



SWIM GP

**SWIM GRAND PRIX
PORTUGAL**

**REGULAMENTO
2025**

Índice

Índice	2
Introdução	4
Programa do Evento	5
Inscrições	7
a) Valores e Fases de Inscrição	7
b) Desconto Equipa	8
c) Requisitos de Inscrição (provas de 20km e 10km)	8
1. Prova de 20km – Travessia Lisboa - Cascais	8
d) Inscrição Inclui	8
e) Documentos	9
f) Licenças	9
1. Atletas Federados	9
2. Atletas Não Federados	9
3. Canoísta	9
4. Isenções	9
g) Seguro de Cancelamento	9
h) Reembolso da Inscrição	10
i) Adiamento de Inscrição	10
j) Troca de Inscrição	10
k) Alteração de Detalhes da Inscrição	10
l) Canoísta	10
m) Chip de Cronometragem	11
n) Questionário Médico	11
o) Termo de Responsabilidade	11
p) Condições de Participação	11
Provas e Percursos	12
a) Sábado 19 de julho	12
1. 10km Travessia Oeiras - Cascais	12
2. 20km Travessia Lisboa - Cascais	13
3. KIDS	14
b) Domingo, 20 de julho	15
a. 3.8km	15
b. 5km	15
c. 1.9km	15
d. 1km	16
Disposições Gerais	17
Regras Gerais	19
a) Equipamento de Prova	19

1. Touca	19
2. Fato Isotérmico	19
3. Óculos	19
4. Chip	19
5. Marcações / Tatuagens	19
6. Relógio	19
7. Dispositivo de Segurança Insuflável	19
8. Equipamento proibido	19
b) Kayak e Canoísta	20
1. Características Kayaks	20
2. Comunicações Kayak de apoio e Abastecimentos	20
3. Acompanhamento do canoísta	20
c) Bóias de Percurso	20
d) Partida	21
1. Em terra	21
2. Na água	21
e) Meta	21
1. Em terra	21
2. Na água	21
f) Postos de Controlo	22
1. 20km Travessia Lisboa - Cascais	22
2. 10km	23
g) Cronometragem	23
1. Cronometragem Intermédia	23
Arbitragem	23
Classificações	24
a) Individuais	24
b) Equipas	25
Prémios	26
Informações Adicionais	27
a) Bengaleiro	27
b) Transporte Atletas	27
Política de Privacidade e Segurança	27
Protestos	27
Casos Omissos	27

Introdução

O Swim Grand Prix (Swim GP) é um evento de natação de águas abertas, com provas variadas, realizadas exclusivamente na água, cumprindo regras da World Aquatics e da FPN, ou com partidas, retornos e chegadas em terra. A base do evento é em Cascais na Praia dos Pescadores, havendo partidas em Lisboa – Belém, Oeiras -Praia da Torre, S.Pedro do Estoril e Cascais.

O evento inclui provas das seguintes distâncias:

- o 20km Travessia Lisboa - Cascais
- o 10km Travessia Oeiras - Cascais
- o 5km
- o 3.8km
- o 1.9km
- o 1km
- o KIDS (400 m e 200 m)

O evento é organizado pela Associação Atleta Completo em parceria com a 3Iron Sports e parcerias com a Câmara Municipal de Cascais, Câmara Municipal de Oeiras, Câmara Municipal de Lisboa, Federação Portuguesa de Natação, Associação de Natação de Lisboa, Capitánias do Porto de Cascais e Lisboa e Administração do Porto de Lisboa

O Swim GP tem início no sábado, 19 de julho, com a abertura do secretariado e termina no domingo, 20 de julho, na Praia dos Pescadores, em Cascais com as entregas de prémios.

Website:

www.swimgp.com

Contactos:

registrations@swimgp.com

Programa do Evento

Sexta-feira, 18 de julho

15:00	Conferência de Imprensa	<i>Padrão dos Descobrimentos</i>
15:00 – 18:00	Acreditação das provas de 20km e 10km	<i>Doca de Belém</i>
16:00	Briefing da prova de 20km	<i>Padrão dos Descobrimentos</i>
17:00	Briefing da prova de 10km	<i>Padrão dos Descobrimentos</i>

Sábado, 19 de julho

08:00 – 09:30	Acreditação no Secretariado da prova de 10km (Não são permitidas alterações ou inscrições de última hora)	<i>Praia da Torre</i>
08:30 – 10:30	Acreditação no Secretariado da prova de 20km (Não são permitidas alterações ou inscrições de última hora)	<i>Padrão dos Descobrimentos</i>
09:45	Chamada Atletas 10km	<i>Praia da Torre</i>
10:00	Hino Evento 10km	<i>Praia da Torre</i>
10:10	Início da prova de 10km	<i>Praia da Torre</i>
10:40	Chamada Atletas 20km	<i>Doca de Belém</i>
10:50	Hino Evento 20km	<i>Doca de Belém</i>
11:00	Início da prova de 20km Homens	<i>Doca de Belém</i>
11:05	Início da prova de 20km Mulheres	<i>Doca de Belém</i>
12:00 - 19:30	Abertura do Secretariado das provas de 5km, 3.8km, 1.9km, 1km e KIDS	<i>Praia dos Pescadores</i>
12:00 – 19:30	Merchandising e EXPO	<i>Praia dos Pescadores</i>
12:25	Previsão de chegada do primeiro atleta da prova de 10km	<i>Praia dos Pescadores</i>
12:40	Cerimónia de Flores da prova de 10km (dependente da hora de chegada do 3º atleta de cada género)	<i>Praia dos Pescadores</i>
14:25	Previsão de chegada do último atleta da prova de 10km	<i>Praia dos Pescadores</i>
14:40	Cerimónia de Entrega de Prémios da prova de 10km	<i>Praia dos Pescadores</i>
14:40	Previsão de chegada do primeiro atleta da prova de 20km	<i>Praia dos Pescadores</i>
16:00	Cerimónia de Flores da prova de 20km (dependente da hora de chegada do 3º atleta de cada género)	<i>Praia dos Pescadores</i>
16:30	Briefing da prova KIDS	<i>Praia dos Pescadores</i>
17:00	Início da prova KIDS	<i>Praia dos Pescadores</i>
17:30	Cerimónia de Entrega de Prémios da prova de KIDS	<i>Praia dos Pescadores</i>
19:25	Previsão de chegada do último atleta da prova de 20km	<i>Praia dos Pescadores</i>

Domingo, 20 de julho		
06:30 – 07:45	Acreditação no Secretariado da prova de 3.8km (Não são permitidas inscrições de última hora)	<i>Praia dos Pescadores</i>
07:45	Briefing da prova de 3.8km	<i>Praia dos Pescadores</i>
08:00	Início da prova de 3.8km	<i>Praia dos Pescadores</i>
08:00 - 09:00	Acreditação no Secretariado da prova de 5km (Não são permitidas inscrições de última hora)	<i>Praia de S. Pedro</i>
09:00	Briefing da prova de 5km	<i>Praia de S. Pedro</i>
09:15	Início da prova de 5km	<i>Praia de S. Pedro</i>
09:30 – 11:15	Acreditação no Secretariado da prova de 1.9km (Não são permitidas inscrições de última hora)	<i>Praia dos Pescadores</i>
11:15	Briefing da prova de 1.9km	<i>Praia dos Pescadores</i>
11:30	Início da prova de 1.9km	<i>Praia dos Pescadores</i>
11:00 - 12:15	Acreditação no Secretariado da prova de 1km (Não são permitidas inscrições de última hora)	<i>Praia dos Pescadores</i>
12:15	Briefing da prova de 1km	<i>Praia dos Pescadores</i>
12:30	Início da prova de 1km	<i>Praia dos Pescadores</i>
09:00 – 14:00	Merchandising e EXPO	<i>Praia dos Pescadores</i>
13:15	Cerimónia de Entrega de Prémios das provas 5km, 3.8km, 1.9km e 1km Cerimónia de Entrega de Prémios de Equipa das provas 20km, 10km e 5km e das provas 3.8km, 1.9km e 1km	<i>Praia dos Pescadores</i>

Inscrições

a) Valores e Fases de Inscrição

			1ª Fase	2ª Fase	3ª Fase	Desconto Equipa
Dia	PROVA	Limite de Inscrições	Entre abertura de inscrições e 30 de abril	Entre 1 de maio e 15 de junho	Entre 16 de junho e 16 de julho	Para equipas com 20 ou mais atletas
19 de julho	20km	120	150€	170€	200€ <i>*Inscrições fecham a 30 de junho</i>	Não aplicável
	10km	140	80€	90€	100€	5%
20 de julho	5km	170	40€	50€	60€	5%
	3.8km	120	35€	45€	55€	5%
	1.9km	200	20€	30€	40€	5%
	1km	100	15€	20€	25€	5%
19 de julho	KIDS	50	5€	7€	10€	Não aplicável
Seguro (Ver detalhes)		Atletas federados na Federação de Triatlo de Portugal	Incluído na inscrição			
		Atletas Não Federados	7€			

ITENS EXTRAS	
Seguro de Cancelamento	20€
Aluguer Kayak (só na prova de 20km)	60€
Aluguer Canoísta (só na prova de 20km)	120€
Aluguer Kayak + Canoísta (só na prova de 20km)	180€

- As inscrições deverão ser efetuadas online em www.swimgp.com, até às 23:59 do dia 16 de julho (com exceção da prova de 20km que encerra a 30 de junho às 23:59);
- Ao valor da inscrição acima indicado é associado uma taxa - **Taxa de Pagamento** - cobrada pela plataforma de inscrições - de acordo com o método de pagamento escolhido no ato de inscrição online.

