

# MULTISPORT WEEKEND COIMBRA 2022

## Triatlo Média e Longa Distância

### Aquabike e Duetlo

#### REGULAMENTO

#### 1. ORGANIZAÇÃO / ENQUADRAMENTO

- O Evento MultiSport Weekend Coimbra 2022 – Triatlo Média e Longa Distância, Aquabike e Aquatlo –, é uma organização da GoApe, Events Solutions, em parceria com a Associação LOFF, com a Câmara Municipal de Coimbra e com a Federação de Triatlo de Portugal;
- É permitida a participação de atletas não federados na Federação de Triatlo de Portugal;
- Percursos, Altimetria, Resultados e outras informações, em [www.multisport.pt](http://www.multisport.pt)
- Inscrições em [www.multisport.pt](http://www.multisport.pt)

#### 2. LOCAIS, PROGRAMA e HORÁRIO

##### LOCAIS

- O Evento MultiSport Weekend Coimbra 2022 – Triatlo Média e Longa Distância, Aquabike e Duetlo –, decorrerá na Cidade de Coimbra, sendo que a natação realizar-se-á no Rio Mondego, o ciclismo nas Ruas, Estradas e Parque Verde, nas margens do Rio Mondego, e a corrida inicia-se no Parque da Canção (onde está instalado o Parque de Transição), nas ruas e avenidas da cidade de Coimbra, na Mata Nacional do Choupal, na Ponte de Santa Clara, no Parque Verde, na Ponte Pedonal e termina novamente no Parque da Canção;
- O Secretariado, o Parque de Transição (PT) e a Meta estão localizados no Parque da Canção, à entrada da cidade de Coimbra, na margem esquerda do rio Mondego, com as coordenadas GPS 40°12'05,52"N e 008°25'50,37"W;
- O breafing do evento MultiSport Weekend Coimbra 2022 – Triatlo Média e Longa Distância, Aquabike e Duetlo – decorrerá no sábado, dia 11 de junho, durante a **Pasta Party**, no Restaurante “A Taberna”, junto à Ponte de Santa Clara, com as coordenadas GPS 40°12'15,81"N e 008°25'56,93"W e com início às 19h30 (o horário e local poderão sofrer alterações e/ou pequenos ajustes);
- A partida ocorrerá na margem esquerda do rio Mondego, com as coordenadas GPS 40°11'59,64"N 008°25'39.64"W;
- Os abastecimentos nos percursos de ciclismo e de corrida estão assinalados na planta disponibilizada na página do evento [www.multisport.pt](http://www.multisport.pt);
- As casas de banho (WC's) localizam-se em diversos locais distribuídos ao longo dos percursos de bicicleta e de corrida, na zona de partida e na zona de chegada;

##### PROGRAMA e HORÁRIO

##### Quinta-feira dia 09 de junho de 2022

- das 14h30 às 20h00 – Secretariado – Parque da Canção
- das 14h30 às 20h00 – Expo – Parque da Canção

#### Sexta-Feira dia 10 de junho de 2022

- das 12h00 às 20h00 – Secretariado
- das 12h00 às 20h00 – Expo – Parque da Canção
- das 12h30 às 13h30 – Conferência de Imprensa do Evento (Hotel Quinta das Lágrimas)
- das 14h30 às 19h00 – treinos livre no rio Mondego – margem esquerda (zona da partida)

