

REGULAMENTO TRIMAN 2024

1ª ETAPA 4 DE FEVEREIRO

2ª ETAPA 5 DE MAIO

3ª ETAPA 3 DE NOVEMBRO

PERCURSOS :

SPORT (NOVO)

SPRINT E STANDARD

DISTANCIAS

SPORT 300 MTS NATAÇÃO (1 VOLTA) 15KM CICLISMO (3 VOLTAS)3KM CORRIDA (1 VOLTA)

SPRINT 750MTS (1 VOLTA) 20KM (4 VOLTAS)5KM (1 VOLTA) INDIVIDUAL

STANDARD 1500 MTS (2 VOLTAS) 40KM (8 VOLTAS)10KM(2 VOLTAS) INDIVIDUAL

LIMITE : 200 ATLETAS (TRIATHLON)

Retirada do kit

AV TOME DE SOUZA 130

SABADO DAS 14H AS 18HS PARA TODAS AS MODALIDADES **AO LADO DO FORTE SÃO JOÃO**

Retirada do kit DOMINGO

AV TOME DE SOUZA 130 (AO LADO DO FORTE SÃO JOÃO)

– No dia e local do evento a partir das 6:00h.

. Comunicado :os atletas serão devidamente informados pela organização via e-mail sendo que em cada etapa podem ocorrer alterações .

ENDEREÇO DA LARGADA:

AV TOME DE SOUZA 130 (AO LADO DO FORTE SÃO JOÃO

HORÁRIOS: 6:00h _ abertura da área de transição 7h – fechamento da área de transição PARA O SPRINT / SPORT E 7H PARA O STANDARD

LARGADA

7H10 (TRIATHLON SPRINT)

7H10 (TRIATHLON SPORT)

7H15(STANDARD)

VALORES : 1ª ETAPA DE 01/12/2023 ATÉ 30/01/2024 OU ENCERRAR O LIMITE DE INSCRIÇÕES

VALORES : 2ª ETAPA DE 01/12/2023 ATÉ 30/04/2024 OU ENCERRAR O LIMITE DE INSCRIÇÕES

VALORES : 3ª ETAPA DE 01/12/2023 ATÉ 28/07/2024 OU ENCERRAR O LIMITE DE INSCRIÇÕES

VALORES : 4ª ETAPA DE 01/12/2023 ATÉ 26/10/2024 OU ENCERRAR O LIMITE DE INSCRIÇÕES

200 KIT PARTICIPAÇÃO SPORT (NUMERO DE PEITO +CHIP +TOUCA +MEDALHA)

240 REAIS SPORT KIT BÁSICO (CAMISETA + NUMERO DE PEITO + ADESIVOS+ TOUCA +MEDALHA DE PARTICIPAÇÃO +CHIP)

300 KIT PARTICIPAÇÃO SPRINT (NUMERO DE PEITO +ADESIVOS+CHIP +TOUCA +MEDALHA)

350 REAIS SPRINT KIT BÁSICO (CAMISETA + NUMERO DE PEITO + ADESIVOS+ TOUCA+CHIP+MEDALHA)

330 KIT PARTICIPAÇÃO STANDARD (NUMERO DE PEITO +CHIP +TOUCA +MEDALHA)

380 REAIS TRIATHLON STANDARD KIT BASICO (CAMISETA + NUMERO DE PEITO + ADESIVOS+ TOUCA +MEDALHA DE PARTICIPAÇÃO +CHIP)

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.

AV TOME DE SOUZA 130 (AO LADO DO FORTE SÃO JOÃO)

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.CRONOSPORTS.COM.BR

E-mai: DENISIRONMAN@HOTMAIL.COM

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 e algum brinde definido pela organização .

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 no kit básico 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!

TAMANHOS P,M,G,GG BAY P BABY M BABY G BABY GG

INFORMAÇÕES GERAIS:

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

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 zebra, 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;
- 9) Cada atleta deverá nadar a distância da sua modalidade.
- 10) Se as condições do mar não oferecerem segurança, a prova passa a ser um Duathlon.

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 por GPS).
- 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, carambola, squeeze ou qualquer material semelhante no percurso será punido administrativamente.
- 12) Cada atleta deverá pedalar 20 km (short) 40 km (standard), no percurso indicado pela organização fazendo o devido uso do odômetro.
- 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 trâmite, o atleta receberá seus pertences e será liberado;
- 15) O atleta que receber 3 cartões amarelos será automaticamente desclassificado

CORRIDA: 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.

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: contato@cronosports.com.br

PREMIAÇÃO :

CATEGORIA SPORT PREMIAÇÃO PARA OS 5 RIMEIROS COLOCADOS MASCULINO E FEMININO GERAL NÃO HAVERÁ PREMIAÇÃO POR CATEGORIA NESTA MODALIDADE .

CATEGORIAS TRIATHLON MASCULINO SPRINT E STANDARD

3 ATLETAS POR CATEGORIA 10 EM 10 ANOS NO MASCULINO

ATÉ 19 ANOS

20 A 29 ANOS

30 A 39 ANOS

40 A 49 ANOS

50 A 59 ANOS

60 +

CATEGORIAS FEMININO TRIATHLON SPRINT E STANDARD

3 ATLETAS POR CATEGORIA 10 EM 10 ANOS NO FEMININO

ATÉ 19 ANOS

20 A 29 ANOS

30 A 39 ANOS

40 A 49 ANOS

50 +

EQUIPE CRONO SPORTS