- As inscrições apenas são consideradas válidas uma vez que o pagamento seja efetuado e confirmado;
- As inscrições de cada prova encerram no dia 16 de julho às 23:59 (as da prova de 20km encerram a 30 de junho às 23:59), ou em data anterior, caso seja alcançado o limite de inscrições da prova respetiva;
- O escalão do atleta é definido pela idade que o mesmo terá no dia 31 de dezembro do ano corrente.

b) Desconto Equipa

O Desconto Equipa é válido para uma inscrição coletiva de 20 ou mais nadadores do mesmo clube e registado no momento da inscrição, desde que efetuadas durante o período normal de inscrições (não estão incluídas inscrições de última hora).

O desconto não se aplica nem à prova de 20km ou de KIDS.

O desconto está limitado a 1 prova por atleta.

c) Requisitos de Inscrição (provas de 20km e 10km)

O atleta tem de ter terminado uma prova de águas abertas entre 01-01-2019 e a data da inscrição.

1. Prova de 20km – Travessia Lisboa - Cascais

- O nadador deverá ter terminado uma prova de águas abertas com uma distância mínima de 10km;

O atleta tem de disponibilizar o comprovativo destes requisitos no ato de inscrição online. A falta de comprovativo válido corresponde à invalidez da inscrição.

Atletas que não tenham apresentado comprovativo de tempos no ato de inscrição, devem fazê-lo até ao dia da prova, através de e-mail, ou presencialmente no secretariado de prova.

NOTA:

A organização recomenda que todos os nadadores que participem na prova de 10km, tenham terminado uma prova de águas abertas com uma distância mínima de 5km

d) Inscrição Inclui

O valor total de inscrição inclui:

- Participação na prova
- Touca de prova
- Medalha de finisher
- Seguro de Acidentes Pessoais do Canoísta (para a prova de 20km)
- Seguro de Acidentes Pessoais do Nadador para todas as provas. Caso sejam apresentados e confirmados seguros federativos, o valor do seguro é descontado
- Tshirt Finisher para a prova de 20km e 10km. As restantes provas têm direito a tshirt no momento de acreditação a qual deve ser levantada na loja do parceiro na marina de Cascais (a 600m da Baía de Cascais). Os últimos inscritos estarão sujeitos aos tamanhos existentes em stock.

e) Documentos

Para acreditação no secretariado de prova, os atletas terão de apresentar os seus documentos de identificação com fotografia e/ou licenças federativas válidas.

f) Licenças

1. Atletas Federados

- As provas destinam-se a atletas com licença válida na Federação Portuguesa de Natação ou nas respectivas congéneres internacionais.
- Atletas licenciados como Masters na FPN têm de se licenciar em Masters Águas Abertas ou, em alternativa, participar como Não Federados
- Todos os atletas que possuam licença federativa válida para a participação na prova devem indicar o momento de inscrição, qual a federação e número de licença que possuem.
- É da responsabilidade do atleta apresentar informações corretas e válidas, bem como garantir que a sua licença (incluindo o exame médico desportivo) se encontra válida para o ano em que a prova decorre. Em caso de incumprimento, a organização não se responsabiliza por acidentes que possam resultar da participação do atleta na prova, nem pelo reembolso do valor da inscrição do mesmo.

2. Atletas Não Federados

- Atletas que não possuam licença federativa válida para a participação na prova devem adquirir Seguro de Acidentes Pessoais no momento da inscrição, válido unicamente para o dia da prova.
- Para estes atletas a organização assegura um seguro de acidentes pessoais conforme previsto no Decreto-Lei n.º 10/2009

3. Canoísta

- Para a prova de 20km, o seguro de acidentes pessoais do canoísta acompanhante está incluído no valor da inscrição.

4. Isenções

- Atletas com licença válida da Federação de Triatlo de Portugal estão isentos de pagamento do seguro
- Atletas que se inscrevam nas provas de categoria KIDS estão isentos de pagamento do seguro

g) Seguro de Cancelamento

- No ato de inscrição o atleta pode selecionar a opção de **Seguro de Cancelamento**. Esta opção permite ao mesmo solicitar o cancelamento da sua inscrição e a devolução do valor da mesma.
- Este seguro não inclui a devolução do valor do próprio seguro, da taxa de pagamento, ou de itens extra adquiridos no ato de inscrição (incluindo, mas não limitado ao seguro de prova para atletas

não federados em Master de Águas Abertas, na Federação Portuguesa de Natação, ou congéneres internacionais).

- Os itens adquiridos e não reembolsáveis (apenas merchandising) serão entregues exclusivamente no secretariado de prova, mediante apresentação de comprovativo de compra.
- **Este seguro apenas é válido para pedidos de cancelamento efetuados até dia 12 de julho (1 semana da prova).**

h) Reembolso da Inscrição

- Após a confirmação da inscrição, não é possível o seu cancelamento.
- Apenas é permitido o reembolso do valor de inscrição para os atletas que tenham adquirido o seguro de cancelamento no ato de inscrição. (ver detalhes sobre o [Seguro de Cancelamento](#))
- Não existe reembolso do valor da inscrição ou de qualquer outro valor pago pelo atleta, sob quaisquer outras circunstâncias, incluindo, mas não limitado a, motivos médicos.

i) Adiamiento de Inscrição

- O pedido de adiamiento da inscrição para a edição do ano seguinte, apenas é possível caso a prova em que o atleta esteja inscrito seja adiada ou cancelada por motivos de força maior e o atleta tenha levantado o seu kit no dia da prova.
- Nesse caso, todos os itens extra que tenham sido adquiridos no momento de inscrição são entregues com o kit de atleta, no secretariado de prova.
- Apenas a inscrição é transferível para a edição do ano seguinte (o seguro não está incluído).
- O pedido de adiamiento da inscrição apenas é válido se efetuado via email, até ao prazo de 30 dias após a data original da prova.

j) Troca de Inscrição

- As inscrições são pessoais e intransmissíveis.
- Caso um atleta pretenda cancelar a sua inscrição, a mesma não pode ser trocada ou transferida para outro atleta, mesmo se ambos pertencerem à mesma equipa/clube.
- A organização não se responsabiliza pela participação e possíveis lesões/acidentes de uma pessoa que integre indevidamente o evento em substituição de um nadador inscrito.
- Caso a organização identifique uma troca indevida de nadadores, os envolvidos serão banidos da prova e de futuras edições.

k) Alteração de Detalhes da Inscrição

- Pedidos de alterações a detalhes da inscrição apenas serão aceites se efetuados por email, até ao dia 16 de Julho
- A organização reserva-se no direito de aprovar alterações de detalhes de inscrições e/ou solicitar documentação comprovativa para efetuar as mesmas.

l) Canoísta

- Na prova de 20km, os atletas têm a opção de trazer o próprio canoísta e kayak, alugar um kayak, apenas o serviço de canoísta, ou ambos, para cumprir o requisito de ter um elemento acompanhante ao longo do percurso.
- Os dados de inscrição do canoísta acompanhante devem ser preenchidos no ato de inscrição, ou comunicados à organização via e-mail, até às 23h59 do dia 12 de julho.
- A inscrição na prova de 20km apenas está concluída com a confirmação dos dados do canoísta acompanhante.

m) Chip de Cronometragem

- Os chips de cronometragem são um empréstimo. Têm de ser devolvidos à organização após a prova. Caso contrário o atleta será cobrado pela sua substituição (80€).

n) Questionário Médico

- Todos os participantes devem preencher o campo de “**Informação Médica Relevante**”, no formulário de inscrição online (ou presencialmente, no caso de inscrições de última hora) caso possuam alguma condição médica relevante à sua participação no evento.

o) Termo de Responsabilidade

- A aceitação do [Termo de Responsabilidade](#) no ato de inscrição online é obrigatório para todas as provas e substitui o termo de responsabilidade em papel.
- O preenchimento e assinatura do Termo de Responsabilidade em papel é obrigatório para as inscrições de última hora de todas as provas efetuadas no Secretariado de prova.
- Nenhuma inscrição é válida sem a aceitação do Termo de Responsabilidade.

p) Condições de Participação

Ao inscrever-se em qualquer uma das provas, o responsável por cada inscrição - o participante, treinador (ou o(a) progenitor(a) / tutor(a) legal se menor de idade) – reconhece, compreende e confirma que:

- É da responsabilidade de cada atleta inscrito garantir que toda a informação introduzida no ato de inscrição está correta e válida;
- É da responsabilidade de cada atleta inscrito selecionar uma prova para o qual cumpra todos os requisitos exigidos pela organização. Qualquer lesão e/ou acidente resultante da participação do atleta numa prova onde o mesmo não cumpra esses requisitos é da responsabilidade do atleta;
- O atleta se preparou adequadamente, encontra-se apto a participar e que possui a robustez física e psíquica, necessária à conclusão da prova;
- Toda a informação médica do atleta disponibilizada no ato de inscrição pode ser partilhada com a equipa médica do evento, a fim de salvaguardar a segurança de todos os participantes;
- A organização não se responsabiliza por qualquer dano ou acidente sofrido ou causado decorrente da má conduta, negligência, violação ou não observação dos regulamentos em vigor e/ou das indicações dos elementos e regras da arbitragem e segurança (polícia marítima, bombeiros, nadadores salvadores e outros);
- Na eventualidade de não cumprir o tempo limite estabelecido para a prova, a equipa de arbitragem poderá recolhê-lo da água;
- Para os menores de idade, a responsabilidade da sua participação é exclusiva da entidade que representa ou dos seus tutores legais no caso de inscrição individual;

- O atleta aceita as condições deste regulamento e do termo de responsabilidade cujo texto reproduzimos de seguida:

“Ao inscrever-se nesta prova o atleta (ou o(a) progenitor(a) / tutor(a) legal se menor de idade) reconhece que participar em eventos desportivos desta natureza pode ser potencialmente perigoso e que está ciente de que poderão ocorrer acidentes. Declara também ser possuidor de condição física necessária à participação e conclusão da prova em que se inscreveu, nela participando de livre vontade e com total conhecimento do seu regulamento e obrigações daí decorrentes, responsabilizando-se pela sua participação e não imputando responsabilidades a pessoas, empresas ou entidades, envolvidas direta ou indiretamente na organização ou promoção do evento, por quaisquer danos pessoais ou materiais que venha a sofrer no decorrer da sua participação. Dá também a sua autorização para que a entidade organizadora ou promotora do evento utilize o seu nome e imagem em fotos, vídeos ou outros meios de transmissão de imagens.”

