



Regulamento técnico 2025

1ª Edição – TRIENERGY DASH

16 DE NOVEMBRO 2025

O **TRIENERGY DASH** Guaratuba tem por objetivo difundir e incentivar a modalidade esportiva por meio de uma prova de caráter educativo, cultural e inclusivo.

É realizado nas seguintes distâncias:

- **SPRINT** – 750 m para a natação, 20 km para o ciclismo e 5 km para a corrida, nas categorias: Speed, Mountain Bike, PcD (Pessoas com Deficiência) e Revezamento (trio).

- **1 – PÚBLICO-ALVO:**

Público em geral, a partir de 16 anos.

-

- **2 – CATEGORIAS:**

Para efeito de inscrição valerá a idade que o atleta tiver no dia 31/12/2025.

- Short: Masculino e Feminina.
- Pessoas com Deficiência (PcD): Masculino e Feminina, a partir de 16 anos de idade, categoria única.
- Speed Masculino: 16/19, 20/24, 25/29, 30/34, 35/39, 40/44, 45/49, 50/54, 55/59, 60/64, 65/69 e 70 anos em diante.
- Speed Feminina: 16/19, 20/24, 25/29, 30/34, 35/39, 40/44, 45/49, 50/54, 55/59, 60/64, 65/69 e 70 anos em diante.
- Mountain Bike Masculino: 16/19, 20/24, 25/29, 30/34, 35/39, 40/44, 45/49, 50/54, 55/59, 60/64, 65/69 e 70 anos em diante.
- Mountain Bike Feminina: 16/19, 20/24, 25/29, 30/34, 35/39, 40/44, 45/49, 50/54, 55/59, 60/64, 65/69 e 70 anos em diante.
- Revezamento: a partir de 16 anos e sem divisão de faixa etária. Os trios poderão ser: Masc., Fem., ou Misto. Regulamento Específico AQUI.

- **3 – INSCRIÇÕES:**

(somente pela Internet www.kenyasports.com.br)

- **SPRINT** Categorias Speed, Mountain Bike, PcD e Revezamento:

- Não há necessidade de comprovação de tempo;
- Poderão participar do evento somente os atletas que não estejam suspensos pela ITU/CBTri por qualquer tipo de punição impeditiva imposta pela Confederação e vigente na data da realização do evento.

PRAZO E INVESTIMENTO:

Público em geral:

- Data: Dia 21 de julho às 9h.
- Valores:

FEDERADO

- R\$ 399,00 – Speed, Mountain Bike
- R\$ 649,00 – Revezamento 3 ATLETAS

NÃO FEDERADO

- R\$ 469,00 – Speed, Mountain Bike
- R\$ 699,00 – Revezamento 3 ATLETAS
- + TAXA DE DAY USE R\$50,00 (direto para FPTRI)

- Vagas limitadas.
- As pessoas a partir de 60 anos desconto no site.
- Os inscritos na categoria PcD

FORMA DE INSCRIÇÃO:

As inscrições serão aceitas até o preenchimento do limite máximo de inscrições previstas. Depois de efetuada a confirmação do pagamento e documentos, se houverem cancelamentos, poderão ser liberadas novas vagas para os atletas que constarem na lista de espera. A organização entrará em contato via e-mail com os atletas da lista de espera.

ATENÇÃO: Após o preenchimento da inscrição via internet, o atleta deverá imprimir o boleto bancário e efetuar o pagamento conforme indicado no boleto.

Observações:

- É responsabilidade do atleta, no ato da inscrição, preencher todos os campos e fornecer os dados pessoais corretos.
- Não serão realizadas devoluções de taxas de inscrição em virtude de erros cometidos no ato da inscrição. As mesmas serão efetivadas apenas por motivos de força maior – lesão, acidente, doença e cirurgia – com comprovação mediante apresentação de atestado médico, o qual será submetido à análise da comissão organizadora;
- Não haverá a possibilidade de alteração na inscrição. Portanto, assinale corretamente sua categoria (passível a perda da vaga). No caso de erros, conforme supracitado, valor da taxa de inscrição não será devolvido.
- Os atletas da categoria PcD inscritos na prova, deverão enviar declaração médica, assinada e com o carimbo do CRM do médico que o enquadre como atleta com deficiências e o declare apto para participar do TRIENERGY DASH

- As inscrições são pessoais e intransferíveis. Caso haja troca ou repasse da inscrição, os envolvidos serão desclassificados da prova.