#### Sábado dia 11 de junho de 2022

- das 07h00 às 20h00 – Secretariado
- das 09h00 às 20h00 – Expo – Parque da Canção
- das 16h00 às 21h30 – Check-In para o Triatlo Média e Longa Distância, Aquabike e Duetlo– verificação técnica de material e colocação do mesmo no Parque de Transição. Todos os atletas terão obrigatoriamente de se apresentar devidamente equipados com chip de controlo de tempo, capacete, dorsal, pulseira do evento e touca para a natação (quando aplicável)
- 21h45 – Hora limite de permanência dos atletas no Parque de Transição
- das 16h00 às 18h00 – Aquecimento/habituação à água
- das 19h00 às 20h30 – Breafing da prova MultiSport Weekend Coimbra 2022 – Triatlo Média e Longa Distância, Aquabike e Duetlo –, a decorrer durante a Pasta Party, no Restaurante “A Taberna”, junto à Ponte de Santa Clara, com as coordenadas GPS 40°12’15,81’’N e 008°25’56,93’’W e com início às 19h30 (o horário e local poderão sofrer alterações e/ou pequenos ajustes)

#### Domingo dia 12 de junho de 2022

- das 06h30 às 16h00 – Secretariado
- das 09h00 às 20h00 – Expo – Parque da Canção
- das 05h45 às 06h40 – Parque de Transição aberto para ajustes de última hora (é possível fazer bike check-in mediante o pagamento de uma taxa adicional de 50,00€) para o Multisport Triatlo Média e Longa Distância (prova aberta, prova do calendário nacional, individual, estafetas e paratriatlo), Aquabike e Duetlo
- 06h45 – Hora limite de permanência dos atletas no Parque de Transição
- das 06h00 às 06h45 – Aquecimento/habituação à água
- das 06h45 às 06h55 – Pequeno breafing aos atletas e dúvidas
- 07h00 – Início do Evento Multisport Triatlo Longa Distância (prova aberta, prova do calendário nacional, individual, estafetas e paratriatlo).
- 09h00 – Início do Evento Multisport Triatlo Média Distância (prova aberta individual, estafetas e paratriatlo) e Aquabike.
- 09h20 – Início do Evento Multisport Duetlo
- 11h00 – Cut-off natação para os atletas no Multisport Triatlo Média e Longa Distância e Aquabike
- 19h00 – Cut-off natação + bike para os atletas no Multisport Triatlo Média e Longa Distância e Aquabike
- 23h59 – Cut-off Multisport Triatlo Média e Longa Distância, Aquatlo e Duetlo
- 13h00 – Hora prevista de chegada do primeiro atleta do Multisport Triatlo Média Distância
- 15h30 – Hora prevista de chegada do primeiro atleta do Multisport Triatlo Longa Distância
- 14h00 – Cerimónia de entrega de prémios do Multisport Triatlo Média Distância
- 20h00 – Cerimónia de entrega de prémios do Multisport Triatlo Longa Distância
- 21h30 – Festa de Encerramento

- Os horários acima apresentados e os diversos locais identificados poderão estar sujeitos a alterações;
- Após a chegada do último atleta do segmento de ciclismo e mediante comunicação prévia dos representantes da organização presentes no local, os atletas poderão aceder e levantar o seu material do Parque de Transição, sendo para o efeito necessário a exibição do seu dorsal e da pulseira alusiva ao evento, à entrada do referido Parque de Transição;

- O tempo limite para efetuar o respetivo levantamento será de 60 minutos após o último atleta ter concluído a prova;
- A organização não se responsabiliza por danos ou furtos causados após essa hora.