a) Sábado 19 de julho

1. 10km Travessia Oeiras - Cascais



Em linha; na vazante

Partida: Praia da Torre, Oeiras
Dentro de Água

Chamada de atletas: 09:45

Meta: Praia dos Pescadores, Cascais
Dentro de Água – Meta flutuante

Abastecimentos: 2

Bóias: de cor alternada entre amarelo e vermelho; a cada 500 m (os atletas têm de dar o ombro esquerdo à bóia)

2. 20km Travessia Lisboa - Cascais



Em linha; na vazante

Partida: Doca de Belém, Lisboa
Dentro de Água

Chamada de Atletas: 10:40

Meta: Praia dos Pescadores, Cascais
Dentro de Água – Meta flutuante

Abastecimentos: 4

Bóias: de cor alternada entre amarelo e vermelho; a cada 500 m (os atletas têm de dar o ombro esquerdo à bóia)

3. KIDS



400m

2 voltas

Partida: Praia dos Pescadores, Cascais
Em terra

Horário: 17h00

Meta: Praia dos Pescadores, Cascais
Em terra

Bóias: 2 bóias a contornar pela direita
Retorno/Início 2ª volta: o atleta sai da água,
percorre uma pequena distância no areal e volta a
entrar na água.

200m

1 volta

Partida: Praia dos Pescadores, Cascais
Em terra

Horário: 17h00

Meta: Praia dos Pescadores, Cascais
Em terra

Bóias: 2 bóias a contornar pela direita

b) Domingo, 20 de julho



a. 3.8km

1 volta

Partida: Praia dos Pescadores, Cascais

Em terra

Horário: 08h00

Meta: Praia dos Pescadores, Cascais
Em terra

Bóias: 4 bóias de viragem

21 bóias de sinalização a cada 170 m, deixadas no ombro direito



b. 5km

Em linha

Partida: Praia de S. Pedro, S. Pedro do Estoril

Dentro de Água

Horário: 09:15

Meta: Praia dos Pescadores, Cascais
Dentro de Água

Bóias: 2 bóias de viragem

11 bóias de sinalização a cada 300 m, deixadas no ombro esquerdo

c. 1.9km



1 volta

Partida: Praia dos Pescadores,
Cascais

Em terra

Horário: 11:30

Meta: Praia dos Pescadores,
Cascais

Em terra

Bóias: 2 bóias de viragem
e 5 bóias de sinalização a
cada 300 m, deixadas no
ombro esquerdo

d. 1km

1 volta

Partida: Praia dos Pescadores,
Cascais

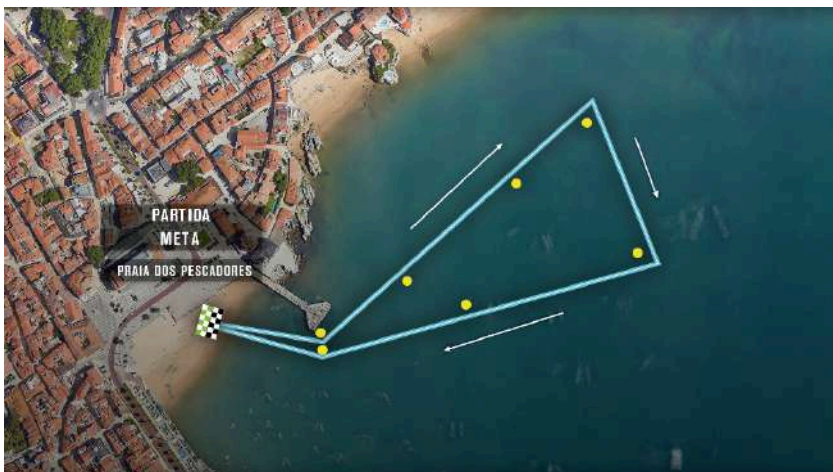
Em terra

Horário: 12:30

Meta: Praia dos Pescadores,
Cascais

Em terra

Bóias: 2 bóias de viragem e 2
bóias de sinalização a cada
300m, deixadas no ombro
esquerdo



Disposições Gerais

PROVA	20km	10km	5km	3.8km	1.9km	1km	KIDS
Idade Mínima	18 anos	18 anos	14 anos (Fem) 15 anos (Masc)	14 anos (Fem) 15 anos (Masc)	14 anos (Fem) 15 anos (Masc)	14 anos (Fem) 15 anos (Masc)	9 anos
Idade Máxima	-	-	-	-	-	-	14 anos
Licenças	As provas destinam-se a atletas com licença válida na Federação Portuguesa de Natação (em Masters Águas Abertas) ou nas respetivas congéneres internacionais.						
	Atletas sem Licença válida respetiva terão de adquirir Seguro de Acidentes Pessoais e preencher o Questionário Médico no ato de inscrição						
Uso de Fato	18 a 21°C	18 a 21°C	18 a 20°C	18 a 20°C	18 a 20°C	18 a 20°C	18 a 20°C
Data	19 jul.	19 jul	20 jul	20 jul	20 jul	20 jul	19 jul
Acreditação	08:30-10:30	08:00-09:30	08:00-09:00	06:30-07:45	09:30-11:15	11:00-12:15	12:00-16:30
Briefing/ Chamada Atletas	10:40	09:45	09:00	07:45	11:15	12:15	16:30
Horário Partida	11:00	10:10	09:15	08:00	11:30	12:30	17:00
Local Partida	Lisboa	Oeiras	S. Pedro	Cascais	Cascais	Cascais	Cascais
Partida	Dentro de água			Em terra			
Local Meta	Cascais	Cascais	Cascais	Cascais	Cascais	Cascais	Cascais
Meta	Dentro de água			Em terra			
Tempo Limite para a Prova	08h00	03h00 (aos 7 km)	02h30	02h00	01h00	00h45	-
Abastecimentos	Antes da partida, 5km e 10km (em barco); 13,5km e 17km (em plataforma)	3km; 6,5km;	-	-	-	-	-
Voltas	Em linha	Em linha	Em linha	1 volta	1 volta	1 volta	400 m 2 voltas 200 m 1 volta
Mínimo de Participantes	-	-	-	-	-	-	-
Máximo de Participantes	120	140	170	120	200	100	50

- A organização assegurará todo o apoio e segurança necessários para a realização e acompanhamento da prova. Para tal, a organização contará com o apoio da Câmara Municipal de Cascais, Câmara Municipal de Oeiras e Câmara Municipal de Lisboa, Associação de Natação de

Lisboa; Polícia Marítima, Corporação de Bombeiros, ISN e dos canoístas necessários. A organização garantirá o acompanhamento por uma equipa médica especializada.

- A organização não se responsabiliza por danos ou acidentes que os participantes sofram ou causem no decorrer da prova decorrentes de má conduta, negligência ou violação pelo próprio de qualquer das regras de segurança previstas para a competição.
- A organização reserva-se ao direito de impedir a participação na prova ou de recolher durante o percurso todos os indivíduos que não apresentem condições técnicas e físicas para terminar a prova em segurança.
- A organização reserva-se ao direito de retirar algum nadador da água para garantir a sua segurança e sempre que suceda uma das seguintes condicionantes:
 - Demonstração de fadiga extrema, desidratação, hipotermia, ritmo extremamente lento, ou qualquer outro sinal que impeça o participante de nadar com normalidade.
 - Nadadores que não sigam as indicações de segurança da organização.
 - Condições atmosféricas e de mar adversas.
 - Desistência do canoísta acompanhante da prova ultramaratona de 20km.
- A organização reserva-se ao direito de impedir a participação na prova ou de recolher durante o decorrer da mesma todos os indivíduos que tenham conduta antidesportiva, coloquem em risco a segurança ou desrespeitem os restantes participantes, público ou membros da organização e arbitragem. A tentativa de participação numa prova na qual não esteja inscrito é penalizada com a suspensão do atleta para as edições seguintes.
- Em caso de necessidade e de acordo com o nº de inscritos e condições meteorológicas e do mar, a organização poderá optar por realizar partidas separadas por género.
- A organização reserva-se ao direito de modificar/cancelar/suspender/parar a prova (por motivo de condições meteorológicas extremamente adversas ou por outros motivos de força maior). Nestes casos a organização tentará remarcar a prova para uma nova data conveniente à sua realização. Se a prova for reagendada os atletas que tenham levantado o seu kit de atleta no dia de prova original, poderão solicitar o adiamento da sua inscrição para a edição seguinte. Os atletas elegíveis para um adiamento deverão efetuar o seu pedido até 60 dias após a data original do evento.
- A organização reserva-se ao direito de ajustar as distâncias das provas em caso de necessidade extrema (condições meteorológicas extremamente adversas ou por outros motivos de força maior), e ainda, de acumular várias provas numa só, podendo por isso alterar a distância inicial da prova não realizada no seu horário original.
- A organização reserva-se ao direito de alterar os percursos e distâncias de todas as provas.

a) Equipamento de Prova

1. Touca

É obrigatório o uso da touca oficial da prova disponibilizada pela organização no momento de acreditação.

2. Fato Isotérmico

É permitido segundo as regras da FPN, caso a temperatura da água do mar seja inferior a 20°C. Se a temperatura da água for inferior a 18°C o uso do fato é obrigatório.

Excecionalmente, para as provas de 20 e 10km, será permitida a utilização de fato isotérmico caso a temperatura da água seja inferior a 21°C.

A temperatura da água é calculada através da medição da água em 3 pontos distintos ao longo do percurso, sendo definida a temperatura oficial com a da medição mais baixa.

