



**SUPER LEAGUE TRIATHLON INDOOR EXPERIENCE 2020**  
**REGULAMENTO**  
**Categoria Elite**

**I-) ASPECTOS GERAIS**

1. O SUPER LEAGUE TRIATHLON INDOOR EXPERIENCE é um circuito de triathlon composto de etapas classificatórias e uma etapa final.
2. Em todas as etapas, inclusive na final, a prova é disputada por todos os atletas em formato Enduro, marca registrada do Super League Triathlon em que as 3 disciplinas são feitas mais de uma vez, da seguinte forma: 5 minutos de natação, 15 minutos de ciclismo, 10 minutos de corrida, 5 minutos de natação, 15 minutos de ciclismo, 10 minutos de corrida.
3. Dado que o tempo é fixo, o critério competitivo é a maior distância percorrida, somando-se todas as disciplinas, menos o tempo das cinco transições, que pode ser traduzido na fórmula:

**Pontuação = Distância total percorrida – Tempo das transições**

O detalhamento do cálculo será apresentado mais adiante neste regulamento, no item TRANSIÇÕES.

4. A competição será disputada individualmente.

Cada atleta de elite só poderá participar de uma etapa classificatória.

A pontuação obtida pelo atleta na prova classificatória o posicionará no ranking individual masculino ou feminino, sem distinção por faixa-etária.

Ao final das etapas classificatórias, os 3 atletas da elite do sexo masculino e os 3 atletas da elite do sexo feminino que estiverem liderando os respectivos rankings estarão classificados para a grande final.

Nesta fase classificatória, caso a pontuação final de dois atletas seja idêntica, o critério de desempate será o atleta que tiver percorrido a maior distância total nas 6 disciplinas.

Na final, os 3 atletas de cada sexo farão a prova novamente.

Os atletas que obtiverem a maior pontuação na prova final serão os campeões individuais masculino e feminino.

Na final, caso a pontuação de dois atletas seja idêntica, o critério de desempate será a maior distância percorrida na prova final e, se persistir o empate, a maior pontuação obtida na fase classificatória, e por fim, a maior distância percorrida na classificatória.

Caso os atletas classificados não possam competir na grande final, serão convidados os atletas que estiverem nas posições subsequentes no ranking.

5. Atletas amadores terão uma competição exclusiva, logo não participarão da competição da elite.

6. As etapas classificatórias acontecerão nas seguintes datas: 29/agosto, 12/setembro, 26/setembro, 17/outubro, 07/novembro de 2020.

A organização se reserva o direito de incluir novas etapas classificatórias a qualquer tempo.

A Etapa Final acontecerá dia 05/dezembro/2020.

Na hipótese de paralisação total ou parcial da execução do Evento, em razão de segurança e saúde nacional, a organização avaliará a melhor alternativa, podendo ser adiado ou cancelado o Evento ou suas etapas.

7. Todas as etapas do evento, classificatórias e final, serão realizadas na sede da Ultra Sports Science, localizada na Rua Iraúna, 195, São Paulo, SP.
8. A participação dos atletas de elite se dará mediante convite da organização, que avaliará individualmente casos de atletas interessados em participar.
9. Os atletas de elite estão isentos de pagar qualquer valor de inscrição.
10. Caso o atleta desista de participar, deve informar a organização o mais rápido possível, através do e-mail [falecom@vegasports.com.br](mailto:falecom@vegasports.com.br), ou pelo telefone 011 99272-9689.
11. O Kit do atleta será entregue no dia da prova e é composto por: uma camiseta, um número de peito, uma medalha de finisher e uma touca, que deve ser utilizada obrigatoriamente sempre que o atleta for nadar. Outros brindes e benefícios podem ser incluídos ao longo da realização do evento.
12. A premiação da elite será da seguinte forma:
  - 1º colocado Masculino: R\$ 1.000,00
  - 2º colocado Masculino: R\$ 500,00
  - 1º colocado Feminino: R\$ 1.000,00
  - 2º colocado Feminino: R\$ 500,00
13. Diante da pandemia da COVID-19, a organização informa que irá seguir todas as recomendações das autoridades de saúde que envolvem mas não se limitam a:
  - Medição de temperatura na chegada do atleta;
  - Oferecer dispensers com álcool 70% em gel espalhados pelo ambiente;
  - Distanciamento entre os atletas e os equipamentos;
  - Higienização dos equipamentos e ambiente entre cada bateria;
  - Obrigatoriedade do uso de máscaras para todas as pessoas envolvidas na organização;
  - **Obrigatoriedade do uso de máscara para todos os atletas durante todo o tempo que permanecerem no local do evento, inclusive durante a prova, na prática do ciclismo e corrida, utilizando sua própria máscara.**
  - Não será permitida a permanência no local da prova faltando mais de 1 hora para o início da bateria em que o atleta estiver inscrito, ou mais de 30 minutos após realizá-la.
  - Não será permitida a entrada de acompanhantes.
14. Fica eleito o foro da comarca de São Paulo, com renúncia expressa de qualquer outro, por mais privilegiado que seja, para nele serem dirimidas quaisquer dúvidas oriundas do presente regulamento.

