtreme Triathlon resulta de uma parceria entre os promotores, a Câmara Municipal de Manteigas e a Câmara Municipal de Gouveia. A prova terá lugar no Parque Natural da Serra da Estrela. A natação decorrerá na Lagoa do Vale do Rossim, com partida e chegada junto ao restaurante do recinto da lagoa. por sua vez, o percurso de ciclismo é composto por 1 volta, com transição (T1) na Lagoa do Vale do Rossim e chegada ao Parque de transição (T2) localizado no Parque da Várzea – Manteigas, o qual será, também, partida e a meta para o segmento de corrida e do triatlo em si.

Alojamentos

Podem verificar as nossas parcerias no website da prova. Lá teremos alojamentos com condições especiais a participantes no evento.

Programa e Horários

sexta-feira, 23 de setembro:

14h00 - 21h00 - Secretariado no Salão de Exposições de Manteigas

sábado, 24 de setembro:

06h00 - 7h30 - Secretariado junto ao Parque de Transição (T1)

05h30 - 07h00 - Check-in para o Estrela Xtreme Triathlon - verificação técnica, colocação do material e registo eletrónico de atletas no Parque de Transição; obrigatoriamente todos os atletas terão de se apresentar devidamente equipados;

07h35 - Hora limite de permanência de triatletas no Parque de Transição

07h35 - 07h50 - Aquecimento na Lagoa do Vale do Rossim

07h55 - Alinhamento dos triatletas

08h00 - Partida

09h00 - Hora limite para terminar o segmento de natação

11h30 - Hora limite para passagem no controlo situado na Torre da Serra da Estrela (km 36,0)

14h30 - Hora limite para iniciar a corrida

17h30 - Hora limite para terminar a prova

19h00 - Jantar cerimónia de encerramento e entrega de pódios

Locais

- As coordenadas para os locais das zonas de Transição e logística da prova são:

(T1): 40.401326, -7.587539 – Lagoa Vale do Rossim

(T2): 40.403133, -7.524522 – Parque da Várzea – Manteigas

META: 40.403133, -7.524522 – Parque da Várzea – Manteigas

Secretariado: 40.403133, -7.524522 – Parque da Várzea – Manteigas

cerimónia de encerramento e entrega de pódios: 40.442343, -7.515022 – Covão da Ponte, Manteigas