1. Constituição do fato: Os fatos em material têxtil não podem ir além dos pulsos, pescoço e tornozelos, respeitando em todos os outros requisitos as especificações dos fatos para a piscina.

**Nota: Os fatos isotérmicos são fatos que produzem isolamento térmico. Os fatos isotérmicos, tanto para homem como para mulher, deverão cobrir o tronco, costas, ombros e joelhos, mas não se podem estender para além do pescoço, tornozelos e pulsos.*

2. Meias e golas: o uso de meias e golas é opcional para todas as provas, desde que não ajudem na propulsão do atleta

3. Óculos

uso opcional.

4. Chip

uso obrigatório. Os chips são dados pela organização antes da entrada na caixa de partida, exceto na prova Kids

5. Marcações / Tatuagens

- (i) Os atletas que não usarem fato isotérmico serão marcados com os respetivos números nas costas, nos braços e nas mãos.
- (ii) Os atletas que usarem fato isotérmico serão marcados com os respetivos números nas mãos.

6. Relógio

é permitida a utilização de relógio

7. Dispositivo de Segurança Insuflável

é proibido na prova de 20km, 3,8km, 1,9km e 1km. Obrigatório nas provas 10km e 5km.

8. Equipamento proibido

não é permitido aos nadadores o uso de materiais ou objetos auxiliares de flutuação, propulsão e respiração tais como, mas não limitados a: pullbuoys, barbatanas e snorkel

b) Kayak e Canoísta

- Atletas que escolham alugar um kayak, com ou sem canoísta, devem, no dia de prova, estar presentes na zona de partida 30 minutos antes do horário de chamada dos atletas para levantarem o seu material (8:00).
- Os canoístas apenas poderão aceder à zona de partida e à água apresentando o cartão de identificação entregue no momento de acreditação.
- Todos os kayaks devem ser identificados com o autocolante do número de atleta respetivo, que será dado no momento de acreditação.

1. Características Kayaks

- Sit on top monolugar ou bilugar
- Dimensão máxima de 3,6m de comprimento

2. Comunicações Kayak de apoio e Abastecimentos

- O canoísta terá obrigatoriamente que ter um meio de comunicação móvel, estar contactável e possuir um sistema de power-bank que permita recarregar o telemóvel, além de proteção do telemóvel para a água.
- Para efeito de abastecimento, o canoísta poderá ser portador de uma vara de abastecimento (Feeding Stick) para aproximar as bebidas e alimentos do atleta, sem que este entre em contacto com a embarcação. Este extensor é da responsabilidade do canoísta e deverá ter as seguintes características:
 - não podem exceder 5 m
 - tem de ter pelo menos 1 copo na ponta
 - não podem ter fios pendurados ou algo a que o nadador se possa agarrar, ou crie risco de se embaraçar
- Os abastecimentos da prova de 20km são assegurados exclusivamente pelo canoísta, estando este autorizado a recolher o abastecimento que entender nos Postos de Abastecimento, ou fazer-se acompanhar da seleção de abastecimento escolhida pelo atleta no início da prova, a transportar no Kayak;
- Nos abastecimentos fixos não será autorizada a permanência de equipas de apoio dos atletas ou de abastecimentos individuais, sendo da responsabilidade exclusiva da organização a entrega de abastecimento aos atletas ou, no caso da prova de 20km, aos canoístas que acompanham os atletas.

3. Acompanhamento do canoísta

- O canoísta deve acompanhar sempre o atleta à velocidade do mesmo, sem liderar, mantendo-se ao seu lado, a uma distância que não influa com o seu desempenho.

Pode, no entanto, falar com o nadador e dar indicações que apoiem a sua navegação às boias do percurso.

- Não é permitido que o atleta se apoie na embarcação, o que implica desclassificação

c) Bóias de Percurso

Todas as bóias sinalizadoras do percurso devem ser contornadas de acordo com o indicado (tanto no mapa da prova como na explicação durante o briefing que antecede as provas) sob pena de desclassificação.

d) Partida

1. Em terra

- Os atletas terão obrigatoriamente de se apresentar na caixa de partida em terra para controlo do seu “número de atleta” em area delimitada - antes de entrar na água.
- Nenhum participante pode entrar na zona de partida sem proceder à verificação do “número de atleta”.

2. Na água

- Uma vez que todos os atletas tenham sido contabilizados, e após o briefing da prova, serão encaminhados para dentro de água.
- O acesso à caixa de controlo encerra 10 minutos antes da hora de partida. Nenhum atleta pode entrar na água após o fecho do horário da caixa de controlo.
- Após o mini -briefing no local, o tiro de partida, será dado com todos os atletas presentes alinhados.
- Na zona de partida o relógio iniciará a contagem no horário estabelecido, com ou sem a presença de todos atletas inscritos.

e) Meta

1. Em terra

- Só é considerada quando o atleta transpõe com o tronco a linha perpendicular imaginária à linha de meta presente debaixo do pórtico de meta

2. Na água

- Só é considerada ao toque do atleta, com a mão, na estrutura de chegada

f) Postos de Controlo

- Os postos de controlo são pontos de passagem e estão localizados em locais delineados pela organização. Em cada um destes controlos estará um responsável da organização.
- Não passar por um ou mais pontos de controlo, levará à desclassificação do participante.
- As desistências devem ser feitas nos postos de controlo. Na eventualidade de um acidente ou lesão em que o participante esteja impossibilitado de continuar e não consegue alcançar um posto de controlo, deve ativar a operação de salvamento, sendo resgatado pela organização.

1. 20km Travessia Lisboa - Cascais

Controlo	Distância Km	6km/h	4.5 km/h	3.5km/h	3.0 km/h	2.5km/h	Fecho Controlo
Pedrouços	0	00:01:00* 11:00:00	00:1:20* 11:00:00	00:01:43* 11:00:00	00:02:00* 11:00:00	00:02:24* 11:00:00	—
Alto da Boa Viagem	5km	00:50:00 11:50:00	01:06:40 12:06:40	01:25:43 12:25:43	01:40:00 12:40:00	02:00:00 13:00:00	—
INATEL Oeiras	10km	01:40:00 12:40:00	02:13:20 13:13:20	2:51:26 13:51:26	03:20:00 14:20:00	04:00:00 15:00:00	15:15
Carcavelos (foz rio)	12,5km	02:05:00 13:05:00	02:46:40 13:46:40	3:34:17 14:34:17	04:10:00 15:10:00	05:00:00 16:00:00	—
S. Pedro do Estoril	15 km	02:30:00 13:30:00	03:20:00 14:20:00	4:17:09 15:17:09	05:00:00 16:00:00	06:00:00 17:00:00	17:00
S. João do Estoril	17,5	02:55:00 13:55:00	03:53:20 14:53:20	5:00:00 16:00:00	05:50:00 16:50:00	07:00:00 18:00:00	18:00
Cascais	20,7	03:27:00 14:27:00	04:36:00 15:36:00	5:55:21 16:55:21	06:54:00 17:54:00	08:16:48 19:16:48	—

2. 10km

Controlo	Distância Km	4.5km/h	4.0 km/h	3.5km/h	3.0 km/h	2.5km/h	Fecho Controlo
Praia da Torre	0	00:1:20* 10:10:00	00:1:30* 10:10:00	00:01:43* 10:10:00	00:02:00* 10:10:00	00:02:24* 10:10:00	—
Carcavelos (foz rio)	2,0	00:26:40 10:36:40	00:30:00 10:40:00	00:34:17 10:44:17	00:40:00 10:50:00	00:48:00 10:58:00	—
S. Pedro do Estoril	4,5	01:00:00 11:10:00	01:07:30 11:17:30	01:17:09 11:27:09	01:30:00 11:40:00	02:07:12 12:17:12	—
S. João do Estoril	7	01:33:20 11:43:20	01:45:00 11:55:00	2:00:00 12:10:00	02:20:00 12:30:00	02:48:00 12:58:00	11:00
Cascais	10	02:13:20 12:23:20	02:30:00 12:40:00	2:51:40 13:01:40	03:20:00 13:30:00	04:00:00 14:10:00	12:15

g) Cronometragem

- Será utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos. Nos postos de controlo existirá uma estação eletrónica que registará a passagem dos atletas de acordo com o seu número.
- Além do controlo eletrónico existente nos postos de abastecimento, haverá igualmente controlo eletrónico/manual de registo de passagem nos postos de segurança que estarão em alguns pontos estratégicos do percurso.

1. Cronometragem Intermédia

Para controlo de prova de 20km, existe cronometragem aos 5km, 10km, e 15km

Arbitragem

A arbitragem da prova é assegurada pela ANL cumprindo-se os regulamentos da World Aquatics e da própria Federação Portuguesa de Natação para a mesma tipologia de provas.

Classificações

A idade considerada para as classificações é a idade que o atleta terá no dia 31 de dezembro do ano em que a prova decorre.

a) Individuais

A classificação individual será dividida da seguinte forma:

1. Profissionais Masculina e Feminina
2. Absoluta Feminina
3. Absoluta Masculina
4. Escalões Masculinos
5. Escalões Femininos

Prova	Escalão		Ano de Nascimento
	Feminino	Masculino	
KIDS 400m	KIDS I (13 a 14 anos)		2011 - 2012
	KIDS II (11 a 12 anos)		2013 - 2014
KIDS 200m	KIDS III (9 a 10 anos)		2015 - 2016
•1km •1.9km •3.8km •5km	14-15	-	2010 - 2011
	-	15	2010
	16-17		2008 - 2009
•1km •1.9km •3.8km •5km •10km •20km	18-19		2005 - 2007
	20-24		2001-2005
	25-34		1991-2000
	35-44		1981 - 1990
	45-54		1971 - 1980
	55-64		1961 - 1970
	65-74		1951 - 1960
	75-84		1941 - 1950
	>85		Até 1940
•5km •10km	Águas Abertas 20+		Nascidos antes de 2005

b) Equipas

- A classificação de equipas está dividida em 2 grupos, de acordo com as distâncias das provas.