IMPORTANTE!

- Para participar da prova, os atletas deverão estar em boas condições físicas. Sua saúde e bem-estar são de fundamental importância. Antes de se inscrever em uma competição, faça uma avaliação médica e procure um profissional para avaliar sua aptidão física.
- Todos os atletas deverão estar em dia com rigorosa avaliação médica para realização da prova, pois a organização não se responsabilizará pela saúde dos atletas.
- Em caso de apresentação de quadro clínico de risco, o atleta que for atendido por médico da equipe do evento deverá acatar as orientações do profissional.

• **4 – PROGRAMAÇÃO:**

SIMPÓSIOS TÉCNICOS

Para maior comodidade dos atletas, será realizado via online Instagram da KENYA SPORTS

- Data: 14 de Novembro de 2025
- Horários: 19h
- Local: ONLINE – INSTRAGRAM KENYASPORTS

• ***RETIRADA DO KIT ATLETA***

- Data: 14 DE NOVEMBRO de 2025 – das 10h às 17h
- Local: A DEFINIR
- Endereço:

- O kit do atleta é composto essencialmente de: numerais, alfinetes, touca, camiseta, informativo e chip descartável, placa de bike, tattooagem.
- A retirada do kit será possível mediante apresentação de documento oficial com foto (levar comprovante de pagamento para eventual necessidade).
- A retirada do kit por terceiros será permitida somente mediante apresentação de documento oficial com foto (original ou cópia) do atleta inscrito e documento oficial com foto do representante do atleta.
- As camisetas estarão à disposição dos atletas nos tamanhos PP, P, M, G, GG, em quantidade limitada. O tamanho da camiseta indicado durante a inscrição será garantido apenas se a inscrição for confirmada (pagamento e demais documentos).
- Dentro do kit do atleta conterà adesivos para: quadro de bicicleta, capacete e suporte da bicicleta:
- O atleta deverá certificar-se de que a placa (canote do selim da bicicleta) esteja visível em ambos os lados de sua bicicleta.
- Os adesivos do capacete poderão ser colocados em ambos os lados do capacete ou na frente e atrás do mesmo.

Atenção: Para atletas menores, o termo de responsabilidade deverá ser assinado pelo responsável na retirada do kit atleta.

PROVA

- Data: 16 de Novembro de 2025 – Domingo.
- Local: Praça Central de Guaratuba
- Horário:
 - Check In – Categoria Speed, Mountain Bike, Revezamento e PcD – 5h às 6h45.
 - Largada da Categoria Speed, Mountain Bike, Revezamento e PcD masculina e feminina – a partir das 7h10.

• PREMIAÇÃO:

A partir das 10h, na Praça Central de Caiobá.

• RECURSO:

- Caso o atleta sinta-se lesado pelo resultado oficial, poderá apresentar recurso após sua divulgação (até 30 minutos), acompanhado das devidas provas diretamente à coordenação do evento, mediante o recolhimento de taxa no valor de R\$ 50,00. Em caso de deferimento do recurso, o valor será integralmente devolvido ao atleta. Não caberão recursos contrários ao regulamento do evento.
- Obs.: Não caberá recurso para vácuo.

• 5 – PERCURSO DA PROVA:

A prova será realizada no Município de Guaratuba na Praia Central de Guaratuba.

As distâncias a serem percorridas por modalidade serão as seguintes:

• NATAÇÃO:

- Speed, Revezamento, PcD e Mountain Bike: 750m. (duas voltas)
- Local: Praia Central de Guaratuba

• CICLISMO:

- Speed, Revezamento, PcD e Mountain Bike: 20km.

• CORRIDA:

- Speed, Revezamento, PcD e Mountain Bike: 5km.
- Amador Olímpico e Elite: 10km (duas voltas)

• 6- ORIENTAÇÕES PARA CUMPRIMENTO DA PROVA

(Em casos de descumprimentos das orientações abaixo, caberá à Organização do evento as devidas desclassificações ou punições).

