

## REGULAMENTO 15 ° CIRCUITO DE SPRINT DE TRIATHLON SANTA CECÍLIA TV

DIA DA PROVA : ( 13/03/2022) – (01/05/2022) – (26/06/2022) – (04/09/2022)-  
(20/11/2022)

Inscrição:

Adulto individual  
Militar  
Mountain Bike  
Revezamento

PERCURSOS:

Cada atleta inscrito na prova deverá nadar 750m, pedalar 20 km e correr 5 km , podendo ser o percurso dividido por atletas inscritos na categoria revezamento onde cada componente da equipe será responsável pela conclusão de cada modalidade

CRONOGRAMA:

Retirada do kit – No dia e local do evento das 6:00h. as 6:45h.

A área de transição será fechada as 7:30h.

Comunicado :os atletas serão devidamente informados pela organização via e-mail sendo que em cada etapa podem ocorrer alterações .Este email sempre segue entre 4a. e 5a.feira da semana que antecede a prova.

Caso não possua e-mail, o atleta deverá obter informações por telefone nos números :  
(13) 99124.7183 ou (13) 99633.6292

ENDEREÇO DA LARGADA:

Guarujá – Cantão da Enseada

HORÁRIOS:

6:00h \_ abertura da área de transição

7:30h – fechamento da área de transição

7:45h - Simpósio

8:00h – primeira bateria

8:35h – segunda largada

9:10 h – terceira largada

9:12 h – quarta largada

11:45h – cerimônia de premiação (previsão)

#### LOCAL DA LARGADA:

Quando o atleta chegar ao local de largada deverá dirigir-se para a área de largada que estará totalmente demarcada com grades de proteção.

#### ATENÇÃO:

Somente terão acesso a área de largada os atletas que participarão da prova.

#### INFORMAÇÕES E RESULTADOS:

O resultado será afixado no dia e local da prova 15 (quinze) minutos após a chegada do último competidor e posteriormente ficará disponível no site da organização por período indeterminado:

[www.ypseventos.com.br](http://www.ypseventos.com.br)

Informações pelos telefones: (13) 99124.7183

E-mail: [sac@ypseventos.com.br](mailto:sac@ypseventos.com.br)

Obs.: a organização tem o hábito de retornar todos os e-mails emitidos pelos atletas com prazo máximo de 48 h e caso não seja recebida nenhuma resposta dentro deste prazo, solicitamos nova mensagem de cobrança .

#### KIT ATLETA:

Ao retirar o kit, o atleta deverá verificar se está corretamente inscrito na prova conferindo: nome, sexo e data de nascimento.

Caso encontre algum erro é fundamental solicitar imediatamente a devida alteração junto a organização.

#### CONTEÚDO DO KIT:

camiseta alusiva do evento, numeral de peito, alfinetes , touca, placa da bike ,cintas plasticas e chip.

#### MEDALHA DE PARTICIPAÇÃO:

A medalha de participação será entregue no ato de sua saída da transição ao final do evento, devendo efetuar a devolução da placa da bike..

#### O CHIP:

O chip deve ser preso ao tornozelo devendo o atleta usa-lo durante toda prova. No final, será obrigatório devolve -lo para adentrar a transição.

Não pode colocar o chip debaixo da roupa de borracha.

O equipamento desenvolvido com sistema mais do moderno, caso não seja devidamente posicionado, o resultado é comprometido sem opção de recurso.

.

#### NÚMERO DE PEITO:

O uso do número de peito é obrigatório. Ele deverá estar visível e sempre a frente da sua camiseta.

O número de peito é intransferível, pois ele é sua identificação na prova!

#### CAMISETA:

A camiseta da prova (tamanho e modelo único) é um agrado oferecido pela organização aos participantes e não é obrigatório o uso desta camiseta da prova durante o evento.

Escolhemos um material confortável para que você utilize sempre que possível. Esperamos que goste!

#### CATEGORIAS:

1) Amador (masc. /fem) 1214,1519,2024,2529,3034,3539,4044,4549,5054,5559,60+, militar até 39 anos, militar acima de 40 anos, Mountain Bike, revezamento misto,

revezamento masculino e revezamento feminino

2) Mountain Bike categoria única dividida pelo sexo.