Portugal Champion	Open Tri Champion
20km; 10km; 5km	3.8km; 1.9km; 1km

- A classificação de cada grupo existe para equipas que competiram com cinco ou mais atletas nas provas respetivas.
- Apenas atletas que terminam a prova e são classificados pontuam para a classificação de equipas respetiva.
- A classificação de equipas é obtida pela soma dos pontos obtidos por cada elemento da equipa, de acordo com o seu rank em cada prova, da forma exemplificada na seguinte tabela:

RANK	PONTOS
1°	50 pontos
2°	49 pontos
3°	48 pontos
4°	47 pontos
...	...
A partir do 50° lugar, é atribuído 1 ponto por participante	

- A equipa com mais pontos é considerada vencedora.

Prémios

- Todos os atletas que terminarem a prova receberão uma medalha de participação.
- Serão premiados, na cerimónia de entrega de prémios, os seguintes classificados:

PROVA	Título Anual	PRO Masculino	PRO Feminino	Abs Masculinos	Abs Femininos	Escalões (Fem. e Masc.)	Equipas
20km	1º (Masc + Fem)	1º, 2º 3º	1º, 2º 3º	1º, 2º 3º	1º, 2º 3º	-	1º, 2º, 3º
10km	-			1º, 2º 3º	1º, 2º 3º	1º	
5km	-			1º, 2º 3º	1º, 2º 3º	1º	
3.8km	-			1º, 2º 3º	1º, 2º 3º	1º	1º, 2º, 3
1.9km	-			1º, 2º 3º	1º, 2º 3º	1º	
1km	-			1º, 2º 3º	1º, 2º 3º	-	
KIDS 400m	-			-	-	1º, 2º 3º	-
KIDS 200m	-			-	-	1º, 2º 3º	-

Informações Adicionais

a) Bengaleiro

- A organização disponibilizará um espaço de bengaleiro para os itens pessoais dos atletas.
- No caso das provas que têm partida em Belém, Oeiras e S. Pedro do Estoril este espaço estará disponível no local de partida, sendo posteriormente transportado pela organização até ao local da meta – dentro da EXPO, à frente da Praia dos Pescadores - , onde poderá ser levantado.
- Nas restantes provas, o bengaleiro estará permanentemente localizado na EXPO, à frente da Praia dos Pescadores.
- Nenhum item deixado no bengaleiro após o horário de funcionamento será enviado por correio para os atletas.

b) Transporte Atletas

- A organização prevê disponibilizar aos atletas que participaram nas provas de 20km, 10km e 5km um transporte desde a zona de meta na Praia dos Pescadores em Cascais, e o ponto de partida de cada prova.
- Este serviço estará disponível em dois momentos: antes do início das provas, e entre a chegada do primeiro atleta de cada prova e depois do fim da cerimónia de prémios. Horários mais específicos serão comunicados aos atletas mais perto do dia de prova.
- O ponto de encontro do transporte será na paragem de autocarros na Av. 25 de Abril, em Cascais ([ver localização](#))

Política de Privacidade e Segurança

- Os dados recolhidos para efeitos de inscrição são geridos pela empresa prestadora do serviço de inscrições, seguindo a sua política de Privacidade e Proteção de Dados.
- Ao inscrever-se, o participante assume conhecer e aceitar a sua Política de Privacidade e Proteção de Dados.
- É garantido aos participantes, nos termos da lei, o acesso aos seus dados, podendo solicitar por escrito junto da organização a sua atualização, correção ou eliminação.

Protestos

- Serão aceites pela organização todos os protestos realizados por escrito (pelo responsável pela inscrição ou o atleta individual) e desde que até 15 minutos após a publicação dos resultados. Terão que ser submetidos por escrito pelo responsável pela inscrição ou o atleta individual;
- A apresentação de um protesto implica o pagamento da importância de 20€, reembolsável no caso do mesmo acolher decisão favorável;
- Sempre que seja apresentado um protesto será constituído um Júri de Apelo, composto pelo Diretor da Prova e Juiz árbitro;
- O Júri de Apelo reunirá e deliberará de imediato, não sendo a sua decisão passível de recurso.



Casos Omissos

Os casos omissos neste Regulamento serão resolvidos pela Organização.



SWIM GP

**SWIM GRAND PRIX
PORTUGAL**

**REGULATIONS
2025**

Índex

Índex	2
Introduction	4
Event Schedule	5
Registrations	7
a) Registration Fees and Stages	7
b) Team Discount	8
c) Registration requirements (20km and 10km races)	8
1. Race 20km – Travessia Lisboa - Cascais	8
d) Registration includes	8
e) Documents	9
f) Licences	9
1. Federated Athletes	9
2. Non-Federated Athletes	9
3. Kayaker	9
4. Exemptions	9
g) Cancellation Insurance	9
h) Registration refund	10
i) Postponement of registration	10
j) Change of registration	10
k) Change of Enrolment Details	10
l) Kayaker	10
m) Medical Questionnaire	11
n) Term of Responsibility	11
o) Conditions of Participation	11
Race Courses	13
a) Saturday July 19th	13
1. 10km Travessia Oeiras - Cascais	13
2. 20km Travessia Lisboa - Cascais	14
3. KIDS	15
b) Sunday July 20th	16
a. 3.8km	16
b. 5km	16
c. 1.9km	17
d. 1km	17
General Rules	18
General Rules	20
a) Swimmers Race Equipment	20
1. Swim Cap	20
2. Wetsuit	20
3. Goggles	20

4. Chip	20
5. Markings / Tattoos	20
6. Watch	20
7. Dispositivo de Segurança Insuflável	20
8. Prohibited equipment	20
b) Kayak and Kayaker	21
1. Kayaks characteristics	21
2. Kayak communications and aid stations	21
3. Kayaker Support	21
c) Buoys on course	22
d) Start	22
1. On the beach	22
2. In the water	22
e) Finish line	22
1. On the beach	22
2. In the water	22
f) Checkpoints	23
1. 20km Travessia Lisboa - Cascais	23
2. 10km	24
g) Timing	24
1. Intermediate Timing	24
Referees	24
Classifications	25
a) Individuals	25
b) Teams	26
Awards	26
Additional Information	28
a) Cloakroom	28
b) Swimmers Shuttle	28
Privacy and Security Policy	28
Protests	28
Missing cases	28

Introduction

The Swim Grand Prix (Swim GP) is an open water swimming event with a variety of races, held exclusively in the water, complying with World Aquatics and FPN rules, or with starts, returns and finishes on land. The event is based in Cascais at Pescadores Beach, with starts in Lisbon - Belém, Oeiras -Torre Beach, S.Pedro do Estoril and Cascais.

The event includes races over the following distances:

- o 20km Travessia Lisboa - Cascais
- o 10km Travessia Oeiras - Cascais
- o 5km
- o 3.8km
- o 1.9km
- o 1km
- o KIDS (400 m e 200 m)

The event is organised by Atleta Completo Association in partnership with 3Iron Sports and Cascais City Council, Oeiras City Council, Lisbon City Council, the Portuguese Swimming Federation, the Lisbon Swimming Association, the Cascais and Lisbon Port Captaincies and the Lisbon Port Administration

The Swim GP starts on Saturday July 19th with the opening of the race office and ends on Sunday July 20th at Pescadores Beach in Cascais with the award ceremonies.

Website:

www.swimgp.com

Contacts:

registrations@swimgp.com

Event Schedule

Friday, July 18th

15:00	Press Conference	<i>Padrão dos Descobrimentos</i>
15:00 – 18:00	Accreditation for 20km and 10kmm races	<i>Belém Dock</i>
16:00	Briefing 20km	<i>Padrão dos Descobrimentos</i>
17:00	Briefing 10km	<i>Padrão dos Descobrimentos</i>

Saturday, July 19th

08:00 – 09:30	Accreditation at the 10km race office (No last minute changes or registrations allowed)	<i>Torre Beach</i>
08:30 – 10:30	Accreditation at the 20km race office (No last-minute changes or registrations allowed)	<i>Padrão dos Descobrimentos</i>
09:45	Athletes Call 10km	<i>Torre Beach</i>
10:00	Event Anthem 10km	<i>Torre Beach</i>
10:10	Start 10km	<i>Torre Beach</i>
10:40	Athletes Call 20km	<i>Belém Dock</i>
10:50	Event Anthem 20km	<i>Belém Dock</i>
11:00	Start 20km Men	<i>Belém Dock</i>
11:05	Start 20km Woman	<i>Belém Dock</i>
12:00 – 19:30	Opening of the race office 5km, 3.8km, 1.9km, 1km and KIDS	<i>Pescadores Beach</i>
12:00 – 19:30	Merchandising and EXPO	<i>Pescadores Beach</i>
12:25	Estimated arrival of the first athlete in the 10km race	<i>Pescadores Beach</i>
12:40	Flower ceremony for the 10km race (depending on the arrival time of the 3rd athlete in each gender)	<i>Pescadores Beach</i>
14:25	Expected arrival of the last athlete in the 10km race	<i>Pescadores Beach</i>
14:40	Award ceremony for the 10km race	<i>Pescadores Beach</i>
14:40	Expected arrival of the last athlete in the 20km race	<i>Pescadores Beach</i>
16:00	Flower ceremony for the 20km race (depending on the arrival time of the 3rd athlete in each gender)	<i>Pescadores Beach</i>
16:30	Briefing KIDS races	<i>Pescadores Beach</i>
17:00	Start KIDS races	<i>Pescadores Beach</i>
17:30	Award Ceremony KIDS races	<i>Pescadores Beach</i>
19:25	Expected arrival of the last athlete in the 20km race	<i>Pescadores Beach</i>