• CONDUTA NO CHECK-IN

- Concentração dos atletas na Área de Transição na Praia Central, para conferência dos equipamentos.
- Conferência dos numerais – tatuagem corporal ou marcação da Organização (nos dois braços), no canote do selim da bike, na parte frontal e/ou lateral do capacete e na parte frontal da camiseta.
- Conferência da touca de natação e a cor correspondente à largada.
- O atleta deverá estar com o capacete na cabeça e afivelado para entrar na transição.
- Caso o atleta esteja com qualquer equipamento irregular, deverá devolver os numerais da competição (corrida, bicicleta, capacete e suporte da bicicleta), chip e touca de

natação, e não poderá participar da prova, ainda que sem os numerais e chip de cronometragem.

Obs.: Equipamentos em desconformidade às exigências contidas nesse regulamento são proibidos. A permissão ou proibição para realizar a prova com determinado equipamento/bicicleta, serão analisados, avaliados e aprovados pela equipe de arbitragem da FPTri (Federação Paranaense de Triathlon).

- ***CONDUTA NA ÁREA DE TRANSIÇÃO***

- O atleta deverá cumprir o horário preestabelecido de abertura e fechamento da área de transição. Caso o atleta desrespeite esses horários, será impedido de participar da prova.
- O atleta deverá, obrigatoriamente, fixar o numeral do atleta no suporte da bicicleta para fins de identificação do mesmo e, utilizar apenas o espaço a ele destinado.
- É proibido pedalar na área de transição.
- O atleta não deverá impedir o progresso de outros competidores na área de transição.
- O atleta não poderá mexer nos equipamentos dos outros competidores.
- O atleta deverá “montar” e “desmontar” na bicicleta a partir da faixa preestabelecida e devidamente marcada no chão.
- Somente será permitida a presença de pessoas devidamente autorizadas na área de transição.
- A Comissão Organizadora não se responsabilizará por equipamentos/acessórios dos atletas do evento durante toda a realização.
- Check Out – O atleta somente poderá retirar seu material da área de transição após a transição do último atleta do ciclismo para a corrida, mediante apresentação de sua numeração ou com autorização da Comissão Organizadora.
- Após às 11h, todo o material que não tiver sido retirado será recolhido pelo coordenador da Área de Transição e o atleta deverá procurar os coordenadores do Evento.

- ***CONDUTA NA LARGADA***

- Serão realizadas largadas por baterias, conforme necessidade técnica. A ordem de largada será informada durante a entrega do kit e no Simpósio Técnico.
- Caso o atleta largue fora do horário de sua categoria, será automaticamente desclassificado, e não poderá continuar a prova (ciclismo e corrida).

- ***HORÁRIOS DAS LARGADAS***

- Categoria Speed, PcD, Revezamento e Mountain Bike masculina e feminina – a partir das 7h10.
- O atleta deverá estar posicionado na área de largada de acordo com a orientação do coordenador responsável.

- ***CONDUTA NA NATAÇÃO***

Obrigatório:

- Numeral no corpo do atleta – tatuagem corporal ou marcação da Organização (nos dois braços).
- Uso de touca de cor correspondente a sua categoria e do chip eletrônico, fornecidos pela Organização.

- Contorno pelo lado externo das boias, delimitadas pela Organização.
- O atleta que desistir na natação estará automaticamente desclassificado e não poderá continuar a prova (ciclismo e corrida).

Não é Permitido

- Uso de equipamentos auxiliares de natação, exceto para PcDs.
- Auxílio de qualquer espécie que promova vantagem, exceto para a categoria PcD. Neste caso, a Organização deverá ser informada com antecedência para que o mesmo seja avaliado.
- Uso de fone de ouvido ou qualquer tipo de aparelho que emita som.
- Utilizar-se da praia para correr, salvo nas áreas determinadas pela Organização.

Roupa de Borracha

Para os atletas Amadores:

- Obrigatório para temperatura abaixo de 16 graus célsius.
- Permitido/opcional para temperatura entre 16,1 a 23,9 graus célsius.
- Proibido para temperatura acima de 24 graus célsius.

CONDUTA NO CICLISMO

Obrigatório

- Usar capacete tradicional “coquinho”, duro e afivelado durante toda a etapa de ciclismo, inclusive para sair da área de transição.
- Fixar o numeral do competidor fornecido pela organização, no capacete e na bicicleta para identificação.
- Utilizar apenas uma bicicleta durante a prova.
- Usar o chip eletrônico fornecido pela organização.
- Pedalar sempre pela direita e ultrapassar somente pela esquerda.
- Para “montar” e “desmontar” na bicicleta deverá ser respeitada a marcação feita no chão pela organização.
- Utilizar rodas raiadas. Caso este item não seja cumprido, o atleta será proibido de participar da prova.

