

SESC TRIATHLON TRAMANDAÍ 2019

REGULAMENTO

24|11|2019

O Sesc – integrante do Sistema Fecomércio-RS/Sesc/Senac– realizará o **SESC TRIATHLON TRAMANDAÍ**, competição que engloba três modalidades esportivas: Natação, Ciclismo e Corrida. Esse evento tem como objetivo incentivar e estimular a prática de atividades físicas por meio de uma prova festiva, de elevada qualidade técnica e grande repercussão nacional.

O Sesc Triathlon Tramandaí é realizado nas distâncias:

- Percurso (Sprint) - 750m para a natação, 20 km para o ciclismo e 05 km para a corrida, em todas as categorias: Elite, amador, mountain bike, comerciário/dependente, PCDS e revezamento.

Este evento é válido para o Campeonato Estadual de Triathlon.

1. PÚBLICO-ALVO:

- Comerciantes, dependentes e comunidade em geral a partir de 16 anos nas categorias individuais e a partir de 16 anos nas categorias revezamento.

2. CATEGORIAS:

- Para efeito de inscrição valerá a idade que o atleta tiver no dia 31/12/19.

Natação 750m, Ciclismo 20km, 5km.		
CATEGORIAS	GÊNEROS	FAIXA (S) ETÁRIA (S)
Amador (a)	Masculino e Feminino	16/19, 20/24, 25/29, 30/34, 35/39, 40/44, 45/49, 50/54, 55/59, 60/64 e 65 anos em diante.
Comerciário/dependente	Masculino	16/19, 20/29, 30/39 e 40 anos em diante.
Comerciário/dependente	Feminino	16/24 e 25 anos em diante.
Mountain Bike	Masculino e Feminino	A partir de 16 anos - Categoria única.
PCDS (Pessoa com Deficiência)	Masculino e Feminino	A partir de 16 anos - Categoria única.
Revezamento Aberto	Masculino e Feminino	A partir de 16 anos categoria única.
Elite Sprint	Masculino e Feminino	A partir de 16 anos, categoria única.
Corrida 5km, Ciclismo 20km, Corrida 2,5km		
CATEGORIAS	GÊNEROS	FAIXA (S) ETÁRIA (S)
Duathlon	Masculino	16/19, 20/29, 30/39, 40 anos em diante.
Duathlon	Feminino	16/24, 25 em diante.

- Limite máximo geral de vagas – 400 inscrições.

3. INSCRIÇÕES: setembro a novembro somente pela internet.

INFORMAÇÕES PARA INSCRIÇÃO:

- Vagas limitadas: as inscrições são limitadas a 400 participantes, em função da estrutura física local, encerrando-se no momento em que for atingido o número máximo de participantes;
- Os inscritos na categoria PCDS e pessoas a partir de 60 anos, **estão isentos** da taxa de inscrição.

DATA DAS INSCRIÇÕES: 30 de setembro a ~~19 de novembro~~ 20 de novembro.

- **VALORES:**

CATEGORIA	<u>VALOR</u>
Elite	R\$ 100,00 Comércio e Serviços e Empresários e R\$ 180,00 Público em Geral
Comerciário/dependentes (em qualquer categoria do Triathlon)	R\$ 40,00
Amador / Mountain Bike	R\$ 80,00
Revezamento Comerciário / Dependente (equipe) Revezamento Aberto	R\$ 160,00
PCDS e pessoas com mais de 60 anos	Isentos
Duathlon	R\$ 50,00

As inscrições serão realizadas através do site www.sesc-rs.com.br/triathlon somente. Não serão aceitas inscrições via telefone ou e-mail.

Observações:

- Para melhor controle da competição, os organizadores reservam-se o direito de limitar o número de participantes a 400 (quinhentos) atletas.
 - A ficha de inscrição/clínica deverá ser cuidadosamente preenchida no sistema on-line.
- Não será permitida mudança de categoria após a inscrição.

INSCRIÇÕES “APENAS VIA INTERNET”:

- Não serão realizadas inscrições nas unidades do Sesc.

FORMA DE INSCRIÇÃO:

- As inscrições serão aceitas até o preenchimento do limite máximo de **400**. Depois de efetuada a confirmação do pagamento e documentos, se houver cancelamentos, poderão ser liberadas novas vagas para os atletas que constarem na lista de espera;
- Os **comerciários** que estiverem aguardando na lista de espera terão prioridade na inscrição.