## II-) REGRAS TÉCNICAS GERAIS

15. A largada da prova será feita por meio de baterias, de acordo com o horário designado pela organização. Em cada bateria largarão 3 atletas e a cada 5 minutos.
16. Os horários das baterias nas etapas classificatórias serão os seguintes: 7h00, 8h20, 9h40, 11h00 e 12h20. A organização se reserva o direito de abrir novas baterias no período da tarde, que serão divulgados na página do evento no [www.ticketagora.com.br](http://www.ticketagora.com.br).

Os horários das baterias na etapa final serão os seguintes:

- 7h00: Trio finalista Amador em 2º do ranking das classificatórias
- 8h30: Trio finalista Amador em 1º do ranking das classificatórias

10h00: Final Individual Feminina Amador  
11h30: Final Individual Masculina Amador  
14h00: Final Individual Feminina Elite  
15:30: Final Individual Masculina Elite

A organização se reserva no direito de alterar previamente os horários das baterias para privilegiar a dinâmica do evento. Se isso ocorrer, os atletas envolvidos serão previamente informados.

**17.** Considerando o horário inicial de largada de cada bateria, recomenda-se que os atletas cheguem com 30 a 45 minutos de antecedência do horário da bateria em que forem competir. O acesso e permanência nos locais de prática da natação, ciclismo e corrida serão limitados ao menor tempo possível para evitar aglomerações por conta da COVID-19. Não serão tolerados atrasos a fim de preservar a pontualidade de todas as baterias.

**18.** Antes de iniciar a prova, os atletas serão pesados, para que os dados sejam imputados no aplicativo do smart trainer, onde farão o ciclismo.

**19.** O atleta que não cumprir fielmente o tempo de cada modalidade será desqualificado. O tempo limite para realização da prova é de 01:07:30 (uma hora, sete minutos e trinta segundos), considerando as transições, conforme especificado mais adiante neste regulamento.

**20.** Qualquer agressão física ou moral, por parte do competidor, a algum membro da Organização, e/ou utilização de meios ilícitos para obter vantagem perante outros competidores ou que comprometam a organização da prova será punida com a desqualificação da prova.

**21.** O atendimento médico ou o Diretor Técnico da prova poderá retirar da prova o atleta que, a critério médico, não apresentar condições de continuar.

**22.** Em caso de abandono da prova, por qualquer razão, a organização deverá ser informada para a própria segurança do atleta.

**23.** A Organização é soberana para decidir situações não previstas neste regulamento. As dúvidas decorrentes da aplicação ou interpretação do Regulamento da prova serão analisadas e decididas por um Júri de Competição.

### **III-) REGRAS TÉCNICAS ESPECÍFICAS**

#### **NATAÇÃO**

**24.** A natação é realizada em Endless Pool, em ritmo (pace) pré-determinado pelo atleta, sendo que a velocidade máxima do equipamento é de 1'14"/100m.

**25.** Durante a prova cada atleta irá nadar duas vezes, de 5 minutos cada. O pace pré-determinado por ele para a primeira natação, pode ser alterado para a segunda natação. Para isso o atleta deve informar o staff da piscina, antes de entrar na piscina pela segunda vez, que o pace deve ser alterado e qual pace deve ser colocado na máquina.

**26.** A título de classificação, é registrada a distância percorrida pelo atleta no ritmo pré-determinado.

- 27.** Caso o atleta não suporte o ritmo (pace) pré-determinado por ele e parar em qualquer momento dos 5 minutos de natação, será penalizado e a distância considerada será de 167 metros nadados ao longo da totalidade dos 5 minutos de prova – o que equivale a 5 minutos de natação no ritmo de 3'/100m. Além disso, o atleta deve se manter dentro d'água até o fim do tempo da natação para não comprometer a logística da prova.
- 28.** Os atletas devem se posicionar 10 minutos antes da largada da bateria na área da natação. Caso haja alguma alteração no horário da largada, a informação será passada pela Organização aos atletas.
- 29.** Em caso de dois ou três atletas competindo na mesma bateria, o espaçamento de início de cada atleta é tal que a chance de haver sobreposição de atletas na piscina na segunda vez que forem nadar é remota, porém não impossível, a depender do tempo de transição de cada um. Caso isso aconteça, um atleta ainda esteja terminando a segunda natação quando o atleta que largou na sequência, na mesma bateria, alcança-lo, o atleta que estiver na piscina será instruído pela organização para terminar essa modalidade imediatamente. Para apuração de resultados, o atleta alcançado será penalizado com o aumento do pace para 3'/100m, que será considerado para os 5 minutos de natação.
- 30.** É obrigatório usar a touca de natação fornecida pela Organização.
- 31.** É proibido usar equipamento de auxílio para nadar, exceto óculos de natação.
- 32.** A piscina é climatizada e portanto o uso de roupa de borracha e/ou speedsuit é proibido.