### 3. ESCALÕES ETÁRIOS/GRUPOS DE IDADES e DISTÂNCIAS/PERCURSOS

#### ESCALÕES ETÁRIOS/GRUPOS DE IDADE

##### **MultiSport Weekend Coimbra 2022 – Triatlo Média e Longa Distância, Aquabike e Duatlo**

- Os Escalões Etários/Grupos de Idades aplicam-se tanto em Masculinos como em Femininos.
- Juniores (nascidos em 2003 e 2004)
- Grupo de Idades 20-24 (nascidos entre 1998 e 2002)
- Grupo de Idades 25-29 (nascidos entre 1993 e 1997)
- Grupo de Idades 30-34 (nascidos entre 1988 e 1992)
- Grupo de Idades 35-39 (nascidos entre 1983 e 1987)
- Grupo de Idades 40-44 (nascidos entre 1978 e 1982)
- Grupo de Idades 45-49 (nascidos entre 1973 e 1977)
- Grupo de Idades 50-54 (nascidos entre 1968 e 1972)
- Grupo de Idades 55-59 (nascidos entre 1963 e 1967)
- Grupo de Idades 60-64 (nascidos entre 1958 e 1962)
- Grupo de Idades 65-69 (nascidos entre 1953 e 1957)
- Grupo de Idades 70-75 (nascidos entre 1948 e 1952)
- Grupo de Idades 75-80 e mais anos (nascidos em 1947 e antes)
- A idade mínima de participação é 18 anos.

#### DISTÂNCIAS DOS SEGMENTOS e PERCURSOS

##### **Triatlo Média Distância:**

Natação – 1900 m (1 Volta) – percurso sinalizado no rio Mondego

Ciclismo – 90 Km (2 Voltas de 45km cada) – percurso realizado em estrada devidamente sinalizado

Corrida – 21 km (2 Voltas de 10,5km cada) – percurso misto realizado em alcatrão, terra batida, paralelos e estrado de madeira

##### **Triatlo Longa Distância:**

Natação – 3800 m (2 Voltas) – percurso sinalizado no rio Mondego

Ciclismo – 180 Km (4 Voltas de 45km cada) – percurso realizado em estrada devidamente sinalizado

Corrida – 42 km (4 Voltas de 10,5km cada) – percurso misto realizado em alcatrão, terra batida, paralelos e estrado de madeira

##### **Aquabike:**

Natação – 1900 m (1 Volta) – percurso sinalizado no rio Mondego

Ciclismo – 90 Km (2 Voltas de 45km cada) – percurso realizado em estrada devidamente sinalizado

##### **Duatlo:**

Ciclismo – 90 Km (2 Voltas de 45km cada) – percurso realizado em estrada devidamente sinalizado

Corrida – 21 km (2 Voltas de 10,5km cada) – percurso misto realizado em alcatrão, terra batida, paralelos e estrado de madeira

- O número de voltas e o percurso pode sofrer alterações em função de orientações E/ou recomendações e/ou obrigações emanadas pelas diversas entidades licenciadoras e de autoridade com jurisdição no local de realização do Evento.

#### 4. PARAATLETAS

- Podem participar no evento, individualmente ou em dupla, e se necessário com equipamentos adaptados para o efeito, nomeadamente bicicletas duplas e/ou cadeiras de rodas/carrinhos, todos e quaisquer atletas portadores de qualquer tipo de deficiência. Em caso de participação em dupla, a classificação considerada é como individual;
- Serão atribuídos prémios aos três primeiros classificados, na geral, independentemente do tipo de deficiência e/ou do género, e/ou de participarem individualmente ou em dupla;

#### 5. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

- Locais assinalados no croqui do evento, disponibilizado em [www.multisport.pt](http://www.multisport.pt);
- Um mínimo de 3 pontos de abastecimento, por volta, no percurso de ciclismo;
- Um mínimo de 3 pontos de abastecimento, por volta, no percurso de corrida;
- No final do evento MultiSport Weekend Coimbra 2022 – Triatlo Média e Longa Distância, Aquabike e Duatlo –, junto à Meta, na Zona de Recuperação.

#### 6. REGRAS RESPONSABILIDADE GERAL

- São adotadas as regras em vigor no Regulamento Técnico da Federação de Triatlo de Portugal (com as exceções abaixo indicadas), sendo da responsabilidade dos atletas conhecer e respeitar o mesmo, bem como cumprir as instruções dos árbitros e responsáveis da prova, que se encontram ao longo dos percursos da prova;
- A participação no evento está coberta pelo Seguro da prova previsto na Lei (Acidentes Pessoais);
- Ver regulamentos em vigor em: <http://www.federacao-triatlo.pt/ftp2015/a-federacao/estatutos/>
- Durante too o evento é obrigatório a utilização da pulseira distribuída aquando do levantamento do kit de inscrição.