ATENÇÃO:

- Para efeito de inscrição valerá a idade que o atleta tiver no dia 31/12/2019.

- Inscrições abertas à comunidade em geral, acima de 16 anos completos para categoria individual, em ambos os sexos, e acima de 16 anos para revezamento, mediante ao anexo durante o preenchimento no site da **Cópia do atestado médico de aptidão física que autorize o atleta a participar da prova, com no máximo 6 meses de antecedência da prova (deverá ser anexo no ato da inscrição);**
- Cópia da **carteira do Sesc ou aplicativo** atualizada para os atletas comerciários/dependentes (deverá ser anexado no ato da inscrição);
- Os atletas comerciários inscritos deverão informar o número da **carteira do Sesc** na ficha de inscrição e estar de posse da mesma no dia da prova devidamente atualizada;
- As inscrições são pessoais e intransferíveis (caso haja troca ou repasse da inscrição, os envolvidos serão desclassificados da prova e suspensos por 2 anos de participar do Sesc Triathlon Tramandaí).
- Efetue o pagamento conforme indicado no site.

IMPORTANTE! SAÚDE!

- **Para participar, os atletas devem estar em boa forma física. 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. É obrigatória a apresentação de atestado médico específico para atividades físicas.**
- Todos (as) os (as) atletas participantes deverão estar em dia com rigorosa avaliação médica para realização da prova, pois a organização não se responsabilizará pela saúde dos (as) 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;
- O coordenador da etapa 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 para atendimento emergencial aos atletas e remoção aos hospitais da rede pública de saúde;
- O (a) atleta ou seu (sua) 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 do atendimento médico;

4. PROGRAMAÇÃO:

TRANSLADO:

Porto Alegre (Aeroporto) x Tramandaí

Sábado: 16h (Limite de 30 passageiros – todas as bagagens serão colocadas no Porta-malas do ônibus, inclusive as Bicicletas).

Tramandaí x Porto Alegre (Aeroporto)

Domingo: 14h (Limite de 30 passageiros – todas as bagagens serão colocadas no Porta-malas do ônibus, inclusive as Bicicletas).

RETIRADA DO KIT:

- Será realizada na Unidade Sesc de Tramandaí, das 14h às 20 horas, do dia 23/11;
- O kit do atleta é composto de: bolsa, numerais, touca, camisa e chip;
- Só será possível mediante apresentação de documento oficial com foto levando comprovante de pagamento para eventual necessidade;
- Por terceiros, somente mediante apresentação de procuração com reconhecimento de firma, documento oficial com foto (original ou cópia) do atleta inscrito e documento oficial com foto do representante do atleta;
- O atleta comerciante/dependente deverá apresentar a **carteira do Sesc ou aplicativo** (atualizada). Em caso de carteira com data de validade vencida, o atleta perderá a condição de comerciante e não concorrerá nesta categoria;
- O atleta deverá realizar o aceite eletrônico no site (ou presencial, mediante assinatura da ficha, em situações específicas) das seguintes condições:
 - Ficha Clínica (atestado médico anexado no ato da inscrição);
 - Termo de responsabilidade quanto à devolução do chip (caso o atleta perca o chip, terá que pagar o valor de R\$ 100,00 (Cem Reais));
 - Concordância quanto à isenção de responsabilidade dos realizadores em qualquer acidente ou incidente que o atleta possa sofrer antes, durante e depois do evento (no ato da inscrição no site do evento).

Atenção: Para atletas menores, o termo deverá ser assinado pelo responsável.

Os kits não serão entregues antes do horário determinado.

PROVA:

CHECK-IN

- Concentração dos Triatletas na “Área de Transição”, com a colocação dos equipamentos.
- Marcação do numeral no corpo.
- Duathlon, Triathlon, Categoria Elite Sprint, Amador, Comerciante, Revezamentos, PCDS e Mountain Bike, no horário de 07h00 as 08h15.

CHECK-OUT

- A devolução do CHIP e retirada dos equipamentos da área de transição será a partir das 12h às 13h30.

5. PERCURSO DA PROVA:

Na modalidade de Duathlon:

- ✓ 8h - todas as categorias

Área de transição Duathlon: Avenida da Igreja, entre as ruas são João e Deodoro Ritter.