Sunday, July 20th

06:30 – 07:45	Accreditation at the 3.8km race office (No last minute registrations allowed)	<i>Pescadores Beach</i>
07:45	Briefing 3.8km	<i>Pescadores Beach</i>
08:00	Start 3.8km	<i>Pescadores Beach</i>
08:00 - 09:00	Accreditation at the 5km race office (No last minute registrations allowed)	<i>S. Pedro Beach</i>
09:00	Briefing 5km	<i>S. Pedro Beach</i>
09:15	Start 5km	<i>S. Pedro Beach</i>
09:30 – 11:15	Accreditation at the 1.9km race office (No last minute registrations allowed)	<i>Pescadores Beach</i>
11:15	Briefing 1.9km	<i>Pescadores Beach</i>
11:30	Start 1.9km	<i>Pescadores Beach</i>
11:00 - 12:15	Accreditation at the 1km race office (No last minute registrations allowed)	<i>Pescadores Beach</i>
12:15	Briefing 1km	<i>Pescadores Beach</i>
12:30	Start 1km	<i>Pescadores Beach</i>
09:00 – 14:00	Merchandising and EXPO	<i>Pescadores Beach</i>
13:15	Awards ceremony for the 5km, 3.8km, 1.9km and 1km races Team Awards Ceremony for the 20km, 10km and 5km races and the 3.8km, 1.9km and 1km races	<i>Pescadores Beach</i>

Registrations

a) Registration Fees and Stages

			Stage 1	Stage 2	Stage 3	Team Discount
Day	Race	Limitations	<i>From registration opening and 30 of April</i>	<i>From May 1 to June 15</i>	<i>From June 16 to July 16</i>	<i>Teams with more than 20 registrations</i>
July 19th	20km	120	150€	170€	200€ <i>*registrations close June 30</i>	Not applicable
	10km	140	80€	90€	100€	5%
July 20th	5km	170	40€	50€	60€	5%
	3.8km	120	35€	45€	55€	5%
	1.9km	200	20€	30€	40€	5%
	1km	100	15€	20€	25€	5%
July 19th	KIDS	50	5€	7€	10€	Not applicable
Insurance						
Ensurance (See details)	Licenced athletes from Federação de Triatlo de Portugal					Included in registration
	Non Licenced athletes					7€

EXTRA ITEMS	
Cancellation Insurance	20€
Kayak Renting <i>(only 20km)</i>	60€
Kayaker Service Renting <i>(only 20km)</i>	120€
Renting Kayak + Kayaker <i>(only 20km)</i>	180€

- Registrations must be made online at www.swimgp.com by 23h59 on July 16th (with the exception of the 20km race, which closes on June 30th at 23h59);
- The registration fee indicated above is associated with a fee - Payment Fee - charged by the registration platform - according to the payment method chosen when registering online
- Registrations are only considered valid once payment has been made and confirmed;

- Registrations for each race close on July 16th at 23h59 (those for the 20km race close on June 30th at 23h59), or at an earlier date if the registration limit for the respective race has been reached;
- The athlete's age group is defined by their age on 31 December of the current year..

b) Team Discount

The Team Discount is valid for a collective entry of 20 or more swimmers from the same club and registered at the time of entry, provided they are made during the normal entry period (last minute registrations are not included).

The discount does not apply to the 20km race or the KIDS race.

The discount is limited to 1 race per athlete.

c) Registration requirements (20km and 10km races)

The athlete must have finished an open water race between 01-01-2019 and the date of registration.

1. Race 20km – Travessia Lisboa - Cascais

- The swimmer must have finished an open water race with a minimum distance of 10km;

The athlete must provide proof of these requirements when registering online. Failure to provide valid proof will invalidate the registration.

Athletes who have not provided proof of their times when registering must do so by the day of the race, either by e-mail or in person at the race office.

NOTE:

The organisation recommends that all swimmers taking part in the 10km race have completed an open water race with a minimum distance of 5km.

d) Registration includes

The registration fee includes

- Race participation
- Swim cap
- Finisher medal
- Kayaker's Personal Accident Insurance (for the 20km race)
- Swimmer's Personal Accident Insurance for all events. If federative insurance is presented and confirmed, the value of the insurance will be discounted.
- Finisher T-shirt for the 20km and 10km race. The remaining races have a t-shirt when they check-in, which should be picked up at the race partner's store located at the Cascais Marina (600m from Cascais Bay). The last entries will be subject to the sizes in stock.

e) Documents

To be accredited at the race office, athletes must present their photo ID and/or valid federation licences.

f) Licences

1. Federated Athletes

- The events are aimed at athletes with a valid licence from the Portuguese Swimming Federation or its international counterparts.
- Athletes licensed as Masters by the FPN must be licensed in Masters Open Water or, alternatively, participate as Non-Federated.
- All athletes with a valid federation licence to take part in the race must indicate at the time of registration which federation and licence number they hold.
- It is the athlete's responsibility to provide correct and valid information, as well as to ensure that their licence (including the sports medical examination) is valid for the year in which the race takes place. In the event of non-compliance, the organisation is not responsible for any accidents that may result from the athlete's participation in the race, nor for reimbursing the athlete's registration fee.

2. Non-Federated Athletes

- Athletes who do not have a valid federation licence to take part in the race must purchase Personal Accident Insurance at the time of registration, valid only for the day of the race.
- For these athletes, the organisation provides personal accident insurance in accordance with Decree-Law no. 10/2009

3. Kayaker

- For the 20km race, the accompanying canoeist's personal accident insurance is included in the entry fee.

4. Exemptions

- Athletes with a valid licence from the Portuguese Triathlon Federation are exempt from paying insurance
- Athletes registering for the KIDS category are exempt from paying insurance.

g) Cancellation Insurance

- When registering, the athlete can select the Cancellation Insurance option. This option allows them to request the cancellation of their registration and the refund of the registration fee.
- This insurance does not include the refund of the value of the insurance itself, the payment fee, or extra items purchased at the time of registration (including, but not limited to, race insurance for athletes not federated in Open Water Masters, in the Portuguese Swimming Federation, or international counterparts).

- Purchased non-refundable items (merchandising only) will be delivered exclusively to the race office, upon presentation of proof of purchase.
- **This insurance is only valid for cancellation requests made until July 12th (1 week before the race).**

h) Registration refund

- Once registration has been confirmed, it cannot be cancelled.
- A Registration fees may only be refunded to athletes who have purchased cancellation insurance at the time of registration ([see details on Cancellation Insurance](#)).
- There is no refund of the entry fee or any other amount paid by the athlete under any other circumstances, including, but not limited to, medical reasons.

i) Postponement of registration

- The request to postpone registration to the following year's edition is only possible if the race in which the athlete is registered is postponed or cancelled for reasons of force majeure and the athlete has collected their kit on the day of the race.
- In this case, all extra items purchased at the time of registration will be handed in with the athlete's kit at the race office.
- Only the entry fee is transferable to the following year's edition (insurance is not included).
- A request to postpone an entry is only valid if made via email within 30 days of the original date of the race.

j) Change of registration

- Registration is personal and non-transferable.
- If an athlete wishes to cancel their entry, it cannot be exchanged or transferred to another athlete, even if both belong to the same team/club.
- The organisation is not responsible for the participation and possible injuries/accidents of a person who improperly joins the event in place of a registered swimmer.
- If the organisation identifies an improper exchange of swimmers, those involved will be banned from the race and future editions.

k) Change of Enrolment Details

- Requests for changes to registration details will only be accepted if made by email by July 16th.
- The organisation reserves the right to approve changes to entry details and/or request supporting documentation to make them.

l) Kayaker

- In the 20km race, athletes have the option of bringing their own kayaker and kayak, renting a kayak, just the kayaker service, or both, to fulfil the requirement of having a companion along the route.

- The accompanying kayaker registration details must be filled in at the time of registration, or communicated to the organisation via email, by 23h59 on July 12th.
- Registration for the 20km race is only completed once the details of the accompanying canoeist have been confirmed.

m) Medical Questionnaire

- All participants must fill in the "**Relevant Medical Information**" field on the online registration form (or in person, in the case of last-minute registrations) if they have any medical condition relevant to their participation in the event.

n) Term of Responsibility

- Acceptance of the **Term of Responsibility** when registering online is compulsory for all races and replaces the paper term of responsibility.
- Completing and signing the paper Term of Responsibility is compulsory for last-minute entries for all races made at the race office.
- No entry is valid without acceptance of the Term of Responsibility.

o) Conditions of Participation

By registering for any of the races, the person responsible for each entry - the participant, coach (or parent/legal guardian if a minor) - recognises, understands and confirms that:

- It is the responsibility of each registered athlete to ensure that all the information entered when registering is correct and valid;
- It is the responsibility of each registered athlete to select a race for which they meet all the requirements demanded by the organisation. Any injury and/or accident resulting from the athlete's participation in a race where they do not fulfil these requirements is the athlete's responsibility;
- The athlete has prepared adequately, is fit to take part and has the physical and mental strength necessary to complete the race;
- All the athlete's medical information provided at registration may be shared with the event's medical team in order to safeguard the safety of all participants;
- The organisation is not responsible for any damage or accident suffered or caused as a result of misconduct, negligence, violation or failure to observe the regulations in force and/or the instructions of the arbitration and safety elements and rules (maritime police, firefighters, lifeguards and others);
- In the eventuality that you do not meet the time limit set for the race, the refereeing team may retrieve you from the water;
- For minors, the responsibility for their participation lies solely with the organisation they represent or their legal guardians in the case of individual registration;
- The athlete accepts the conditions of these regulations and the disclaimer, the text of which is reproduced below:

"By registering for this event, the athlete (or their parent/legal guardian if they are a minor) recognises that taking part in sporting events of this nature can be potentially dangerous and that they are aware that accidents may occur. You also declare that you are physically fit enough to take part in and complete the race you have signed up for, and that you are taking part in it of your own free will and in full knowledge of its rules and obligations, taking responsibility for your participation and not holding any person, company



or entity directly or indirectly involved in organising or promoting the event liable for any personal injury or material damage you may suffer during your participation. You also give your permission for the organiser or promoter of the event to use your name and image in photos, videos or other means of transmitting images."

a) Saturday July 19th

1. 10km Travessia Oeiras - Cascais



Point to point; Tide to ebb

Start: Torre Beach, Oeiras
In the water

Athlete Call: 09:45

Finish Line: Pescadores Beach, Cascais
In the water – Floating Arch

Aid Stations: 2

Buoys: alternating yellow and red colours; every 500 m (athletes must “give” their left shoulder to the buoy)

2. 20km Travessia Lisboa - Cascais



Point to point; Tide to ebb

Start: Belém Dock, Lisboa

In the water

Athlete Call: 10h40

Finish Line: Pescadores Beach, Cascais

In the water – Floating Arch

Aid stations: 4

Buoys alternating yellow and red colours; every 500 m (athletes must put their left shoulder to the buoy)

3. KIDS



400m

2 laps

Start Location: Pescadores Beach, Cascais
On the beach

Start: 17h00

Finish: Pescadores Beach, Cascais
On the beach

Buoys: 2 buoys to go round to the right
Return/Start of 2nd lap: the athlete leaves the water, walks a short distance on the sand and re-enters the water.