T1



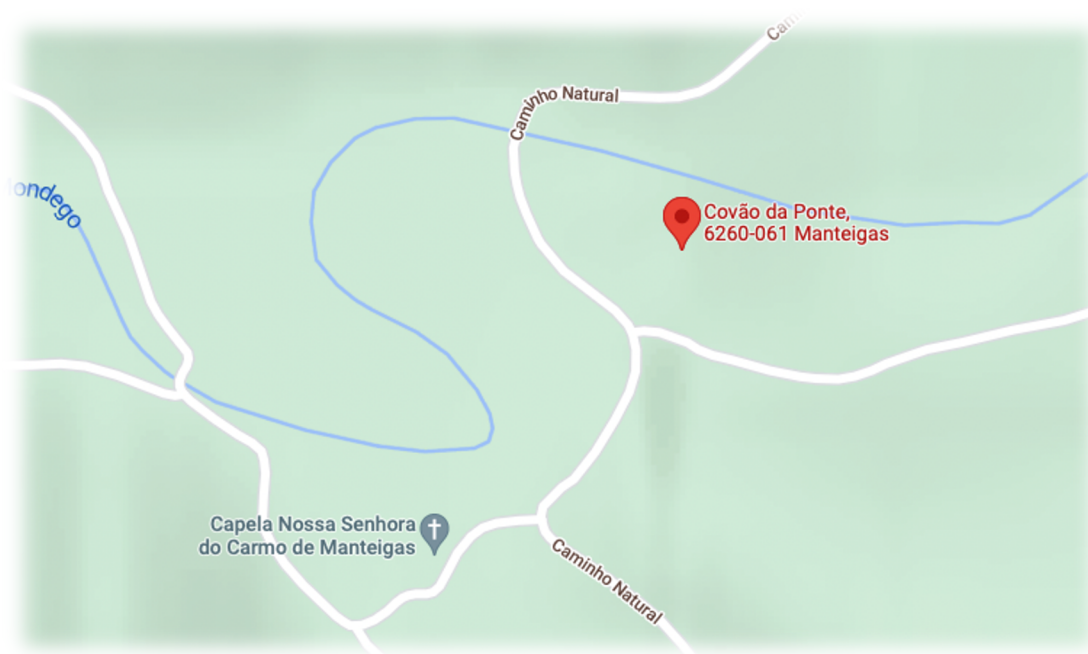
T2 / Meta



Secretariado



Cerimónia Encerramento



Escalões etários e distâncias

Absolutos Masculinos	Natação - 1.900 metros (x voltas)
Absolutos Femininos	Ciclismo - 105.000 metros (1 volta)
Estafetas	Corrida - 21.000 metros (1 volta)

Descrição do percurso

Natação

Percurso triangular de 1 a 2 voltas perfazendo um total de 1,90kms, realizado na Lagoa do Vale do Rossim e o parque de transição (T1) estará instalado no estacionamento do Recinto da Lagoa do Vale do Rossim.

Ciclismo

O percurso de ciclismo tem partida no parque de transição (T1) localizado no Recinto da Lagoa do Vale do Rossim e termina no parque de transição (T2) localizado Parque da Várzea perfazendo um total de 105,0kms. Em suma, o percurso é realizado a uma volta, estando dividido em 5 troços:

1º Troço - Vale do Rossim - Penhas Douradas - Estrada Nacional EN232 - Estrada Florestal de São Sebastião - Manteigas.

2º Troço - Manteigas Estrada Nacional EN338 - Vale Glaciar - Estra Nacional EN339 - Torre.

3º Troço - Torre - Estrada Nacional EN339 - Sabugueiro

4º Troço - Sabugueiro - Estrada Municipal CM1125 - EN232 - Gouveia

5º Troço - Gouveia Estrada Municipal CM1112 - Estrada Caminho Natura - Estrada Nacional EN232 Parque da Várzea.

Em termos de altimetria o percurso de ciclismo conta com um total de 2.600 mts de desnível D+.

Corrida

O percurso de corrida tem partida e chegada no parque de transição (T2) localizado no Parque da Várzea, é composto por 1 volta, e perfaz um total de 21,0km.

O percurso é maioritariamente realizado em estradas e estradões havendo momentos trilhos florestais, com um desnível acumulado de 900 mts D+. O percurso de corrida apresenta um grau de dificuldade técnica médio.

ABASTECIMENTO

Ciclismo:

- Líquidos: água, isotónico nos bidões dos atletas
- Sólidos: géis, bananas
- Abastecimento líquido aos quilómetros 26kms Covão D'Ametade 40.327870, -7.586812
- Abastecimento líquido e sólido aos quilómetros 36kms Torre 40°19'19.0"N7°36'44.9"W
- Abastecimento líquido e sólido aos quilómetros 55kms Sabugueiro 40°24'07.7"N7°38'23.6"W
- Abastecimento líquido e sólido aos quilómetros 74kms Gouveia 40.495605, -7.591201
- Abastecimento líquido aos quilómetros 86kms 40.486382, -7.520619

Corrida:

- Líquidos: água, isotónico, servidos em reservatórios dos atletas
- Sólidos: géis, bananas, laranjas e frutos seco
- Abastecimento líquido e sólido 6,50kms Poço do Inferno 40.372757, -7.516652
- Abastecimento líquido 12,0kms São Pedro 40.357586, -7.544734
- Abastecimento líquido 17,0kms 40.389404, -7.531664

Meta - abastecimento líquido e reforço alimentar

Regras de responsabilidade geral

- A participação na prova tem que estar obrigatoriamente coberta pelo Seguro Desportivo previsto na Lei (Acidentes Pessoais).