#### NATAÇÃO

- Cada atleta é responsável pelo cumprimento e conhecimento do percurso e do número de voltas, previamente anunciados e disponíveis neste Regulamento e em [www.multisport.pt](http://www.multisport.pt);
- Todos os meios de propulsão ou aspiração artificiais estão interditos e a sua utilização leva à desclassificação do atleta;
- Os atletas terão, obrigatoriamente, de utilizar a touca do evento, disponibilizada com o kit de inscrição, no percurso de natação, até ao Parque de Transição;
- A partida será em esquema de Rolling Start, com a saída em simultâneo de 4 atletas, a cada 5". Os atletas dirigir-se-ão para as caixas de saída, conforme o tempo que preveem realizar no percurso de natação. Para o Triatlo Média Distância existirão 3 caixas de saída, com os seguintes tempos, a saber: abaixo de 32'; entre 32' e 40' e acima de 40'.
- Para o Triatlo Longa Distância existirão 3 caixas de saída, com os seguintes tempos, a saber: abaixo de 60'; entre 60' e 1h20' e acima de 1h20';
- o tipo de saída (Rolling Start) poderá sofrer alterações em função das recomendações e/ou orientações e/ou obrigações exigidas pela Federação de Triatlo de Portugal e/ou entidades licenciadoras;
- O uso de fato isotérmico é permitido, caso a temperatura da água seja inferior a 24°;
- Qualquer impedimento à realização do percurso de natação, o mesmo será substituído por um percurso de 4000m de corrida para o Triatlo de Média Distância, e de 6000m de corrida para o Triatlo Longa Distância.

## CICLISMO

- Não é permitido andar na roda (Drafting – entrada na zona de vácuo criada por um veículo ou bicicleta que circula a uma velocidade semelhante, a fim de se evitar a resistência direta causada pelo atrito do ar com os corpos em deslocamento);
- É considerada zona de vácuo ou Drafting da Bicicleta nos seguintes casos: 12 metros de comprimento a partir da extremidade mais distante da roda dianteira
- Um atleta pode entrar, de forma progressiva, na zona de vácuo de outro atleta, em situações de ultrapassagem. Nessas situações, o atleta tem, no máximo, 25 segundos para atravessar essa zona e ultrapassar o outro atleta;
- É obrigatório o uso de capacete rígido afivelado em toda a extensão do percurso, inclusivamente até à colocação da bicicleta no suporte localizado no Parque de Transição;
- É obrigatório o uso do Dorsal disponibilizado com o kit de inscrição, colocado nas costas e em local bem visível;
- Cada concorrente é responsável pelo cumprimento e conhecimento do percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciados e disponíveis neste Regulamento e em [www.multisport.pt](http://www.multisport.pt);
- 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 e pelo staff técnico disponibilizado pela Organização do evento, os quais estarão devidamente identificados;
- Não é permitida a participação de bicicletas todo-o-terreno;
- É permitida a participação de bicicletas de estrada com travões de disco;
- É permitida a participação de bicicletas de estrada com avanços;
- O percurso de ciclismo poderá sofrer alterações.

## CORRIDA

- É obrigatório o uso do Dorsal disponibilizado com o kit de inscrição, colocado em zona frontal e em local bem visível;
- Cada concorrente é responsável pelo cumprimento e conhecimento do percurso, nomeadamente no cumprimento do número de voltas previamente anunciados e disponíveis neste Regulamento e em [www.multisport.pt](http://www.multisport.pt);
- 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;
- O percurso de corrida poderá sofrer alterações.

## 7. ESTAFETAS (RELAY)

- Aplicável ao Triatlo Média e Longa Distância
- Serão compostas por grupos de 2 ou 3 participantes federados ou não na Federação de Triatlo de Portugal ou em qualquer outra Federação, os quais darão cumprimento aos 3 segmentos da prova no formato de Estafeta;
- A partida dos atletas que competem em estafeta será simultânea e integrada na partida dos restantes atletas;
- Todos os atletas que participam nas estafetas terão de respeitar a zona de transmissão dos testemunhos (chip) sob pena de desqualificação da equipa.