### **CICLISMO**

- 33.** O Ciclismo é realizado na própria bicicleta do atleta, modelo road/speed ou TT/triathlon, e em rolo (trainer) smart com sistema direct drive (câmbio da bicicleta acoplado ao cassete do rolo). Não será permitido o uso de Mountain Bike ou outros modelos de bicicleta.
- 34.** O rolo (trainer) é compatível apenas com câmbios Shimano e Sram de 10 e 11 velocidades.
- 35.** O uso de bicicletas com sistema de freio à disco demanda a utilização de um adaptador no Smart Trainer, por isso é importante que o atleta sinalize para a organização no momento da inscrição sobre esta característica da bicicleta que irá levar para fazer a prova. A organização providenciará o adaptador.
- 36.** O peso do atleta, aferido antes do início da bateria, será imputado no aplicativo do smart trainer.
- 37.** O atleta iniciará o pedal com 100 watts de potência (set point) e poderá aumentar ou diminuir ao seu critério.
- 38.** O tempo de realização do ciclismo é de 15 minutos em cada uma das duas vezes que a disciplina for realizada pelo atleta. São portanto 30' de ciclismo no total.
- 39.** A título de classificação, é registrada a distância percorrida nos dois trechos de 15 minutos. Caso o atleta não suporte pedalar durante todo o tempo determinado pela modalidade, o mesmo deve permanecer na bicicleta até a conclusão do tempo.
- 40.** É obrigatório o uso de camiseta ou vestimenta que cubra o torso dos atletas do sexo masculino.
- 41.** É proibido ao atleta utilizar equipamento de som.

## **CORRIDA**

- 42.** A corrida é realizada em Esteira Profissional (velocidade máxima de 25km/h).
- 43.** O atleta terá liberdade de alterar a velocidade da esteira livremente durante a corrida.
- 44.** A esteira estará regulada com 1% de inclinação e assim deverá ser mantida durante toda a corrida.
- 45.** O tempo de realização da corrida é de 10 minutos em cada uma das duas vezes que a disciplina for realizada pelo atleta. São portanto 20' de corrida no total.
- 46.** A título de classificação, é registrada a distância percorrida neste tempo.
- 47.** Caso o atleta não suporte correr os 10 minutos e pare de correr a qualquer momento, será penalizado e a distância considerada será de 1.250 metros percorridos ao longo da totalidade dos 10 minutos de prova – o que equivale a correr 10 minutos a 8Km/h. Além disso, o atleta deve se manter na esteira até o fim do tempo da corrida para não comprometer a logística da prova.
- 48.** É obrigatório o uso de camiseta ou vestimenta que cubra o torso dos atletas masculinos.
- 49.** É proibido ao atleta utilizar equipamento de som.

## **TRANSIÇÕES**

**50.** A contabilização de todas as transições se dará pelo tempo total de prova realizado pelo atleta. Ou seja, quando ele iniciar o primeiro trecho de natação o cronometro começa a contar, e será parado quando o atleta terminar a prova, ao fechar o segundo trecho da corrida.

Deste tempo total bruto, serão subtraídos os 60 minutos que equivalem a somatória do tempo de prática das 3 disciplinas duas vezes.

Cada 1 segundo de transição será equivalente a 10 metros a menos no total da distância percorrida pelo atleta.

*Exemplo: Um atleta que fizer a prova em 01:02:30, terá ultrapassado 2 minutos e 30 segundos, ou 150 segundos, do total de 60 minutos. Logo: 150 segundos X 10 metros = 1.500 metros. Este atleta terá 1.500 metros subtraído da distância total percorrida por ele na prova, chegando a sua pontuação final.*

*Supondo-se que tenha percorrido 27.500m, temos:*

*Pontuação = 27.500 – 1.500 = 26.000 pontos*

**51.** O tempo limite para realização da prova é de 01:07:30 (uma hora, sete minutos e trinta segundos). Isso dá ao atleta até 1 minuto e 30 segundos em média para cada uma das 5 transições.

Se o atleta atingir este limite de tempo, de 01:07:30, sua prova será imediatamente interrompida por um representante da organização, e para fins de resultado será considerada a distância total percorrida até o momento da interrupção.