

Aquatlo

Natação + Corrida

Chamusca

Piscina Municipal
6 de Junho de 2015
15.30h

Inscrições: Piscinas Municipais - Gabinete de Desporto da Câmara Municipal da Chamusca

cmc.desporto@mail.telepac.pt



Aquatlo Mais Lezíria – 6 de Junho de 2015 – 15.30h

1. Organização

O Aquatlo Escolar da Chamusca é uma organização do Gabinete de Desporto da Câmara Municipal da Chamusca.

2. Local e Programa—Horário

As competições terão lugar nas Piscinas Municipais da Chamusca, com o seguinte horário:

14.00h—Recepção aos atletas e período de aquecimento

15.30h—Início das Competições:

1ª Prova Aberta - Estafetas - Todas as idades e escalões

15.45h - Benjamins \ 16.00h - Infantis \ 16.15h - Iniciados \ 16.30h - Juvenis \ Cadetes \ Juniores

17.00h - Prova Aberta - Todas as idades e escalões

17.30h—Entrega de Prémios

3. Escalões Etários e Distâncias

Estafetas (todos os escalões) - 75mts de natação + 1700mts de atletismo (3V)

Benjamins (2006 e mais novos) - 25mts de natação + 300mts atletismo (1V)

Infantis—(2005\2004) - 25mts natação + 650mts atletismo (1V)

Iniciados—(2003\2002) - 50mts de natação + 1200mts de atletismo (2V)

Juvenis—(2000\2001) - 75mts de natação + 1700mts de atletismo (3V)

Cadetes—(1999\1998) - 75mts de natação + 1700mts de atletismo (3V)

Juniores—(1997\1996) - 75mts de natação + 1700mts de atletismo (3V)

Prova Aberta (1995 e mais velhos) - 75mts de natação + 1700mts de atletismo (3V)

4. Descrição dos Percursos

Natação— percurso balizado na piscina.

Atletismo— Percurso na zona envolvente às Piscinas Municipais, com voltas segundo os escalões etários.



5. Regras

Esta competição rege-se pelas regras previstas para as competições de Aquatlo da Federação de Triatlo de Portugal (ver: www.federacao-triatlo.pt—secção regulamentos)

Natação—Obrigatória a utilização de touca. São proibidos todos os meios de propulsão ou aspiração artificiais. Não é permitido o uso de fatos isotérmicos. Os nadadores não podem por qualquer forma de contacto impedir ou interferir com o deslocamento de outro nadador, sob pena de desclassificação.

Atletismo—É obrigatório a utilização de vestuário apropriado, não sendo permitido a corrida sem vestuário a cobrir o tronco do atleta. Cada atleta é responsável pelo cumprimento do respectivo percurso, nomeadamente pelo cumprimento do número de voltas previamente anunciadas. Não é permitido o acompanhamento dos atletas por parte de qualquer pessoa ou atleta em competição.

6. Classificações

A classificação final será obtida pelo tempo decorrido após o momento de partida e a conclusão dos percursos de natação e atletismo. Existirá classificação por escalão etário e sexo.

7. Prémios

Serão atribuídos prémios aos 3 primeiros classificados por escalão etário e sexo.

Na prova aberta haverá prémios para os 3 primeiros classificados de cada sexo. Na Prova de estafetas haverá prémios para as 3 primeiras equipas (2 elementos cada).

8. Inscrições:

As inscrições poderão ser feitas no Gabinete de Desporto da Câmara Municipal da Chamusca—Piscinas Municipais, ou pelo email: cmc.desporto@mail.telepac.pt

Nesta Competição poderão participar atletas federados e não federados, devendo no entanto os atletas federados referir essa situação no ato da inscrição.

9. Equipamento de prova necessário

Óculos, touca, fato de banho, chinelos, sapatilhas (substituir os atacadores por elásticos de retrosaria para não ser necessário apertar), t-shirt ou camisola de lã.

10. Estafetas e Prova Aberta

Na prova de estafetas poderão participar atletas de qualquer escalão etário e sexo, sendo a classificação absoluta, tendo apenas obrigatoriamente de ser composta por 2 elementos em que cada um percorre um dos percursos - 75mts de natação + 1700mts de atletismo. Na prova aberta podem participar atletas de qualquer escalão etário e sexo, sendo a classificação absoluta.

Aquatlo Mais Lezíria – 6 de Junho de 2015 – 15.30h

Ficha de Inscrição – Individual

Até 3 de Junho de 2015

cmc.desporto@mail.telepac.pt

Município:					
Nome do Responsável:					
Contacto do Responsável:					
#	Nome	Data de Nasc.:	N.º de C.C.	Escalão	Federado na FTP ?
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					

Ficha de Inscrição – Estafetas

Equipa	#	Nome	Data de Nasc.:	N.º de C.C.	Escalão	Federado na FTP ?
Equipa 1	1					
	2					
Equipa 2	#	Nome	Data de Nasc.:	N.º de C.C.	Escalão	Federado na FTP ?
	1					
Equipa 3	#	Nome	Data de Nasc.:	N.º de C.C.	Escalão	Federado na FTP ?
	1					
Equipa 4	#	Nome	Data de Nasc.:	N.º de C.C.	Escalão	Federado na FTP ?
	1					
	2					

Autorização do Enc. de Educação – alunos menores de idade

Eu, _____, portador do BI\ CC n.º _____, na qualidade de encarregado (a) de educação do aluno (a) _____, do _____ ano – turma _____, com o telefone: _____, declaro por este meio que tomei conhecimento do regulamento e autorizo o meu educando a participar, no próximo dia 6 de Junho de 2015 pelas 15.30h, na actividade “Aquatlo Mais Lezíria”, organizado pela Comunidade InterMunicipal e pelo Gabinete de Desporto da Câmara Municipal da Chamusca.

Declaro também que o meu educando necessita não necessita de transporte de ida e regresso para o local da competição.

_____, _____ de _____, de _____

(assinatura do Enc. de Educação)

Identificação do Aluno:

Nome:	
Data de Nasc.:	
Est. De Ensino:	
Ano \ Turma:	
Professor de Educ. Física:	
É Federado na FTP?	