

**CAMPEONATO CAPIXABA DE TRIATHLON**  
**REGULAMENTO GERAL – GRANDE FINAL - 2021**



**1. EVENTO:**

28/11/2021 (domingo)

**2. LOCAL:**

Praia de Camburi, Vitória – ES

**3. INSCRIÇÕES E VALORES:**

AS INSCRIÇÕES ESTARÃO ABERTAS PELO TICKET AGORA EM LINK BIO A SER DIVULGADO PELO INSTAGRAM E SITE DA FECATRI.

Número máximo de 250 atletas;

**3.0. Atletas filiados a FECATRI**

TRIATHLON – SPRINT PRINCIPAL: Valor R\$ 290,00

TRIATHLON – SUPER SPRINT: Valor R\$ 260,00

**3.1. Não filiados a FECATRI**

TRIATHLON – SPRINT PRINCIPAL: Valor R\$ 320,00

TRIATHLON – SUPER SPRINT: Valor R\$ 290,00

TRIATHLON INFANTIL (De 06 anos a 15 anos): Valor R\$ 110,00

3.2. TRIATHLON REVEZAMENTO – SPRINT: valor R\$ 150,00 por atleta. Podendo ser dupla ou trio, misto ou não.

**4. DISTÂNCIAS:**

4.0 TRIATHLON INFANTIL LÚDICO – (6 A 7 ANOS) : 100 mts natação, 1,5 km ciclismo, 400 mts corrida

4.0. TRIATHLON INFANTIL – (8 A 15 ANOS) : 200 mts natação, 4 km ciclismo e 800 mts corrida;

4.1. TRIATHLON SUPER SPRINT – 375 mts natação, 10 km ciclismo e 2,5 km corrida;

4.2. TRIATHLON SPRINT - 750 mts natação, 20 km ciclismo e 5 km corrida;

4.3. REVEZAMENTO SPRINT - 750 mts natação, 20 km ciclismo e 5 km corrida.

**5. CATEGORIAS e PREMIAÇÃO:**

TODO ATLETA QUE COMPLETAR A PROVA RECEBERÁ MEDALHA DE PARTICIPAÇÃO

5.1. TRIATHLON INFANTIL– 3 PRIMEIROS DE CADA CATEGORIA - 06 a 07 anos / 08 a 10 anos / 11 a 13 anos / 14 a 15 anos;

5.0. TRIATHLON SUPER SPRINT – 3 Geral masculino e 3 Geral feminino.

5.1. TRIATHLON SPRINT – 5 Geral masculino e 5 Geral feminino.

5.2. TRIATHLON SPRINT FAIXAS ETÁRIAS MASCULINO - 16/19 – 20/24 – 25/29 – 30/34 – 35/39 – 40/44 – 45/49 – 50/54 – 55/59 – 60/64 – 65/69 - 70 anos acima. (3 primeiros de cada categoria);

- 5.3. TRIATHLON SPRINT FAIXAS ETÁRIAS FEMININO - 16/19 – 20/24 – 25/29 – 30/34 – 35/39 – 40/44 – 45/49 – 50/54 – 55/59 – 60/64 – 65/69 - 70 anos acima.. (3 primeiros de cada categoria);
- 5.4. TRIATHLON SPRINT – Pessoas com deficiência (PcD) – PTWC - PTS2 – PTS3 – PTS4 – PTS5 – PTVI (1 primeiro de cada categoria)
- 5.5. REVEZAMENTO SPRINT – 1º e 2ª Geral

**OBS: Caso esteja liberado pelo Governo do Estado haverá premiação no local do evento. Se não houver premiação no local, as referidas premiações, ocorrerá por conta da FECATRI em data oportuna. O resultado oficial será publicado nas redes sociais.**

## 6. CRONOGRAMA DO EVENTO

- 4h40min – ABERTURA DA ÁREA DE TRANSIÇÃO
- 5h50min – FECHAMENTO DA ÁREA DE TRANSIÇÃO
- 6h30min – LARGADA TRIATHLON SPRINT FEMININO/SUPER SPRINT MASC E FEM
- 6h35min – LARGADA TRIATHLON SPRINT MASCULINO
- 6h45min – LARGADA TRIATHLON REVEZAMENTO
- 7h30min – ABERTURA DA ÁREA DE TRANSIÇÃO INFANTIL
- 8h15min – LARGADA TRIATHLON INFANTIL (previsto)

Assim que o último atleta concluir o ciclismo principal a transição será aberta para a retirada das bikes.