Corrida 1 – Circuito de 1.666m – 3 voltas (5 km);

Ciclismo – Circuito de 4 km - 5 voltas (20 km);

Corrida 2 - Circuito de 1.666m – 1 volta (1.666m);

Na modalidade de Triathlon:

NATAÇÃO: Parque da Festa do Peixe

- Categorias Elite Sprint, Amador, Comerciante/dependente, Mountain Bike, Paratriathlon e Revezamentos: 750m

CICLISMO:

- Categorias Elite Sprint, Amador, Comerciante/dependente, Mountain Bike, Paratriathlon e Revezamentos: 20 Km - 05 voltas - Circuito de 4 km

CORRIDA:

- Categorias Elite Sprint, Amador, Comerciante/dependente, Mountain Bike, Paratriathlon e Revezamentos: 5 Km - 03 voltas - Circuito de 1.666m

- Saiba mais sobre a competição: <https://www.youtube.com/watch?v=k1kYb3xhqts>
- Conheça o percurso: <https://www.youtube.com/watch?v=xrP8uXUasF0>

6. ORIENTAÇÕES PARA CUMPRIMENTO DA PROVA:

CONDUTA NO CHECK IN:

- Concentração dos atletas na Área de Transição para conferência dos equipamentos;
- O atleta já deverá se apresentar, com todos os numerais adesivados: braço direito, coxa direita e panturrilha esquerda, no canote do selim da bike, na parte lateral direita do capacete e na parte frontal da camiseta;
- O atleta deverá estar com o capacete na cabeça e afivelado;
- Caso o atleta esteja com qualquer equipamento irregular, não poderá realizar a prova, devendo devolver chip eletrônico.

CONDUTA NA ÁREA DE TRANSIÇÃO:

- O atleta deverá cumprir o horário pré-estabelecido de abertura e fechamento da área de transição. Caso o atleta desrespeite esses horários, será impedido de participar da prova;
- O atleta deve, obrigatoriamente, usar apenas o espaço a ele destinado;
- É proibido pedalar na área de transição;
- O atleta não deve impedir o progresso de outros competidores na área de transição;
- **O atleta não pode mexer nos equipamentos dos outros competidores;**
- O atleta deverá “montar” e “desmontar” na bicicleta a partir da faixa pré-estabelecida e devidamente marcada no chão e/ou placas indicativas;
- Só será permitida a presença de pessoas devidamente autorizadas;
- A Comissão Organizadora não se responsabilizará por equipamentos removíveis da bicicleta;

- No Check out o atleta só poderá retirar seu material no horário determinado, mediante apresentação de sua numeração ou com autorização da Comissão Organizadora;
- Os chips devem ser entregues, OBRIGATORIAMENTE, na retirada do material da área de transição;
- Após horário estabelecido, todo o material que não tiver sido retirado será recolhido pelo coordenador e o atleta deverá dirigir-se ao coordenador de arbitragem.

CONDUTA NA LARGADA:

DUATHLON

LARGADA - 8 horas

MASCULINO E FEMININO - Todas as categorias por faixas etárias.

TRIATHLON

1ª LARGADA - 9h 20min

ELITE SPRINT - MASCULINO E FEMININO

COR TOUCA - AMARELA

2ª LARGADA - 9h 25min

MASCULINO - Amadores 16/19 anos, 20/24 anos, 25/29 anos, 30/34 anos, 35/39 anos, 40/44 anos e Comerciantes masculinos.

COR TOUCA - AZUL

3ª LARGADA - 9h 30min

FEMININO - Todas as faixas etárias / MTB / Comerciantes e PCDS.

MASCULINO - 45/49 anos, 50/54 anos, 55/59 anos, 60/64 anos, 65 anos ou mais, MTB e PCDS.

COR TOUCA - VERDE

4ª LARGADA - 9h 35min

MASCULINO E FEMININO - Revezamento

COR TOUCA - VERMELHA

INICIO DA PREMIAÇÃO – após 80% da prova concluída.

CONDUTA NA NATAÇÃO:

- Obrigatório:

 Uso de touca de cor correspondente a sua categoria e do chip eletrônico, fornecidos pela Organização.

 Uso de roupa de borracha com temperatura da água igual ou abaixo de 16 graus;

 Contorno pelo lado externo das boias delimitadas pela organização.