## 8. CLASSIFICAÇÕES

### Triatlo Média e Longa Distância

- Classificação Geral Absoluta e por Género;
- Classificação por Grupos de Idades e por Género;
- Classificação por Estafetas.

### Aquabike e Duatlo

- Classificação Geral Absoluta e por Género;
- Classificação por Grupos de Idades e por Género;

## 9. PROTESTOS

- Podem ser apresentados protestos por todos os agentes desportivos diretamente envolvidos no evento MultiSport Weekend Coimbra 2022;
- Os protestos serão apresentados ao Árbitro Chefe de Equipa até 15min após a publicação dos Resultados Oficiais Provisórios, anotando a hora da receção;
- Os protestos são apresentados por escrito e obrigam ao pagamento de uma taxa de 25 €;
- A taxa atrás referida será devolvida ao reclamante se o protesto for decidido favoravelmente.

## 10. JÚRI DE COMPETIÇÃO

- O Júri de Competição é responsável por receber, deliberar e decidir, sobre todos e quaisquer protestos devidamente apresentados e conforme definido no ponto 9 deste regulamento;
- As resoluções desses protestos poderão levar a uma modificação dos Resultados Oficiais;
- Será constituído por três individualidades:
  - Presidente: Delegado Técnico do evento MultiSport Weekend Coimbra 2022;
  - Vogal: Representante da Federação de Triatlo de Portugal;
  - Vogal: Representante da Organização do evento MultiSport Weekend Coimbra 2022

## 11. PRÉMIOS

- Troféus e Medalhas, individuais e coletivos, de acordo com as tabelas apresentadas no ponto 14 deste Regulamento;
- Na atribuição dos prémios é obrigatória a presença dos atletas;
- Oferta de medalha de finisher a todos os participantes.

## 12. INSCRIÇÕES

### PRAZO LIMITE DE INSCRIÇÃO

- Até às 23h59 de quinta-feira, dia 19 de maio de 2022

### FORMA DE INSCRIÇÃO

- Via internet, no site do evento [www.multisport.pt](http://www.multisport.pt)

### FORMA DE PAGAMENTO

- Via internet, no site do evento [www.multisport.pt](http://www.multisport.pt);
- A referência multibanco para efetuar o pagamento tem uma validade de 48 horas com início no momento em que é gerada;

## VALIDAÇÃO

- As inscrições só serão consideradas válidas após pagamento das mesmas;

## VALOR DE INSCRIÇÃO

### Inscrições por atleta (individuais)

#### **Triatlo Média Distância**

- Até às 23h59 do dia 31 de dezembro de 2021 – 100€;
- Entre as 00h00 do dia 01 de janeiro de 2022 e até às 23h59 do dia 30 de abril de 2022 – 120€;
- Entre as 00h00 do dia 1 de abril de 2022 e até às 23h59 do dia 19 de maio de 2022 – 150€;
- Os valores acima apresentados são por atleta e para inscrições individuais;
- Os valores acima apresentados incluem IVA à taxa legal em vigor;

#### **Triatlo Longa Distância**

- Até às 23h59 do dia 31 de dezembro de 2021 – 175€;
- Entre as 00h00 do dia 01 de janeiro de 2022 e até às 23h59 do dia 30 de abril de 2022 – 200€;
- Entre as 00h00 do dia 1 de abril de 2022 e até às 23h59 do dia 19 de maio de 2022 – 250€;
- Os valores acima apresentados são por atleta e para inscrições individuais;
- Os valores acima apresentados incluem IVA à taxa legal em vigor;