## 7. **RETIRADA DE KIT:**

Data: 27 de Novembro – (Sábado)

Local: IRONHEALTH SUPLEMENTOS, em Jardim Camburi

Documentação necessária para retirada do Kit da prova

- Comprovante de Inscrição e de pagamento ou autorização de Retirada de Kit por Terceiros;
- Bombeiros Militares deverão apresentar a CI Funcional.

## 8. **CONGRESSO TÉCNICO:**

Data: 27/11/2021, publicação de vídeo explicativo pelo Instagram da Fecatri.

A inscrição do atleta dará direito a: medalha de participação (pós prova), camisa, seguro atleta, área de dispersão após a prova e brinde surpresa.

No ato da inscrição, o atleta aceita integralmente este regulamento, o plano de ação anticov.

8. O atleta só poderá acessar a área de transição após ter sua temperatura checada pela organização do evento, por meio de termômetro. O atleta que estiver em estado febril, com temperatura superior a 37,9 °C, não poderá realizar a prova e será orientado a procurar uma unidade de saúde.
9. Os Atletas devem usar máscaras faciais, cobrindo nariz e a boca, durante as atividades pré-competição e pós-competição e devem higienizar as mãos regularmente.

## **10. Regras gerais da Natação**

- 10.0. Está permitida a utilização da roupa de borracha com qualquer condição de temperatura da água.
- 10.1. É obrigatório o uso da touca de natação, de qualquer cor e tipo.
- 10.2. É permitida a utilização de óculos de natação e, também, clipe de nariz.
- 10.3. Todos os atletas deverão contornar obrigatoriamente as bóias do percurso de natação demarcadas pela organização.
- 10.4. O atleta poderá utilizar de qualquer estilo propulsivo para mover-se na água.
- 10.5. Não é permitida a utilização de materiais que ajudem na propulsão. Como palmares, pé de pato, etc..

## **11. Regras gerais do ciclismo**

- 11.0. Não é permitido pedalar sem capacete.
- 11.1. Não é permitido pedalar com o tronco nú.
- 11.2. Não é permitido utilizar bicicletas sem freios.
- 11.3. Poderão utilizar qualquer modelo de bicicleta de propulsão humana.
- 11.4. Não é permitido pedalar utilizando aparelhos de som (MP3, etc...)
- 11.5. Não é permitido pedalar descalço.

## **12. Regras gerais da Corrida**

- 12.0. É obrigatório correr de Tênis.
- 12.1. É obrigatório correr com o número fornecido pela organização afixado à frente do corpo.
- 12.2. Não é permitido correr com o tronco nú e nem abrir o zíper da frente da vestimenta.
- 12.3. Não é permitido qualquer tipo de auxílio externo.
- 12.4. Não é permitido correr utilizando aparelhos de som (MP3, etc...)

## ANEXO A

### PLANO DE AÇÃO ANTICOVID – 23º TRIATHLON DO CBMES

#### 1. FINALIDADE

Regular as ações necessárias de prevenção ao Covid-19 durante a realização do 23º Triathlon do Corpo de Bombeiros Militar do Espírito Santo.

#### 2. REFERÊNCIA

- PORTARIA Nº 013-R, DE 23 DE JANEIRO DE 2021.
- DECRETO Nº 4736-R, DE 19 DE SETEMBRO DE 2020.
- PORTARIA SESA Nº 186-R, DE 19 DE SETEMBRO DE 2020.
- ITU COVID 19 Guidelines.

#### 3. REGRAS GERAIS

Todas as orientações do CBMES/FECATRI priorizam a proteção, a saúde e a segurança dos atletas, staffs, público e demais envolvidos neste evento esportivo.

