

**Data:** 3 outubro de 2024

**Local:** Praia da Duquesa

**Horário:** 10h00 – 13h00 horas

**Organização:** CMC/IRONMAN Portugal

**Tipo de atividade:** Competição

**Escalões:** **WOLF** (2013/2014); **LYNX** (2011/2012);

**TIGER** (2009/2010); **LION** (2006/2007/2008)

**Inscrições:** De 16 a 24 de setembro de 2024

## DESCRIÇÃO/PARTICIPAÇÃO

Prova de AQUATLO (natação + corrida), destinada aos alunos dos estabelecimentos de ensino do 2º e 3º ciclos e secundário, com idades compreendidas entre os 10 e os 18 anos.

Cada estabelecimento de ensino poderá participar com uma equipa constituída por 20 elementos (5 alunos/por escalão).

A prova tem um limite de 400 participantes.

## ESCALÕES /DISTANCIAS

- **WOLF** (2013/2014): 50m natação + 400m corrida
- **LYNX** (2011/2012): 100m natação + 600m corrida
- **TIGER** (2009/2010): 200m natação + 1000m corrida
- **LION** (2006/2007/2008): 300m natação + 1500m corrida

## PERCURSO

Percurso de natação na Praia da Duquesa, com transição no areal à saída da água. A corrida é feita no areal da Praia da Duquesa, num percurso de ida e volta, com a meta instalada também no areal, junto à transição.

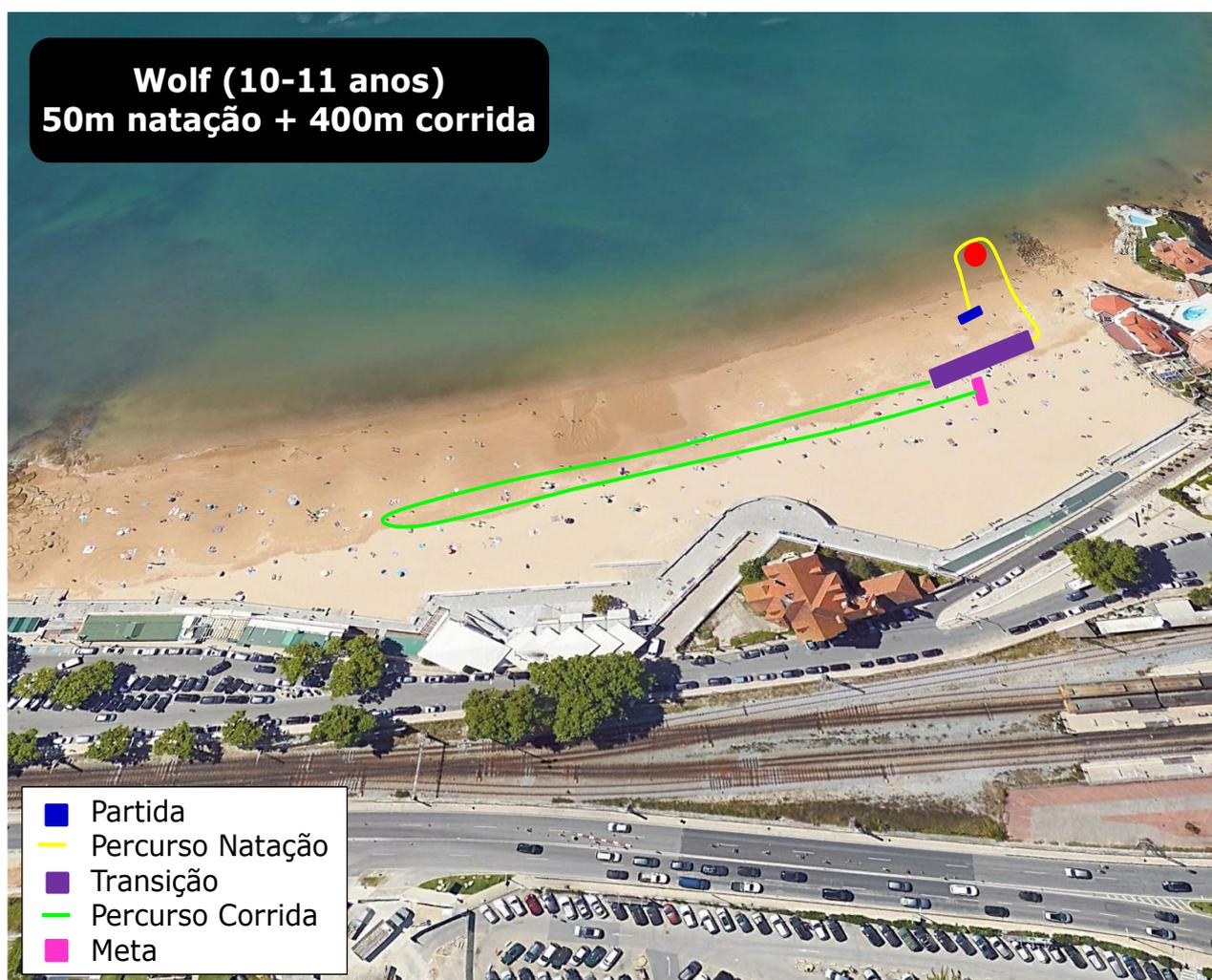
## HORÁRIOS

Para o cumprimento dos horários, solicita-se que o Professor responsável encaminhe os alunos para a Zona de Partida, mediante chamada.