200m

1 lap

Start Location: Pescadores Beach, Cascais
On the beach

Start: 17h00

Finish: Pescadores Beach, Cascais
On the beach

Buoys: 2 buoys to go round to the right

b) Sunday July 20th

a. 3.8km

1 lap
Start Location: Pescadores Beach, Cascais
 On the beach
Start: 08h00
Finish: Pescadores Beach, Cascais
 On the beach
Buoys: 4 turning buoys
 21 signalling buoys every 170 m, first “give” left shoulder, the others on the right shoulder



b. 5km

Point to point
Start Location: S. Pedro Beach, S. Pedro do Estoril
 In the water
Start: 09:15
Finish: Pescadores Beach, Cascais
 In the water – floating arch
Buoys: at start 2 buoys to turn right
 11 signalling buoys every 300 m, to “give” on the left shoulder



c. 1.9km

1 lap

Start Location: Pescadores Beach, Cascais
On the beach

Start: 11:30

Finish: Pescadores Beach, Cascais
On the beach

Buoys: 2 turning buoys and 5 signalling buoys every 300 m, to be on the left shoulder



d. 1km

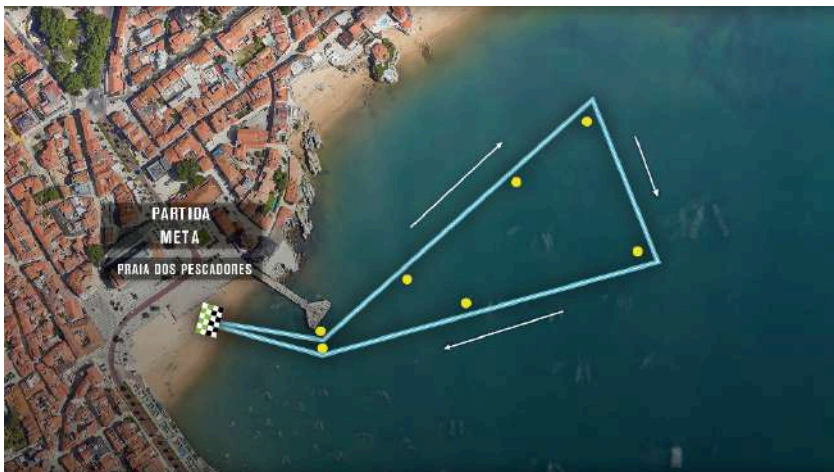
1 lap

Start Location: Pescadores Beach, Cascais
On the beach

Start: 12:30

Finish: Pescadores Beach, Cascais
On the beach

Buoys: 2 turn buoys and 2 signalling buoys every 300m, to be on the left shoulder



General Rules

RACE	20km	10km	5km	3.8km	1.9km	1km	KIDS
Minimum Age	18	18	14 (Fem) 15 (Masc)	14 (Fem) 15 (Masc)	14 (Fem) 15 (Masc)	14 (Fem) 15 (Masc)	9
Mximum age	-	-	-	-	-	-	14
Licences	The races are aimed at athletes with a valid licence from the Portuguese Swimming Federation (in Masters Open Water) or their international counterparts.						
	Athletes without a valid licence must purchase Personal Accident Insurance and complete the Medical Questionnaire at the time of registration.						
Use of wetsuit	18 a 21°C	18 a 21°C	18 a 20°C	18 a 20°C	18 a 20°C	18 a 20°C	18 a 20°C
Date	July 19	July 19	July 20	July 20	July 20	July 20.	July 19
Acreditation	08:30-10:30	08:00-09:30	08:00-09:00	06:30-07:45	09:30-11:15	11:00-12:15	12:00-16:30
Briefing/ Athletes call	10:40	09:45	09:00	07:45	11:15	12:15	16:30
Start schedule	11:00	10:10	09:15	08:00	11:30	12:30	17:00
Place	Lisboa	Oeiras	S. Pedro	Cascais	Cascais	Cascais	Cascais
Kind of start	In the water			On the beach			
Finish	Cascais	Cascais	Cascais	Cascais	Cascais	Cascais	Cascais
Kind of Finish line	In the water			On the beach			
Time limit to complete the race	08h00	03h00 (at 7 km)	02h30	02h00	01h00	00h45	-
Aid Stations	Before departure for the 20km, 5km and 10km (by boat); 13.5km and 17km (on platform)	3km; 6,5km;	-	-	-	-	-
Laps	Point to point	Point to point	Point to point	1 lap	1 lap	1 lap	400 m 2 laps
							200 m 1 lap
Minimum number of participants	-	-	-	-	-	-	-
Maximum number of participants	120	140	170	120	200	100	50

- The organisation will provide all the support and security needed to hold and monitor the race. To this end, the organisation will have the support of Cascais Town Council, Oeiras Town Council and Lisbon Town Council, the Lisbon Swimming Association; the Maritime Police, the Fire Brigade, the

ISN and the necessary canoeists. The organisation will ensure that a specialised medical team accompanies the event.

- The organisation is not responsible for any damage or accidents that participants suffer or cause during the race as a result of misconduct, negligence or violation by the participant of any of the safety rules laid down for the competition.
- The organisation reserves the right to prevent all individuals from taking part in the race or to stop them along the route if they do not have the technical and physical conditions to finish the race safely.
- The organisation reserves the right to remove any swimmer from the water to guarantee their safety and whenever one of the following conditions occurs:
 - Demonstration of extreme fatigue, dehydration, hypothermia, extremely slow pace, or any other sign that prevents the participant from swimming normally.
 - Swimmers who do not follow the organisation's safety instructions.
 - Adverse weather and sea conditions.
 - Withdrawal of the accompanying canoeist from the 20km ultramarathon race.
- The organisation reserves the right to prevent participation in the race or to collect during the race all individuals who behave in an unsportsmanlike manner, put safety at risk or disrespect other participants, the public or members of the organisation and referees. Attempting to take part in a race in which you are not registered will be penalised with the athlete being suspended for subsequent editions.
- If necessary and depending on the number of entrants and the weather and sea conditions, the organisation may choose to hold separate starts by gender.
- The organisation reserves the right to modify/cancel/suspend/stop the race (due to extremely adverse weather conditions or other reasons of force majeure). In these cases, the organisation will try to reschedule the race for a new date convenient for the event. If the race is rescheduled, athletes who have collected their athlete's kit on the original race day may request that their registration be postponed to the next edition. Athletes eligible for a postponement must make their request no later than 60 days after the original date of the event.
- The organisation reserves the right to adjust race distances in the event of extreme necessity (extremely adverse weather conditions or for other reasons of force majeure), or to combine several races into one, and may therefore change the starting distance of the race not held at its original time.
- The organisation reserves the right to change the routes and distances of all races.

a) Swimmers Race Equipment

1. Swim Cap

It is compulsory to wear the official race cap provided by the organisers at the time of registration.

2. Wetsuit

It is permitted under FPN rules if the sea water temperature is below 20°C. If the water temperature is below 18°C, the use of a wetsuit is compulsory.

Exceptionally, for the 20km and 10km races, the use of a wetsuit is permitted if the water temperature is below 21°C.

The water temperature is calculated by measuring the water at 3 different points along the route, with the official temperature being defined as the lowest measurement.

Suit construction: Textile suits may not extend beyond the wrists, neck and ankles, and all other requirements comply with the specifications for swimming pool suits.

*Note: Isothermal suits are suits that produce thermal insulation. Isothermal suits, for both men and women, must cover the torso, back, shoulders and knees, but may not extend beyond the neck, ankles and wrists.

1. Socks and collars: the use of socks and collars is optional for all races, as long as they do not help the athlete's propulsion

3. Goggles

optional

4. Chip

mandatory use. Chips are given out by the organisers before entering the start box, except for the Kids race.

5. Markings / Tattoos

- (i) Athletes not wearing wetsuits will be marked with numbers on their backs, arms and hands.
- (ii) Athletes wearing wetsuits will be marked with numbers on their hands.

6. Watch

the use of a watch is permitted

7. Dispositivo de Segurança Insuflável

not permitted in the 20km, 3.8km, 1.9km and 1km races. Compulsory in the 10km and 5k races.

8. Prohibited equipment

swimmers are not allowed to use materials or objects that aid buoyancy, propulsion and breathing, such as, but not limited to: pullbuoys, fins and snorkels.

b) Kayak and Kayaker

- Athletes who choose to hire a kayak, with or without a kayaker, must be present at the start area on the day of the race 30 minutes before the athletes are called to collect their gear (8:00).
- Canoeists will only be able to access the start area and the water by presenting the identification card given to them at registration.
- All kayaks must be identified with their athlete number sticker, which will be given at the time of accreditation.