##### 3.1. Responsabilidade individual

Os atletas, árbitros, staffs etc, serão orientados quanto às medidas relacionadas abaixo:

- I. Evitar tocar na boca, nariz ou olhos;
- II. Evitar apertos de mãos e abraços;
- III. Os participantes devem lavar as mãos frequentemente usando água e sabão ou álcool 70%, que será disponibilizado no evento;
- IV. Os participantes devem manter distância mínima de 2 metros entre si;
- V. Aqueles que se sentirem doentes não devem ir ao evento. Em caso de sintomas mais graves anteriores ao evento procurar urgentemente atenção médica;
- VI. Pessoas com sintomas respiratórios agudos (tosse, falta de ar, dificuldade em respirar ou dor de garganta) devem manter-se em casa;
- VII. Durante o processo de inscrição os atletas deverão firmar Termo de Responsabilidade de que, em caso de sintoma gripal, não poderá participar da competição;

##### 3.2. Cuidados com os participantes

- I. O regulamento do evento determina que o atleta assine o termo de responsabilidade: "Declaro que não irei participar do evento, caso esteja sentindo: febre, tosse seca, dor de garganta, diarreia, conjuntivite, dificuldades de respirar, dor no peito ou qualquer outro sintoma de COVID19".

- II. O CBMES/FECATRI enfatiza a determinação do uso de máscaras cobrindo nariz e a boca para todos os envolvidos no evento esportivo (voluntários, staffs, oficiais técnicos e treinadores);
- III. Os Atletas devem usar máscaras durante as atividades précompetição e pós-competição e devem higienizar as mãos regularmente.
- IV. O evento contará com estabelecimento de fluxos de sentido único nas áreas e vias de circulação, com marcações no piso, cartazes de orientação ou outras formas de sinalização e orientação;
- V. Serão adotadas medidas para garantir o distanciamento físico de 2m (dois metros) entre as pessoas;
- VI. A hidratação dos atletas deve ser feita por *squeezer* individual identificada. Caso não seja possível, serão utilizados copos descartáveis lacrados em modo de autoatendimento (pegue-leve);
- VII. A organização da competição utilizará de videoconferencia para fornecer as informações técnicas pertinentes, e utilizará de sistemas digitais para o envio de identificadores de atletas (números/nomes) para reduzir a interação social antes da competição;
- VIII. Todas as informações da competição, incluso o protocolo preventivo para a COVID-19 a ser seguido antes, durante e após a competição, serão fornecidos aos atletas em formato on-line no site oficial da competição;
- IX. Os sanitários estarão abastecidos com os itens de higiene necessários: papel higiênico, sabonete líquido, toalhas de papel, coletores de resíduos com tampa acionada sem contato manual, ambientes com solução de álcool 70% (setenta por cento) ou solução antisséptica de efeito similar;
- X. Haverá lavatórios para higienização das mãos, equipados com água potável corrente, dispenser de sabonete líquido, toalhas de papel e coletor de resíduos;
- XI. Será disponibilizado em pontos estratégicos solução de álcool 70% (setenta por cento) ou solução antisséptica de efeito similar para a higiene das mãos;
- XII. Será verificada a temperatura dos atletas no check-in de acesso à prova;
- XIII. As largadas de múltiplos competidores deverão obedecer:
  - a) nas áreas destinadas ao aquecimento dos competidores, deverá ser respeitado o distanciamento de 2m (dois metros) entre os atletas;
  - b) Durante a largada será garantida a distância de 2m (dois metros) entre os atletas;
  - c) a organização da competição deverá demarcar os locais de saída de cada competidor;
  - d) as áreas destinadas à hidratação no percurso, quando necessárias, irão operar em formato de autoatendimento;
  - e) deverá ser promovida a dispersão dos competidores ao final de cada chegada.
- XIV. Não haverá cerimônia de premiação, os atletas vencedores irão receber a premiação em dia oportuno sem a participação de público, de maneira individual, respeitando o distanciamento social.