| 3 de outubro |   |
|--------------|---|
| 9h00 às 9h50 | Secretariado prova  |
| 9h45         | <i>Briefing com todos os professores no Parque de Transição</i> |
| 9h55         | Colocação de material no Parque Transição                       |
| 10h00        | Início do Ironkids Cascais (partidas por escalões)              |
| 12h45        | Final do evento   |

- Os horários poderão ser sujeitos a alterações

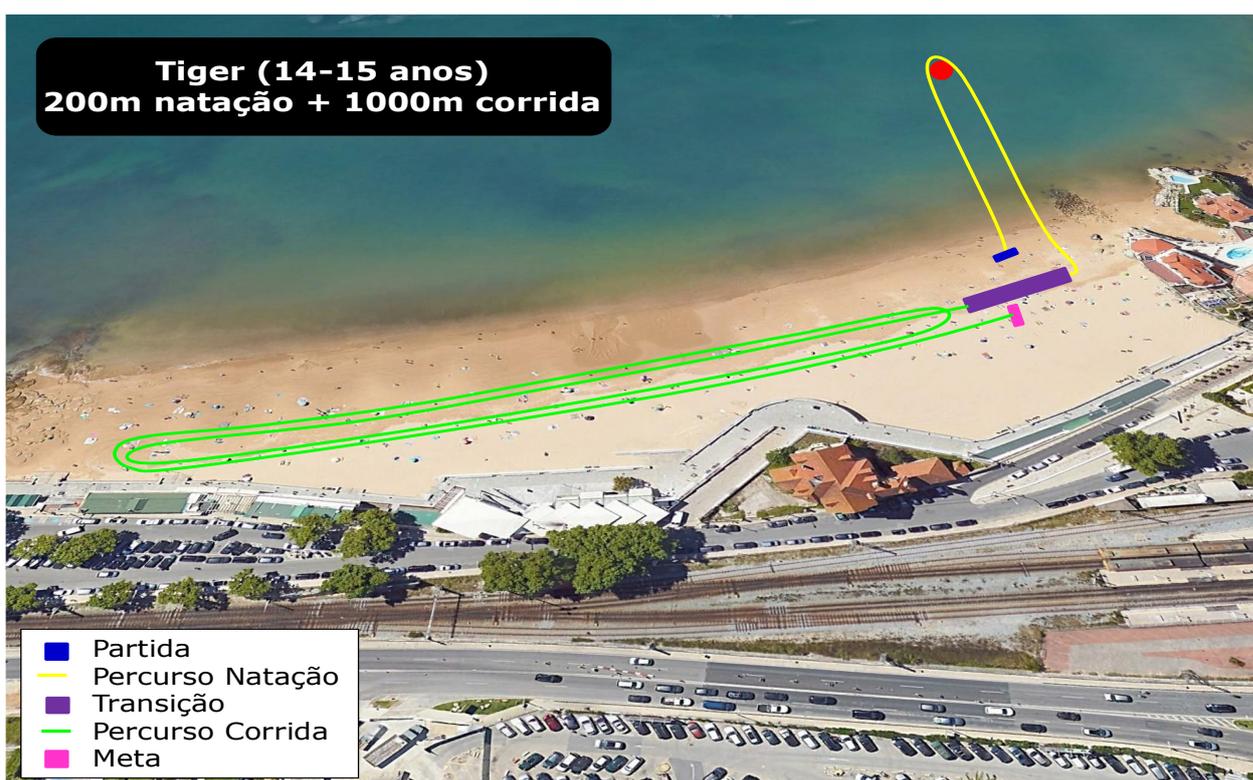
- **WOLF (2013/2014):** 50m natação + 400m corrida