Permitido

Realizar reparo na bicicleta durante a prova, com o próprio material (identificado no “check-in”) e sem receber ajuda de terceiros.

Não é Permitido

- Utilizar ou receber ajuda externa.
- Utilizar clip ou bar end de qualquer modelo/cumprimento.
- Utilizar guidão aerodinâmico tipo “chifre de boi”.
- O uso do capacete gota ou meia gota, podendo ser utilizado apenas o capacete tradicional “coquinho”.
- Pedalar na área de transição.
- Pedalar com o capacete desafivelado.
- Pedalar com o torso nu.
- Trocar de bicicleta.
- Vácuo entre os atletas de sexo oposto.
- Vácuo atrás das motos do evento.
- Bicicleta montada para contra relógio.

PERMITIDO



PROIBIDO



PERMITIDO



PROIBIDO



PERMITIDO



PROIBIDO



PROIBIDO



Obs.: O atleta que não estiver com a bicicleta nas condições acima será proibido de participar da prova, estando desclassificado.

Proibido

Punição para vácuo

- O atleta será advertido com cartão azul e será penalizado com um minuto no seu tempo final de prova. Se permanecer no vácuo ou voltar a cometer a infração, receberá cartão vermelho e estará desclassificado;
- O atleta que receber dois cartões azuis será desclassificado.

PcD:

- A categoria PcD será realizada com qualquer tipo de bicicleta (speed ou mountain bike), respeitando todas as outras questões referentes à conduta no ciclismo.
- ***Para bicicletas Mountain Bike:***

Permitido

- “Obrigatório o uso dos pneus de Mountain Bike no tamanho mínimo de 1.90, sendo 26” ou 29”, de qualquer tipo.”

- Permitido o uso de pneus slick ou semi-slick (liso) e/ou lixado (careca), pneus com friso contínuo.

Proibido

- Utilizar do clip ou bar end de qualquer modelo/ comprimento.

- ***CONDUTA NA CORRIDA***

Obrigatório

- Manter o numeral fornecido pela organização visível, na frente do corpo, durante toda a corrida, sob pena de desclassificação.
- Homens e mulheres, com camiseta, top ou macaquinho.
- Correr nos locais indicados pela sinalização ou pelos staff.
- O uso de chip eletrônico fornecido pela organização.

Não é permitido

- Qualquer ajuda por parte de outro corredor ou pessoa estranha à prova, exceto para recebimento de água nos postos de hidratação fornecidos pela organização e no espaço indicado para as Assessorias.

Permitido

- Aos atletas da categoria PcD receberem auxílio, desde que autorizados pela organização.

- ***CONDUTA NA CHEGADA***

- Será considerada a chegada de um atleta quando qualquer parte do torso do atleta cruzar a linha de chegada verticalmente.
- Ao cruzar a linha de chegada, o atleta assume o seu resultado final, não havendo possibilidade dele retornar à competição novamente.
- Se houver empate na chegada, entre dois ou mais atletas, a classificação da chegada será decidida pelo árbitro da cronometragem (FPTri), que poderá recorrer aos recursos de foto ou vídeo para dar seu parecer final.

- ***CONDUTA NO REVEZAMENTO (TRIO)***

- Cada equipe poderá inscrever três (03) integrantes na prova. Não será permitida a participação número inferior a 03 integrantes, e 01 realizará a modalidade de natação, 01 a modalidade do ciclismo e 01 a modalidade da corrida.
- Somente serão aceitas inscrições preenchidas com os dados dos três integrantes (03).
- A passagem da pulseira entre os atletas deverá acontecer na zona de passagem, em local específico determinado pela Comissão Organizadora: da natação para o ciclismo e do ciclismo para a corrida.
- Podem ser utilizadas as bicicletas “mountain bike”

- ***7 – PREMIAÇÃO:***

Horário e Local: a partir das 10h na Praia Central de Guaratuba

- Medalhas de participação para todos os atletas que concluírem a prova.
- Para a premiação dos atletas e classificação dos mesmos, em todas as modalidades, será utilizado o seguinte critério: os 5 primeiros colocados de cada modalidade, serão classificados pelo tempo bruto de prova, a partir do 6º colocado serão todos classificados de acordo com o tempo líquido.