3) O critério de categoria será pelo ano de nascimento e não pela idade.

#### INFORMAÇÕES GERAIS:

1) Ao adentrar na área de transição não será permitida a retirada da bicicleta;

2) O chip deverá ser trocado pelo participante quando terminar a modalidade que estiver participando, fazer a troca no local estipulado pela organização.

3) O atleta ao inscrever-se no evento está ciente do regulamento e acata todas as decisões impostas pela organização, não podendo realizar reclamações futuras;

4) O atleta que pular a grade de proteção que cerca a área de transição será desclassificado;

5) A organização não se responsabiliza por objetos extraviados dentro ou fora da área de transição;

- 6) O fiscal poderá determinar o local onde o atleta deverá parar para cumprir sua punição;
- 7) O atleta que receber 2 (dois) cartões amarelos (ou vermelho) será automaticamente desclassificado;
- 8) O atleta que desacatar algum membro da organização, será punido pelo órgão competente e desclassificado;
- 9) O atleta que não retirar o kit terá direito somente a camiseta do evento e caso queira receber via sedex esse deverá arcar com os custos do correio no prazo de sete dias da data da prova;
- 10) O atleta deverá chegar no dia e local da prova as 06:00h conforme informação da organização via e-mail munido de recibo e identidade.
- 11) As inscrições são intransferíveis
- 12) O valor pago pelo atleta na inscrição para a prova em hipótese alguma será restituído
- 13) O atleta deve ter treinado para o evento e se preparado
- 14) O atleta deve estar em dia com exames médicos e avaliações gerais
- 15) Não é possível efetuar transferência de inscrição para outra etapa
- 16) Não é possível efetuar transferência de inscrição para outro atleta

#### REVEZAMENTO:

- 1) É proibido a troca de membros da equipe. Caso a equipe troque algum membro, deverá comunicar o fato a organização até a véspera da competição para devida alteração, caso contrário a equipe será desclassificada;
- 2) É obrigatório a entrada de todos os membros da equipe juntos na área de transição dentro do horário limite;
- 3) Ciclista próximo da urna da água;
- 4) Corredor fora da área de transição aguardando a pulseira para finalizar a prova;
- 5) Nadador deverá estar devidamente no curral de largada,
- 6) Se algum membro não estiver posicionado até horário limite a equipe será desclassificada;
- 7) O atleta da equipe só pode iniciar a modalidade quando receber a pulseira do outro competidor;

8) O nadador nada com a pulseira de velcro e ao sair da água deverá entregá-la ao ciclista que deverá estar posicionado na 1ª urna, evitando que o nadador entre na área de transição;

9) O ciclista ao completar a sua prova deverá passar a pulseira para o corredor que deverá ficar fora da área de transição sendo que, para finalizar, o corredor deve entregar a pulseira ao passar pelo pórtico de chegada a organização;

10) Somente o ciclista poderá retirar seus pertences da área de transição;

11) É obrigatório entregar o chip para entrar na transição e a placa da bicicleta para liberação dos seus pertences aos staff responsável;

12) A premiação oferecida será na forma de troféus para os primeiros, sendo que cada integrante ganhará pela sua respectiva colocação

13) Os demais itens do regulamento são iguais para todas as categorias.

#### NATAÇÃO:

1) O atleta deverá estar atento a largada conforme o regulamento estando em seus postos 5 (cinco) minutos antes da largada;

2) O atleta deverá estar usando a touca referente a sua largada e a sua categoria, caso não esteja não poderá largar e será desclassificado;

3) O atleta deverá estar atrás da fita zebraada, caso não esteja ou importune o fiscal, será desclassificado;

4) O atleta não poderá largar fora do curral;

5) O atleta deverá contornar as bóias, caso assim não faça será desclassificado;

6) O atleta deverá nadar com a touca oferecida pela organização;

7) É liberado o uso de roupa de borracha na natação;

8) É obrigatório que o atleta esteja com o corpo marcado pela organização desde o início da prova até o final da mesma deixando a marcação visível aos fiscais de percurso;

9) Cada atleta deverá nadar 750 m

.