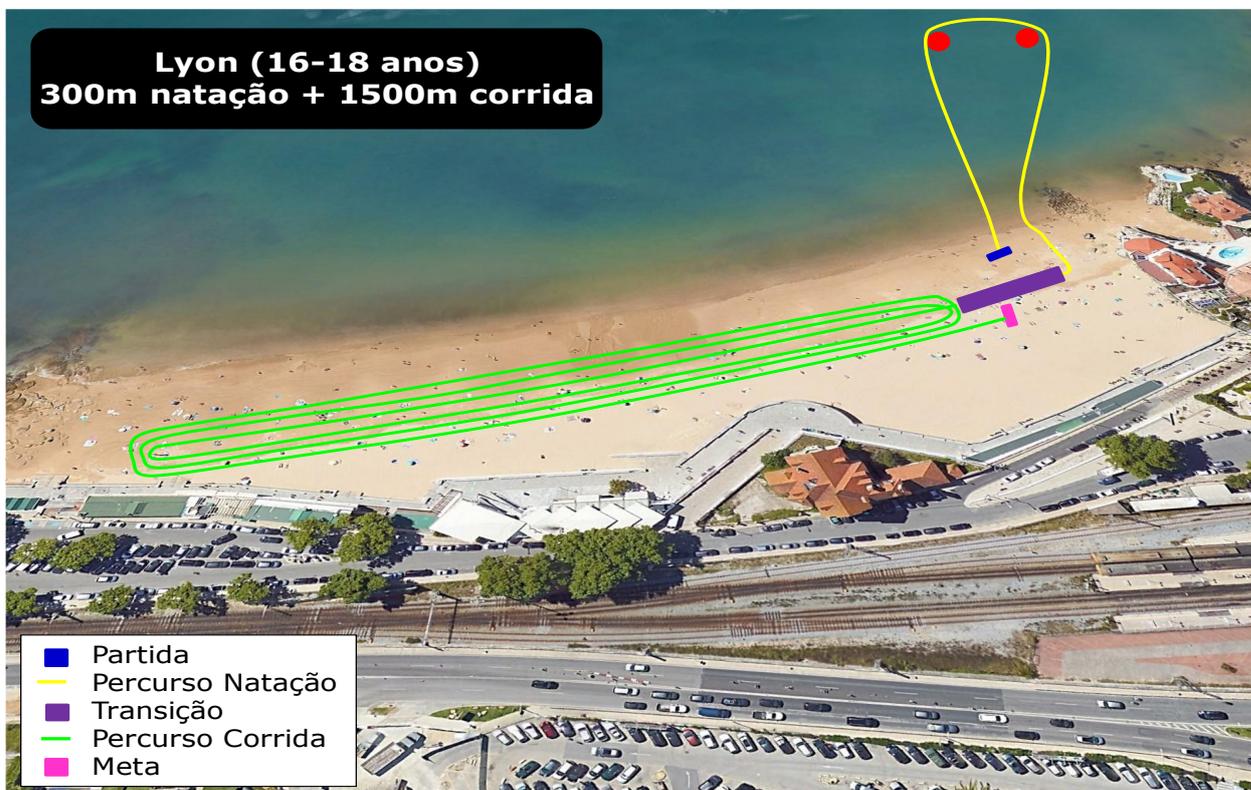
- **LYNX** (2011/2012): 100m natação + 600m corrida



- **TIGER** (2009/2010): 200m natação + 1000m corrida



- **LION** (2006/2007/2008): 300m natação + 1500m corrida



## DORSAIS

Os dorsais, juntamente com o kit de participação (MOCHILA, TOUCA, LANCHE e DIPLOMA DE PARTICIPAÇÃO) serão entregues ao professor responsável logo após a chegada da escola ao local da prova – Praia da Duquesa em Cascais.

**Nota:** cada escola deve **assegurar o n.º de alfinetes d’ama necessários para afixar os dorsais** dos seus alunos na T-shirt. **Não será permitido a fixação de dorsais com fita adesiva.** De referir que não será necessária a fixação de dorsal na natação, esta identificação será efetuada na touca.

## EQUIPAMENTO

Todos os alunos devem dispor de fato de banho, toalha e chinelos bem como de uma muda de roupa para regresso à escola.

## CLASSIFICAÇÃO/ PRÉMIOS

Serão atribuídas medalhas aos primeiros três classificados de cada escalão competitivo.

Serão disponibilizados os tempos efetuados e individualmente atribuídas medalhas de participação a todos os participantes.

### **OUTRAS INFORMAÇÕES**

- . a organização garante os meios de segurança essenciais ao desenvolvimento desta atividade, tanto na água, como na praia, para salvaguardar qualquer incidente que possa surgir, nomeadamente, ambulância em permanência, caiaques e barco de apoio.
- . A Escola/aluno deve respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo dos percursos de prova.
- . Estão previstas zonas de controlo de passagem dos alunos, sendo desclassificados aqueles que não cumpram a totalidade dos percursos da prova.

### **JÚRI**

Para deliberar sobre assuntos de carácter técnico/pedagógico, o júri da competição é constituído por um coordenador da comissão organizadora e um representante do Município.

### **TRANSPORTE**

O transporte para a atividade é da responsabilidade da Câmara Municipal de Cascais.

### **CASOS OMISSOS**

Caberá à organização resolver casos omissos possíveis de sucederem.

### **CEDÊNCIA DE IMAGEM**

A escola ao proceder à inscrição dos seus alunos implementa os recursos necessários para a autorização de cedência de forma gratuita e incondicional, à Câmara Municipal de Cascais e IRONMAN Portugal dos direitos de utilização de imagem dos mesmos tal como captada nas filmagens ou fotografias que terão lugar durante as atividades, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.