- **CATEGORIA PcD MASCULINA E FEMININA:**
- Troféus aos 03 (tres) primeiros colocados.
- **CATEGORIA SPEED, MOUNTAIN BIKE MASCULINA E FEMININA:**
- Troféus aos 05 (cinco) primeiros colocados de cada categoria.
- **CATEGORIA REVEZAMENTO:**
- Troféus aos 03 (tres) primeiros colocados no masculino, no feminino, no misto.

• **8 – CONSIDERAÇÕES GERAIS**

- Para a realização do TRIENERGY DASH, serão adotadas as regras oficiais da Confederação Brasileira de Triathlon – CBTri, ressalvadas as alterações contidas neste regulamento.
- Para planejamento, segurança e conforme estrutura física local, os organizadores reservam-se o direito de limitar o número total de participantes em 400 atletas.
- Ao se inscrever no evento, o atleta o faz de forma pessoal e intransferível, não havendo possibilidade de transferência desta inscrição para outro atleta, bem como reembolso do valor da inscrição, salvo motivo de força maior conforme item 3 deste regulamento.
- Não será realizada devolução da diferença da taxa de inscrição em caso de troca de categoria;
- Duração máxima da prova: 1h45 para categoria Speed, PcD, Mountain bike; 2h30 (tempos contados a partir das respectivas largadas).
- Os resultados finais das categorias e do geral serão divulgados em listagens, logo após a apuração dos mesmos no local indicado pela organização.
- Os certificados serão disponibilizados na internet em até 10 dias da realização do evento.
- Em caso de abandono da prova, em qualquer etapa, a Comissão Organizadora deverá ser informada para a própria segurança do atleta.
- O atleta que cortar percursos da natação, ciclismo ou corrida será desclassificado e estará sujeito à punição administrativa pela Comissão Organizadora.
- Em caso de apresentação de quadro clínico de risco, o atleta que for atendido por médico da equipe do evento deverá acatar as orientações do profissional.
- O diretor de prova poderá, seguindo recomendação do médico responsável pelo evento, excluir o participante a qualquer momento;
- A Comissão Organizadora não tem responsabilidade sobre o atendimento médico dos atletas, despesas médicas em casos de internação ou lesões geradas pelas práticas das provas. Porém, será disponibilizado um serviço de ambulância UTI móvel para atendimento emergencial aos triatletas e para a remoção destes aos hospitais da rede pública de saúde.
- O atleta ou seu acompanhante poderá decidir pela remoção ou transferência para hospitais da rede privada de saúde, eximindo a Comissão Organizadora de qualquer responsabilidade ou reembolso pelas despesas decorrentes deste atendimento médico.
- É de responsabilidade do atleta conferir seu chip (com todos os seus dados pessoais e categoria), numerais, adesivos e touca que serão entregues no dia 14 de NOVEMBRO das 10h às 17h. Não serão aceitas reclamações cadastrais depois da retirada e conferência do chip.
- O uso do chip é obrigatório, acarretando a desclassificação do atleta que não utilizar.

- Ao participar da prova o atleta cede todos os direitos de utilização de sua imagem por meio de fotografias, filmes, vídeos ou qualquer outro tipo de registro para divulgação do evento.
- Os recursos referentes às questões de desclassificação por problemas de vácuo e conduta antidesportiva não serão considerados pela Comissão Organizadora.
- A Comissão Organizadora poderá penalizar ou desclassificar os competidores por infração ao regulamento.
- A inscrição do atleta implica o total entendimento deste regulamento, devendo qualquer dúvida ser esclarecida junto à Organização, até o final do Simpósio Técnico.
- Atletas que estejam suspensos por dopagem não poderão participar da prova.
- Possibilidade de submissão do atleta ao exame antidopagem a qualquer momento, durante a realização do evento;
- O atleta que não cumprir qualquer item do regulamento não poderá participar da prova por qualquer hipótese.
- Os casos omissos serão julgados pela Comissão Organizadora.
- A Comissão Organizadora é soberana para tomar qualquer decisão antes, durante e após a prova.