- Não é Permitido:

 Uso de equipamentos auxiliares de natação, exceto para a categoria Paratriathlon;

 Uso de roupa de borracha com temperatura da água igual ou acima de 24 graus;

 Auxílio de qualquer espécie exceto para a categoria Paratriathlon;

 Utilizar-se da praia para correr, salvo nas áreas determinadas pela organização.

CONDUTA NO CICLISMO:

- Obrigatório:

- 🚲 Usar capacete duro e afivelado durante toda a etapa de ciclismo, inclusive para sair da área de transição;
- 🚲 Fica proibido o uso do capacete gota, podendo ser utilizado apenas o capacete meia gota;
- 🚲 Fixar o numeral do competidor, fornecido pela organização, no capacete e na bicicleta para identificação;
- 🚲 Utilizar apenas uma bicicleta durante a prova;
- 🚲 O atleta poderá realizar reparo na bicicleta durante a prova, desde que este ocorra dentro da área de transição, com o próprio material (identificado no *check in*) e sem receber ajuda de terceiros;
- 🚲 Usar o chip eletrônico fornecido pela organização;
- 🚲 Para “montar” e “desmontar” na bicicleta deverá ser respeitada a marcação feita pela organização;
- ~~🚲 As rodas das bicicletas deverão ser raiadas obrigatoriamente; caso esse item não seja cumprido, o atleta será proibido de participar da prova;~~
- 🚲 Não será permitido roda fechada.
- 🚲 A utilização do Clip esta liberada;
- ~~🚲 Não será permitido a utilização do guidão aerodinâmico tipo “chifre de boi”.~~
- 🚲 Na bicicleta Mountain Bike, não será aceita a utilização do clip e bar-ends;

- Não é permitido:

- 🚲 Utilizar ou receber ajuda externa;
- 🚲 Pedalar na área de transição;
- 🚲 Pedalar com o capacete desafivelado;
- 🚲 Pedalar com o torso nu;
- 🚲 Trocar de bicicleta;

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

- PERMITIDO



- PROIBIDO



- **COMERCIÁRIO/DEPENDENTE:**

🚲 A categoria Comerciante/dependente será realizada conforme a faixa etária prevista no regulamento, com qualquer tipo de bicicleta (Speed e/ou Mountain Bike);

PARA BICICLETAS MOUNTAIN BIKE:

- **PERMITIDO:**

- 🚲 Não será permitido o bar-ends;
- 🚲 O pneu deve ter no mínimo 1,5 polegadas;

- **PROIBIDO:**

- 🚲 Nas categorias Elite não é permitido o uso de bicicleta Mountain Bike.

CONDUTA NA CORRIDA:

- **OBRIGATÓRIO:**

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

Obs.: Será desclassificado o atleta que danificar o numeral da competição.

- **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;
- 🏃 Caso o atleta cometa alguma infração descrita acima, será desclassificado.

- **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 de ele retornar à competição novamente;
- 🏃 O atleta deve manter uma atitude desportiva, não desmerecendo a classificação dos seus adversários;
- 🏃 Se houver empate na chegada, entre dois ou mais atletas, a classificação será decidida pelo árbitro da cronometragem, que poderá recorrer aos recursos de foto ou vídeo para dar seu parecer final.

ESPECIFICIDADES DA CATEGORIA REVEZAMENTO:

- Cada equipe poderá inscrever dois (02) ou três (03) integrantes na prova.
- No revezamento composto por três (03) atletas: 01 realizará a modalidade de natação, 01 a modalidade do ciclismo e 01 a modalidade da corrida;

- Será obrigatória a participação de um representante do revezamento na retirada dos Kits;
- Somente serão aceitas inscrições de revezamento que apresentarem um representante legal (responsável técnico);
- Em caso de revezamento misto (ambos os sexos), será considerado como **categoria masculino**, mesmo se houver apenas um integrante do sexo masculino;
- A entrega do chip eletrônico deverá acontecer na zona de passagem, em local específico determinado pela Comissão Organizadora: da natação para o ciclismo; do ciclismo para a corrida;
- A premiação a ser concedida aos vencedores da categoria revezamento será específica, não cabendo aos integrantes a disputa de premiações oferecidas individualmente;
- O atleta da corrida ao passar pela linha de chegada receberá as três ou duas medalhas.
- Podem ser utilizadas as bicicletas *mountain bike* e *speed*.

