

REGULAMENTO - TRIATHLON SPRINT

750 m de natacao + 20 km de ciclismo + 5 km de corrida

1. DA PROVA

A competicao sera disputada na sequencia:

- Natacao: 750 metros
- Ciclismo: 20 quilometros
- Corrida: 5 quilometros

O atleta devera completar as tres modalidades, respeitando o percurso, as regras de seguranca e as orientacoes da organizacao.

2. CATEGORIAS

Sugestao de divisao:

- Juvenil: 16-17 anos
- Junior: 18-19 anos
- Sub-23: 20-23 anos
- Elite: 24-34 anos
- Master A: 35-45 anos
- Master B: 46-56 anos
- Master C: 57-67 anos
- Master D: 67 anos ou mais

Categorias Masculino e Feminino.

Para menores de idade, recomenda-se adequar a participacao as regras da federacao responsavel e exigir autorizacao do responsavel legal.

3. INSCRICOES

As inscricoes deverao conter:

- Nome completo;
- Data de nascimento;
- Documento de identificacao;
- Contato;
- Categoria;
- Termo de responsabilidade;
- Atestado medico, quando exigido pela organizacao.

4. NATACAO - 750 m

O percurso sera previamente demarcado pela organizacao.

E permitido o uso de olhos de natacao e traje de neoprene.

O atleta devera respeitar as boias e o sentido determinado.

Qualquer atleta que necessitar de auxilio devera sinalizar a equipe de seguranca.

A organizacao podera interromper a etapa aquatica por razoes de seguranca, condicoes climaticas ou qualidade da agua.

5. CICLISMO - 20 km

O uso de capacete rigido e afivelado sera obrigatorio.

A bicicleta devera estar em condicoes adequadas de seguranca.

O atleta devera respeitar integralmente o percurso determinado.

Nao sera permitido receber auxilio externo fora das areas autorizadas.

Nao sera permitido vacuo.

6. CORRIDA - 5 km

O percurso sera devidamente sinalizado.

O atleta devera permanecer dentro do percurso oficial.

E proibido receber auxilio externo durante a corrida, salvo nos pontos oficiais de hidratacao.

O atleta devera seguir as orientacoes dos fiscais e voluntarios.

7. TRANSICOES

Serao realizadas duas transicoes:

T1 - Natacao -> Ciclismo

O atleta devera colocar o capacete antes de retirar a bicicleta da area de transicao.

T2 - Ciclismo -> Corrida

O atleta devera desmontar da bicicleta no local indicado pela organizacao e somente entao iniciar a corrida.

Os tempos das transicoes serao contabilizados no tempo total da prova.

8. CLASSIFICACAO

A classificacao sera determinada pelo tempo total, incluindo:

- Natacao + T1 + Ciclismo + T2 + Corrida.

Serao premiados os atletas que obtiverem as melhores colocacoes dentro de cada categoria.

9. PENALIDADES E DESCLASSIFICACAO

Poderao resultar em penalizacao ou desclassificacao:

- Cortar ou alterar o percurso;
- Nao cumprir integralmente qualquer uma das tres modalidades;
- Conduta antidesportiva;
- Desobedecer as orientacoes dos arbitros;
- Utilizar equipamento proibido;
- Receber auxilio externo nao autorizado;
- Nao utilizar capacete adequadamente;

- Colocar em risco outros participantes;
- Fraude ou participacao em categoria incorreta;
- Usar fones de ouvido ou qualquer outro tipo de dispositivo de som ou comunicacao.

10. SEGURANCA

A organizacao devera disponibilizar estrutura de seguranca compativel com as tres modalidades, incluindo equipe de apoio aquatico, primeiros socorros e suporte ao longo do percurso.

Em caso de condicoes climaticas adversas ou qualquer situacao que ofereca risco aos participantes, a organizacao podera alterar, interromper ou cancelar a prova.

11. PREMIACAO

Sugestao:

- Trofeu para 1º, 2º e 3º colocados gerais masculino e feminino;
- Medalhas ou trofeus para 1º, 2º e 3º de cada categoria.

12. DISPOSICOES FINAIS

A participacao na prova implica aceitacao integral deste regulamento. Casos omissos serao analisados e decididos pela organizacao da competicao.