#### **Aquabike**

- Até às 23h59 do dia 31 de dezembro de 2021 – 60€;
- Entre as 00h00 do dia 01 de janeiro de 2022 e até às 23h59 do dia 30 de abril de 2022 – 80€;
- Entre as 00h00 do dia 1 de abril de 2022 e até às 23h59 do dia 19 de maio de 2022 – 110€;
- Os valores acima apresentados são por atleta e para inscrições individuais;
- Os valores acima apresentados incluem IVA à taxa legal em vigor;

#### **Duatlo**

- Até às 23h59 do dia 31 de dezembro de 2021 – 60€;
- Entre as 00h00 do dia 01 de janeiro de 2022 e até às 23h59 do dia 30 de abril de 2022 – 80€;
- Entre as 00h00 do dia 1 de abril de 2022 e até às 23h59 do dia 19 de maio de 2022 – 100€;
- Os valores acima apresentados são por atleta e para inscrições individuais;
- Os valores acima apresentados incluem IVA à taxa legal em vigor;

### Inscrições em Estafeta (de dois ou três atletas)

#### **Triatlo Média Distância**

- Até às 23h59 do dia 31 de dezembro de 2021 – 200€;
- Entre as 00h00 do dia 01 de janeiro de 2022 e até às 23h59 do dia 30 de abril de 2022 – 225€;
- Entre as 00h00 do dia 1 de abril de 2022 e até às 23h59 do dia 19 de maio de 2022 – 250€;
- Os valores acima apresentados são por equipa de 2 ou 3 elementos;
- Os valores acima apresentados incluem IVA à taxa legal em vigor;

#### **Triatlo Longa Distância**

- Até às 23h59 do dia 31 de dezembro de 2021 – 300€;
- Entre as 00h00 do dia 01 de janeiro de 2022 e até às 23h59 do dia 30 de abril de 2022 – 325€;
- Entre as 00h00 do dia 1 de abril de 2022 e até às 23h59 do dia 19 de maio de 2022 – 350€;
- Os valores acima apresentados são por equipa de 2 ou 3 elementos;
- Os valores acima apresentados incluem IVA à taxa legal em vigor;

## CANCELAMENTO E DEVOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO

- Em qualquer situação de cancelamento do evento, por motivos alheios à Organização, a mesma reserva-se ao direito de reter 20€ do valor pago pela inscrição, para efeitos de suporte de despesas administrativas;
- Em caso de qualquer impedimento, por qualquer motivo, a inscrição poderá transitar para outro atleta, desde que esse pedido seja apresentado por mail à Organização, e até às 23h59 do dia 19 de maio de 2022;

## CHIPS

- Será disponibilizado a cada atleta, conjuntamente com o kit da inscrição, um chip próprio para utilizar no dia do evento MultiSport Weekend Coimbra 2022 – Triatlo Media e Longa Distância, Aquabike e Duetlo, o qual terá de ser devolvido no final;
- No caso de se tratar de uma equipa de estafeta, será disponibilizado apenas um único chip, o qual terá de transitar entre os atletas da equipa, nas respetivas transições;
- A devolução do chip é obrigatória e ocorrerá aquando do levantamento do material do Parque de Transição pelos atletas;
- A perda do Chip implica o pagamento de uma taxa de 30€.