Regras Equipa de apoio

- É permitido a cada atleta ter uma equipa de apoio, onde somente um elemento devidamente acreditado, poderá entrar no parque de transição para auxiliar o atleta e recolher o equipamento do mesmo, sem nunca interferir/prejudicar os restantes atletas.
- No parque T1 só é permitida a entrada do elemento de apoio, após a saída do último atleta, ou com autorização do responsável do parque.
- É permitido ao atleta, ser acompanhado pelo um membro da equipa, devidamente acreditado, no segmento da corrida até ao final.
- É permitido somente a um membro da equipa, devidamente acreditado, ajudar nos abastecimentos designados para o efeito.
- É permitido ao atleta receber apoio externo, fora das zonas de abastecimento, somente para reparação da bicicleta.
- As equipas de apoio obrigam-se a respeitar as regras de trânsito e as indicações dadas pelos agentes de segurança e os membros da organização.

Regras Natação

- Cada triatleta 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 triatletas terão, obrigatoriamente, de utilizar a touca fornecida pela organização no percurso de natação, até ao Parque de Transição.
- É facultativo o uso de boia de segurança.
- O uso do fato isotérmico será sempre permitido.
- No parque T1 só é permitida a entrada do elemento de apoio, após a saída do último atleta, ou com autorização do responsável do parque.

Regras Ciclismo

- Não é permitido "andar na roda". A zona de vácuo considerada, onde o triatleta que segue atrás não pode permanecer, é constituída por um retângulo de 12 metros de comprimento por 3 de largura. Em caso de ultrapassagem, o triatleta poderá entrar na zona de vácuo do adversário que segue à sua frente. Porém, terá um máximo de 20 segundos para atravessar essa zona - alínea b) do artigo 7º no ponto 3 do Regulamento Técnico em vigor
- É interdito "seguir na roda" ou "aproveitar o vácuo" de quaisquer veículos, da organização ou outros. A separação mínima bicicleta/ veículo será a de um retângulo com 35 X 5 metros, contados a partir da traseira do veículo
- É obrigatório o uso de capacete rígido afivelado em toda a extensão do percurso, até à colocação da bicicleta no suporte.
- É facultativo/aconselhável a utilização de luz frontal e traseira de sinalização, ligada em toda a extensão do percurso.

- É obrigatório o uso de dorsal colocado nas costas e em local bem visível.
- É obrigatório o uso de telemóvel.
- Cada atleta é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respetivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas.
- O atleta pode receber ajuda exterior para reparação da sua bicicleta.
- Os triatletas obrigam-se a respeitar as regras de trânsito e as indicações dadas pelos agentes de segurança.
- Só é permitido a entrada de um elemento de apoio, devidamente acreditado, no parque de transição (T2).

Regras Corrida

- É obrigatório o uso de peitoral, colocado em zona frontal, bem visível.
- É obrigatório frontal, reservatório de água 500ml, telemóvel e casaco impermeável.
- Cada concorrente é responsável pelo cumprimento/conhecimento do respetivo percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciadas.
- Só é permitido a entrada de um elemento de apoio, devidamente acreditado, no parque de transição (T2) aquando da chegada do atleta.

Estafetas

- Serão compostas por grupos de 2 ou 3 participantes, os quais darão cumprimento aos 3 segmentos da prova no formato de Estafeta, contando para o apuramento da classificação o atleta que conclua a prova.
- Todos os atletas que participam nas estafetas terão de respeitar a zona de transmissão dos testemunhos sob pena de desqualificação.
- Todas as regras descritas nos segmentos, são aplicáveis na prova de estafetas.

Chips

- Os Atletas recebem um chip da organização no secretariado para realizar a sua prova
- A perda do Chip implica o pagamento de uma taxa de 35,00€

Classificações

- Classificação Geral Absoluta Masculina e Feminino

Protestos

- Podem ser efetuados por todos os agentes desportivos diretamente envolvidos
- São presentes ao diretor da prova até 15 minutos após a publicação dos Resultados Oficiais Provisórios
- Os protestos são efetuados por escrito e entregues, acompanhados de uma taxa de 25€, ao ACE
- A taxa será devolvida se o protesto for decidido favoravelmente

Prémios

- Lembrança de participação para todos os triatletas - Medalha finisher para todos os triatletas que terminarem a prova.
- Troféus individuais de acordo com o ponto abaixo designado deste regulamento.