7. PREMIAÇÃO:

HORÁRIO:

- Será realizada conforme os resultados forem sendo liberados pela coordenação de apuração e afixados no local determinado pela organização, dando o tempo de 30 (trinta minutos) para o atleta, caso haja necessidade de apresentar recurso;
- Local: ao lado do Ginásio Municipal
- **Para receber a premiação em espécie/cheque/depósito bancário, é obrigatória a apresentação de um documento oficial com foto;**
- **O recebimento da premiação em espécie será por depósito bancário através da conta sinalizada no ato da inscrição no site do evento;**
- Na categoria comerciário /dependente, apresentar o documento oficial com foto e a **carteira do Sesc ou aplicativo** atualizada;
- Para os vencedores menores de 18 anos, a premiação em espécie/cheque/depósito bancário só será entregue ao pai, mãe, tutor ou pessoa de maior idade, designada pelo juiz com apresentação do RG;
- Medalhas de participação para todos os atletas que concluírem a prova.

CATEGORIA:

- Troféus aos 3 primeiros colocados de cada categoria.

PREMIAÇÃO EM ESPÉCIE TRIATHLON

CATEGORIA ELITE MASCULINO E FEMININO:

- Valor da premiação:
 - 1º colocado R\$ 3.000,00
 - 2º colocado R\$ 2.000,00
 - 3º colocado R\$ 1.000,00

8. CONSIDERAÇÕES GERAIS:

- A realização do Sesc Triathlon Tramandaí será baseada nas regras oficiais da Confederação Brasileira de Triathlon – CBTri, ressalvadas as alterações contidas neste regulamento;
- Para planejamento e conforme estrutura física local, os organizadores reservam-se o direito de limitar o número total de 400 inscrições;
- 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 com antecedência inferior a 20 (vinte) dias da realização do evento;
- Duração máxima da prova: 1h 50min para categoria Elite, Amador, Mountain Bike, - Comerciarário/dependente, Paratriathlon e Revezamento; (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 da premiação;
- 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;
- Não é permitida a circulação de bikes de Treinadores ou preparadores físicos no percurso, sujeito a desclassificação;
- Em caso de apresentação de quadro clínico de risco, o atleta que for atendido pelo médico do evento deverá acatar as orientações do profissional;
- **O atleta poderá apresentar recurso por escrito em planilha oficial do evento até 30 minutos após a divulgação dos resultados. Não caberão recursos contrários ao regulamento do evento;**
- **Fica fixado o valor de R\$50,00 (Cinquenta Reais) para apresentação do recurso. Caso seja deferido, o valor será devolvido ao atleta;**
- Os “Recursos” referentes às questões de desclassificação por problemas de vácuo e conduta antidesportiva não serão considerados pela Comissão Organizadora;
- É responsabilidade de o atleta conferir seu chip (com todos os seus dados pessoais e categoria), que será entregue na retirada do kit;
- Não serão aceitas reclamações cadastrais depois da retirada do Chip e conferência pelo atleta;
- O uso do chip é obrigatório, acarretando a desclassificação do atleta que não utilizar;
- Em caso de extravio, perda ou dano do chip, o atleta deverá pagar à organização da prova a taxa de R\$ 100,00 (cem reais), mediante depósito bancário em nome do Serviço Social do Comércio, Banco do Brasil, Ag: 3418-5, Conta Corrente 5978-1, e enviar o comprovante de pagamento por e-mail **gel@sesc-rs.com.br** até 15 (quinze) dias após a realização do evento.
- Caso o atleta não efetue o pagamento e/ou devolva o chip, o mesmo não poderá participar de eventos do Sesc/RS até que seja resolvida a questão;
- 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;
- O atleta que não cumprir qualquer item do regulamento não poderá participar da prova por qualquer hipótese;

- A inscrição do atleta implica o total entendimento deste regulamento, devendo qualquer dúvida ser esclarecida junto à Organização, até o final da entrega dos kits, no sábado 23/11/2019 às 20h;
- **A Comissão Organizadora poderá penalizar ou desclassificar os competidores por infração ao regulamento;**
- **Os casos omissos serão julgados pela Comissão Organizadora.**
- **A Comissão Organizadora é soberana para tomar qualquer decisão antes, durante e depois da prova.**