10) Se as condições do mar não oferecerem segurança, a prova passa a ser um Duathlon, sendo 2,5km de corrida, 20km de ciclismo e para finalizar 5km de corrida.

#### CICLISMO:

1) O atleta, ao sair da água, não poderá ser auxiliado na área de transição;

- 2) O atleta deverá colocar seus pertences no local determinado pela organização;
- 3) O atleta só poderá pedalar a bicicleta após a demarcação visível. Caso contrário será punido pela fiscalização em 30 segundos;
- 4) É obrigatório durante todo o percurso do ciclismo, o uso de camiseta e capacete. Caso contrário será desclassificado.
- 5) O atleta poderá estar sendo beneficiado com vácuo, porém não pode permanecer clipado. Liberado clip a quem estiver liderando pelotão, porém uma vez ultrapassado, deve recuar imediatamente .
- 6) O atleta tem por obrigação, conforme leis de trânsito, ultrapassar pela esquerda;
- 7) O número deverá estar afixado na bicicleta em lugar visível;
- 8) É obrigatório o uso do odômetro (Cataye). Ao adentrar na área de transição para deixar a bicicleta no local determinado, o atleta deverá passar pela organização com o odômetro zerado. Caso a organização necessite conferir a quilometragem determinada e não conste no odômetro, o atleta será desclassificado já que, a contagem de voltas é de total responsabilidade do atleta. (O equipamento pode ser substituído porGPS).
- 9) A Organização fará a contagem de voltas e ao término será entregue ao fiscal para a devida conferência.
- 10) O atleta que pedalar sem a alça do capacete devidamente presa, receberá cartão amarelo e, terá punição “gravíssima em três minutos”;
- 11) O atleta que jogar garrafa, caramanhola, squeeze ou qualquer material semelhante no percurso, será punido administrativamente.
- 12) Cada atleta deverá pedalar 20 km , no percurso indicado pela organização fazendo o devido uso do odômetro. \* Percurso aferido com média de 19.4KM
- 13) O atleta , ao terminar o percurso, deverá descer da bicicleta antes do local demarcado pela organização, caso contrário receberá cartão amarelo e terá punição de 30 segundos;
- 14) O atleta só poderá retirar seus pertences da área de transição 10 minutos após a chegada do último atleta que completar a prova de pedestrianismo. Será solicitado pelo fiscal e recolhidos os numerais e placas das bicicletas e após este tramite, o atleta receberá seus pertences e será liberado;
- 15) O atleta que receber 3 cartões amarelos será automaticamente desclassificado

#### PEDESTRIANISMO:

- 1) É de uso indispensável o numeral fornecido pela organização que deverá ser afixado de forma visível na parte da frente do corpo do competidor. Caso não cumpra, será desclassificado.

- 2) O atleta não poderá ser acompanhado por terceiros de maneira alguma no percurso da prova;
- 3) O número deverá estar posicionado na altura do abdômen, parte da frente do corpo. Caso não cumpra, será o atleta desclassificado.
- 4) O número não pode ser dobrado ou recortado;
- 5) É obrigatório que os atletas masculinos façam o percurso da corrida vestidos de camiseta . O não cumprimento desta regra resulta em desclassificação.
- 6) Não é permitida ajuda externa (exceto fornecimento de água) ao competidor. Caso o atleta aceite ajuda externa será desclassificado;
- 7) É obrigatório que o atleta diga seu número aos staffs sempre que solicitado e principalmente nos retornos estipulados;
- 8) Caso o atleta não conste nas planilhas de retorno, será desclassificado;
- 9) É obrigatório contornar as placas de retorno e , caso assim não faça, será desclassificado;
- 10) É proibido acompanhante de bicicleta ou a pé. Caso o fiscal de percurso identifique algum atleta sendo assistido por terceiros, será oferecido ao mesmo cartão amarelo ou vermelho e o mesmo poderá ser desclassificado.
- 11) Cada atleta deverá correr 5 km no percurso definido pela organização.