1. Kayaks characteristics

- Sit on top single-seater or two-seater
- Maximum length of 3.6 metres

2. Kayak communications and aid stations

- The kayaker must have a means of mobile communication, be reachable and have a power-bank system that allows them to recharge their mobile phone, as well as mobile phone protection for the water.
- For fuelling purposes, the kayaker may carry a Feeding Stick to bring the drinks and food closer to the athlete without them coming into contact with the boat. This extender is the responsibility of the kayaker and must have the following characteristics:
 - may not exceed 5 metres
 - there has to be at least 1 cup at the Feeding stick
 - there must be no dangling wires or anything that the swimmer could get hold of or create a risk of embarrassment
- Refuelling for the 20km race is carried out exclusively by the kayaker, who is authorised to collect the refuelling he wants at the Aid Stations, or be accompanied by the selection of refuelling chosen by the athlete at the start of the race, to be carried in the kayak;
- Athletes' support teams or individual refuellers will not be allowed to be at the fixed aid stations. The organisation will be solely responsible for delivering refuelling to the athletes or, in the case of the 20km race, to the canoeists accompanying the athletes.

3. Kayaker Support

- The kayaker must always keep up with the athlete at their speed, without leading, staying at their side at a distance that does not interfere with their performance. They can, however, talk to the swimmer and give indications to help them navigate the course buoys.
- Athletes are not allowed to lean on the boat, which will result in disqualification.

c) Buoys on course

All the marker buoys on the course must be rounded as indicated (both on the race map and in the explanation during the pre-race briefing) under penalty of disqualification.

d) Start

1. On the beach

- Athletes must present themselves at the start box on land to check their "athlete number" in a delimited area - before entering the water.
- No participant may enter the start area without checking their "athlete number".

2. In the water

- Once all the athletes have been accounted for, and after the race briefing, they will be directed into the water.
- Access to the control box closes 10 minutes before the start time. No athlete may enter the water after the closing time of the control box.
- After the mini-briefing on site, the starting gun will be fired with all the athletes present lined up.
- At the start area, the clock will start ticking at the established time, with or without all registered athletes present.

e) Finish line

1. On the beach

- It is only considered when the athlete crosses the imaginary perpendicular line to the finish line under the finish line arch with their torso.

2. In the water

- It is only considered when the athlete touches the finish area of the floating finish arch with their hand

f) Checkpoints

- The checkpoints are crossing points and are located in places outlined by the organisation. At each of these checkpoints there will be an official from the organisation.
- Failure to pass through one or more checkpoints will lead to disqualification.
- Any withdrawals must be made at the checkpoints. In the event of an accident or injury in which the participant is unable to continue and cannot reach a checkpoint, they must activate the rescue operation and be rescued by the organisation.

1. 20km Travessia Lisboa - Cascais

Checkpoints	Km	6km/h	4.5 km/h	3.5km/h	3.0 km/h	2.5km/h	Checkpoint closing time
Pedrouços	0	00:01:00* 11:00:00	00:1:20* 11:00:00	00:01:43* 11:00:00	00:02:00* 11:00:00	00:02:24* 11:00:00	—
Alto da Boa Viagem	5km	00:50:00 11:50:00	01:06:40 12:06:40	01:25:43 12:25:43	01:40:00 12:40:00	02:00:00 13:00:00	—
INATEL Oeiras	10km	01:40:00 12:40:00	02:13:20 13:13:20	2:51:26 13:51:26	03:20:00 14:20:00	04:00:00 15:00:00	15:15
Carcavelos (foz rio)	12,5km	02:05:00 13:05:00	02:46:40 13:46:40	3:34:17 14:34:17	04:10:00 15:10:00	05:00:00 16:00:00	—
S. Pedro do Estoril	15 km	02:30:00 13:30:00	03:20:00 14:20:00	4:17:09 15:17:09	05:00:00 16:00:00	06:00:00 17:00:00	17:00
S. João do Estoril	17,5	02:55:00 13:55:00	03:53:20 14:53:20	5:00:00 16:00:00	05:50:00 16:50:00	07:00:00 18:00:00	18:00
Cascais	20,7	03:27:00 14:27:00	04:36:00 15:36:00	5:55:21 16:55:21	06:54:00 17:54:00	08:16:48 19:16:48	—

2. 10km

Checkpoint	Km	4.5km/h	4.0 km/h	3.5km/h	3.0 km/h	2.5km/h	Checkpoint closing time
Torre Beach	0	00:1:20* 10:10:00	00:1:30* 10:10:00	00:01:43* 10:10:00	00:02:00* 10:10:00	00:02:24* 10:10:00	—
Carcavelos (foz rio)	2,0	00:26:40 10:36:40	00:30:00 10:40:00	00:34:17 10:44:17	00:40:00 10:50:00	00:48:00 10:58:00	—
S. Pedro do Estoril	4,5	01:00:00 11:10:00	01:07:30 11:17:30	01:17:09 11:27:09	01:30:00 11:40:00	02:07:12 12:17:12	—
S. João do Estoril	7	01:33:20 11:43:20	01:45:00 11:55:00	2:00:00 12:10:00	02:20:00 12:30:00	02:48:00 12:58:00	11:00
Cascais	10	02:13:20 12:23:20	02:30:00 12:40:00	2:51:40 13:01:40	03:20:00 13:30:00	04:00:00 14:10:00	12:15

g) Timing

- An electronic time control system will be used. At the checkpoints there will be an electronic station that will record the passage of athletes according to their number.
- In addition to the electronic checkpoints at the petrol stations, there will also be electronic/manual checkpoints at security checkpoints at strategic points along the route.

1. Intermediate Timing

To control the 20km race, there is timing at 5km, 10km and 15km.

Referees

The event is refereed by ANL and complies with the regulations of World Aquatics and the Portuguese Swimming Federation for the same type of event.

Classifications

The age considered for classifications is the age the athlete will be on 31 December of the year in which the race takes place.

a) Individuals

The individual classification will be as follows:

1. Professionals Men and Woman (if existing)
2. Women's Overall
3. Men's Overall
4. Men's Age - group
5. Women's Age - group

Race	Age - group		Born
	Womens	Men	
KIDS 400m	KIDS I (13 a 14 anos)		2011 - 2012
	KIDS II (11 a 12 anos)		2013 - 2014
KIDS 200m	KIDS III (9 a 10 anos)		2015 - 2016
•1km •1.9km •3.8km •5km	14-15	-	2010-2011
	-	15	2010
	16-17		2008 - 2009
•1km •1.9km •3.8km •5km •10km •20km	18-19		2005 - 2007
	20-24		2001-2005
	25-34		1991-2000
	35-44		1981 - 1990
	45-54		1971 - 1980
	55-64		1961 - 1970
	65-74		1951 - 1960
	75-84		1941 - 1950
	>85		Until 1940
•5km •10km	Open Water's 20+		Born before 2005

b) Teams

- The team classification is divided into 2 groups according to the race distances.

Portugal Champion	Open Tri Champion
20km; 10km; 5km	3.8km; 1.9km; 1km

- The classification of each group exists for teams that competed with five or more athletes in the respective events.
- Only athletes who finish the race and are classified score points in the respective team classification.
- The team classification is obtained by adding up the points obtained by each team member, according to their rank in each race, as shown in the following table:

RANKING	POINTS
1°	50
2°	49
3°	48
4°	47
...	...
From 50th place, 1 point per swimmer	

- The team with more points is the winner

Awards

- All swimmers who finish the race will receive a participation medal.
- The following will be honored at the awards ceremony:

RACE	Title	PRO M	PRO W	Overall M	Overall W	Age - Groups M/W	Teams
20km	1° (M + W)	1°, 2° 3°	1°, 2° 3°	1°, 2° 3°	1°, 2° 3°	-	1°, 2°, 3°
10km	-			1°, 2° 3°	1°, 2° 3°	1°	
5km	-			1°, 2° 3°	1°, 2° 3°	1°	
3.8km	-			1°, 2° 3°	1°, 2° 3°	1°	1°, 2°, 3
1.9km	-			1°, 2° 3°	1°, 2° 3°	1°	
1km	-			1°, 2° 3°	1°, 2° 3°	-	
KIDS 400m	-			-	-	1°, 2° 3°	-
KIDS 200m	-			-	-	1°, 2° 3°	-

Additional Information

a) Cloakroom

- The organisation will provide a cloakroom for athletes' personal items.
- In the case of races starting in Belém, Oeiras and S. Pedro do Estoril this space will be available at the starting point and will then be transported by the organisation to the finish line - inside the EXPO, in front of Pescadores Beach - where it can be picked up.
- For the rest of the races, the cloakroom will be permanently located at the EXPO, in front of Pescadores Beach.
- No items left in the cloakroom after opening hours will be sent by post to the athletes.

b) Swimmers Shuttle

- The organisation plans to provide athletes taking part in the 20km, 10km and 5km races with transport from the finish line at Pescadores Beach in Cascais to the starting point of each race.
- This service will be available at two times: before the start of the races, and between the arrival of the first athlete in each race and the end of the awards ceremony. More specific times will be communicated to athletes closer to the day of the race.
- The transport will meet at the bus stop at Av. 25 de Abril in Cascais ([see location](#)).

Privacy and Security Policy

- The data collected for enrolment purposes is managed by the company providing the enrolment service, following its Privacy and Data Protection policy.
- By registering, the participant agrees to be aware of and accept its Privacy and Data Protection Policy.
- Participants are guaranteed access to their data under the terms of the law and may request in writing that the organisation update, correct or delete it.

Protests

- All protests made in writing (by the person responsible for registration or the individual athlete) will be accepted by the organisation, provided that they are made within 15 minutes of the publication of the results. They must be submitted in writing by the person responsible for registration or the individual athlete;
- Filing a protest requires the payment of €20, which is refundable if the protest receives a favourable decision;
- Whenever a protest is lodged, a Jury of Appeal will be set up, made up of the Race Director and Judge Referee;
- The Jury of Appeal will meet and deliberate immediately, and its decision cannot be appealed.

Missing cases

Any cases not covered by these Regulations will be resolved by the Organisers.