Inscrições

Valores:

Até 17 de Setembro de 2022

- Federado: 80,0€
- Não Federado: 95,0€ - com seguro incluído
-

Estafetas

Até 17 de setembro de 2022

- Federados: 115€
- Não Federados: 115,0€ e acresce 15,0€ para seguro por atleta

O valor da inscrição inclui:

- Jantar *
- Kit de participante com:
 - Dorsal (necessita de cinto para colocar o dorsal)
 - Número para a bicicleta
 - Números para o capacete (frontal, lateral esquerdo e lateral direito);
 - Números para os cestos de transição;
 - Número para a mochila;
- Pulseira de atleta**
- Chip (ver ponto 8 deste regulamento)
- Touca
- Abastecimentos

*Os valores apresentados incluem jantar para o triatleta, que se realizará no dia 24 de setembro, pelas 19h30, **40.442343, -7.515022** - Covão da Ponte, Manteigas

No formulário de inscrição, o triatleta deve indicar se estará presente ou não no jantar.

Cada triatleta pode levar acompanhantes ao jantar e mediante o pagamento de €15,0 por cada acompanhante. O valor dos acompanhantes será adicionado ao valor da inscrição e pago numa referência de multibanco única. Caso pretenda adicionar acompanhantes posteriormente deve enviar um email para (a informar)

**A pulseira de atleta é o seu passaporte. Use-a sempre. Permite-lhe ter acesso total à zona de transição

Método de inscrição:

No site oficial da prova, em www.estrelaxtreme.pt

Método de pagamento:

Após inscrição no site oficial da prova será gerada uma referência de multibanco que deve ser paga no prazo máximo de 72 horas. Caso o pagamento não seja feito dentro do prazo definido a referência perderá validade e deve fazer uma nova inscrição no site para ser gerada uma nova referência de pagamento.

Troféus

Masculinos Femininos

Absoluto: 1º, 2º e 3º 1ª, 2ª e 3ª

Estafetas: 1º, 2º e 3º

Os três primeiros classificados masculinos e femininos, absolutos e as três primeiras equipas da estafeta, receberão um troféu alusivo à prova.

Casos omissos

Os casos omissos ao regulamento do Estrela Xtreme Triathlon serão resolvidos pelo Diretor da prova.

Outras indicações

- Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificados quem não cumpra a totalidade do percurso.
- Ao inscrever-se, o atleta assegura estar ciente do estado de saúde e estar física e psicologicamente capacitado para participar. Assume também que não participará, caso as suas condições físicas e psicológicas se alterem após efetuar a inscrição.
- O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo do percurso.
- É proibido abandonar a prova sem avisar a organização e ter a devida autorização, caso seja numa barreira horária em que o tempo tenha sido excedido o responsável do abastecimento irá informar o atleta onde se dirigir para conseguir o transporte para a meta.

- **Abandono obrigatório**

A equipa da organização pode reter por breves momentos um atleta ou até retirá-lo da prova se considerar que o atleta apresenta um estado que ponha em causa a integridade física e segurança do próprio atleta.

- **Meteorologia**

Em caso de meteorologia adversa ou de catástrofe natural, a organização reserva-se no direito de neutralizar o evento, modificar o percurso, tempos barreira horarias, partida e até cancelar o mesmo.

No caso de paragem temporária ou cancelamento da prova a organização encarregar-se-á de efetuar a evacuação de todos os participantes ainda no percurso.

- **Cancelamento**

A organização pode cancelar o evento, sempre que entenda que a segurança dos participantes possa estar em causa. Em caso de cancelamento não existe devolução do valor da inscrição.

A organização vê-se no direito de adiar/cancelar o evento ao abrigo da Lei n.º 82/2021, de 13 de outubro que prevê a proibição de atividades caso o perigo de incêndio se encontre em “muito elevado” ou “máximo”.

- **Reembolso**

Os inscritos poderão cancelar a sua inscrição e terão direito a 50% da mesma até dia 15 de julho 2022, exceto taxas administrativas de 10€.

A partir de 16 de julho de 2022: não reembolsável.

É da responsabilidade de cada atleta verificar que todo o processo de cancelamento foi efetuado corretamente entrando em contacto com a empresa responsável pelas inscrições. A percentagem do valor devolvido irá variar de acordo com a data de cancelamento.