#### CAMPEONATO:

Serão 5 etapas durante o ano de 2022 e para estar participando do campeonato, o atleta deverá participar de 4 etapas, aqueles que participarem das 5 etapas deverão descartar uma etapa ou o pior resultado.

O critério de pontuação é o seguinte: 1º = 127, 2º = 107, 3º = 99, 4º = 93, 5º = 89, 6º = 87, 7º = 85, 8º = 83, 9º = 81, 10º = 79, 11ª = 77, 12º = 75, 13º = 73, 14º = 71 e as demais colocações contarão com pontuação de número a número em ordem decrescente assim determinadas: ,70,69,68,67,66

Parágrafo 1 – Os 5 colocados geral (masc/fem ) premiados na etapa ,serão computados pontuações maiores e, serão bonificados com pontuações conforme (parágrafo 2) abaixo.

No final do campeonato,será somada a pontuação da categoria( soma das etapas) e acrescentada a pontuação obtida na etapa que pegou no geral.

Não serão premiados como campeões no geral os atletas participantes das seguintes categorias: Revezamento,Mountain Bike e Militar

Parágrafo 2 :

- 1º lugar geral masc/ fem = 30 pontos
- 2º lugar geral masc/ fem = 25 pontos
- 3º lugar geral masc/ fem = 20 pontos
- 4º lugar geral masc/ fem = 15 pontos
- 5º lugar geral masc/ fem = 10 pontos

#### PESO DAS ETAPAS:

Os pesos das etapas do campeonato são assim definidos:

1ª etapa = peso 1,25

2ª etapa = peso 1

3ª etapa = peso 1

4ª etapa = peso 1

5ª etapa = peso 1,50

#### PREMIAÇÃO DOS CAMPEÕES DO CIRCUITO:

A premiação será realizada em dia e hora informados pela organização via e-mail, devendo aqueles que não fazem uso deste serviço, manterem-se informados pelos telefones: (13) 99124.7183

Troféu do 1º ao 5º lugar – masc/fem

Premia-se os 5 melhores tempos com troféus diferenciados + kit oferecido pelo patrocinador no masc/fem

#### ALONGAMENTO E AQUECIMENTO:

Antes de iniciar a natação, alongue seu corpo por cerca de 10 minutos e depois aqueça. Corra devagar (trote) e intercale com tiros rápidos para seu corpo acordar. Isso ajuda evitar futuras lesões e melhora para seu desempenho na hora da prova.

#### DICAS IMPORTANTES:

- 1) Preencha corretamente a sua ficha de inscrição, para não ter a sua premiação comprometida;
- 2) Use o número de peito e não participe da prova sem estar inscrito, pois estará tomando um serviço sem pagar e desrespeitando que pagou;
- 3) Nade, pedale e corra sem cortar o percurso;
- 4) Procure jogar copos ou saquinhos junto à sarjeta, isso facilitará a limpeza do local e evitará que terceiros possam escorregar;
- 5) Não faça paredão com outros atletas, evitando que os atletas com ritmo mais forte possam ultrapassá-lo;



- 6) Ao terminar o percurso, diminua lentamente a velocidade, não pare bruscamente;
- 7) Não pule as grades de proteção evitando assim a sua desclassificação;
- 8) Obedeça aos percursos, horário e regulamento da prova. Os staffs estão autorizados a marcar o número do atleta que fizer algo errado;
- 9) Caso sinta-se mal antes, durante ou após as provas, procure imediatamente o posto médico ou a ajuda de um staff;
- 10) Na hora da sede vale a pena hidratar-se.
- 11) Para participar de uma prova de triathlon é aconselhável que o atleta faça uma visita ao médico e esteja em dia com todos os exames de rotina.

#### INFORMAÇÕES:

Qualquer dúvida deverá ser esclarecida junto a organização da prova das seguintes formas:

E-mail: [sac@ypseventos.com.br](mailto:sac@ypseventos.com.br)

Tel. (13) 99124.7183