## 13. OUTRAS INDICAÇÕES

- Estão previstas zonas de controlo de passagem dos atletas, sendo desclassificado qualquer atleta que não cumpra o percurso na sua totalidade;
- 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, nomeadamente com o apoio dos Bombeiros e da assistência médica da Organização;
- Em situação de imposição de determinados procedimentos, regulamentos e ações obrigatórias/legais emitidas por entidades públicas, nomeadamente da Direção Geral de Saúde e/ou de Forças de Segurança serão adotadas no evento e atempadamente comunicadas a todos os interessados no site oficial do evento;
- O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização e/ou das Forças de Segurança e/ou dos Bombeiros, colocados ao longo do percurso;
- Os atletas não poderão deitar fora lixo ou equipamento pelo percurso, exceto em zonas claramente assinaladas para o efeito, tais como zonas de abastecimento ou de colocação de lixo; o atleta deve reter consigo todos os itens de lixo e levá-los para o seu espaço na transição. O não cumprimento destas regras, e em caso de sinalização por parte dos árbitros da prova, pode levar à desclassificação do atleta;
- Qualquer dificuldade de inscrição deve ser contactada a Organização do evento, ou através dos mail's: [ricardo.lacerda@multisport.pt](mailto:ricardo.lacerda@multisport.pt); [mauro.azevedo@multisport.pt](mailto:mauro.azevedo@multisport.pt); [rui.silva@multisport.pt](mailto:rui.silva@multisport.pt)
- Os percursos indicados podem sofrer alterações face ao inicialmente previsto, em função de impedimentos rodoviários e/ou de segurança que entretanto sejam impostos à Organização.

## 14. PRÉMIOS

Apresenta-se abaixo a lista de troféus e medalhas a distribuir no evento MultiSport Weekend Coimbra 2022

### Triatlo Média e Longa Distância

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
• <u>Troféus</u>		
Geral	1.º; 2.º e 3.º	1.º; 2.º e 3.º



- **Medalhas**

Juniores (nascidos em 2003 e 2004)	1.º; 2.º e 3.º	1.º; 2.º e 3.º
Grupo de Idades 20-24 (nascidos entre 1998 e 2002)	1.º; 2.º e 3.º	1.º; 2.º e 3.º
Grupo de Idades 25-29 (nascidos entre 1993 e 1997)	1.º; 2.º e 3.º	1.º; 2.º e 3.º
Grupo de Idades 30-34 (nascidos entre 1988 e 1992)	1.º; 2.º e 3.º	1.º; 2.º e 3.º
Grupo de Idades 35-39 (nascidos entre 1983 e 1987)	1.º; 2.º e 3.º	1.º; 2.º e 3.º
Grupo de Idades 40-44 (nascidos entre 1978 e 1982)	1.º; 2.º e 3.º	1.º; 2.º e 3.º
Grupo de Idades 45-49 (nascidos entre 1973 e 1977)	1.º; 2.º e 3.º	1.º; 2.º e 3.º
Grupo de Idades 50-54 (nascidos entre 1968 e 1972)	1.º; 2.º e 3.º	1.º; 2.º e 3.º
Grupo de Idades 55-59 (nascidos entre 1963 e 1967)	1.º; 2.º e 3.º	1.º; 2.º e 3.º
Grupo de Idades 60-64 (nascidos entre 1958 e 1962)	1.º; 2.º e 3.º	1.º; 2.º e 3.º
Grupo de Idades 65-69 (nascidos entre 1953 e 1957)	1.º; 2.º e 3.º	1.º; 2.º e 3.º
Grupo de Idades 70-75 (nascidos entre 1948 e 1952)	1.º; 2.º e 3.º	1.º; 2.º e 3.º
Grupo de Idades 75-80 e mais anos (nascidos em 1947 e antes)	1.º; 2.º e 3.º	1.º; 2.º e 3.º

- **Paratriatlo - Troféus**

Geral (individual ou em duplas)	1.º; 2.º e 3.º
---------------------------------	----------------

- **Estafetas - Troféus**

Geral (absolutos)	1.º; 2.º e 3.º
-------------------	----------------

### **Aquabike e Duatlo**

<b>ESCALÕES</b>	<b>MASCULINOS</b>	<b>FEMININOS</b>
-----------------	-------------------	------------------

- **Troféus**

Geral	1.º; 2.º e 3.º	1.º; 2.º e 3.º
-------	----------------	----------------

## 15. CASOS OMISSOS

• Os casos omissos ao presente Regulamento serão resolvidos pelo Delegado Técnico do evento MultiSport Weekend Coimbra 2022.

FIM do REGULAMENTO