



22º TRIATHLON DO CORPO DE BOMBEIROS MILITAR

2ª ETAPA DO CAMPEONATO CAPIXABA DE TRIATHLON

REGULAMENTO GERAL



1. EVENTO:

2ª Etapa - 13/12/2020 (domingo)

2. LOCAL:

Praia de Camburi, Vitória – ES

3. INSCRIÇÕES E VALORES:

3.1. Número máximo de 200 atletas;

3.2. TRIATHLON – BOMBEIRO MILITAR do ESPÍRITO SANTO: isento

3.3. TRIATHLON – BOMBEIRO MILITAR de OUTROS ESTADOS: Valor R\$ 130,00

3.4. Atletas filiados a FECATRI

TRIATHLON – SPRINT PRINCIPAL: Valor R\$ 180,00

3.5. Não filiados a FECATRI

TRIATHLON – SPRINT PRINCIPAL: Valor R\$ 210,00

TRIATHLON INFANTIL (De 06 anos a 15 anos): Valor R\$ 100,00

3.6. TRIATHLON REVEZAMENTO – SPRINT: valor R\$ 140,00 por atleta. Podendo ser dupla ou trio, misto ou não.

4. **DESCONTO PARA DOADORES DE SANGUE:** *O atleta que doar/doou sangue no HEMOES, no período de setembro/2020 até dia 05 de dezembro de 2020, terá desconto de R\$ 50,00 reais no valor da inscrição. O comprovante de doação deverá ser apresentado no ato da entrega do KIT. O atleta deverá apresentar o atestado de doação para retirada do kit e caso não apresente, deverá realizar o pagamento de R\$ 50,00 para, então, retirar o seu KIT de competição, caso contrário perderá a inscrição e o valor pago não será devolvido.*

Obs: a doação deverá ser feita no HEMOES - Centro de Hematologia e Hemoterapia do Espírito Santo. Para os atletas de outros estados, será aceita a doação realizada em bancos de sangue públicos.

5. DISTÂNCIAS:

5.1. TRIATHLON INFANTIL – (6 A 10 ANOS) : 100 mts natação, 3 km ciclismo e 600 mts corrida;

5.2. TRIATHLON INFANTIL – (11 A 13 ANOS) : 200 mts natação, 4 km ciclismo e 1250 mts corrida;

5.3. TRIATHLON INFANTIL – (14 A 15 ANOS) : 300 mts natação, 8 km ciclismo e 2000 mts corrida;

5.4. TRIATHLON SPRINT - 750 mts natação, 20 km ciclismo e 5 km corrida.

5.5. REVEZAMENTO SPRINT - 750 mts natação, 20 km ciclismo e 5 km corrida.

6. CATEGORIAS e PREMIAÇÃO:

6.1. TRIATHLON INFANTIL– 3 PRIMEIROS DE CADA CATEGORIA - 06 a 07 anos / 08 a 10 anos / 11 a 13 anos / 14 a 15 anos;

6.2. TRIATHLON SPRINT GERAL – 5 Geral masculino e 5 Geral feminino.

6.3. TRIATHLON SPRINT FAIXAS ETÁRIAS MASCULINO - 16/19 – 20/24 – 25/29 – 30/34 – 35/39 – 40/44 – 45/49 – 50/54 –55/59 – 60/64 – 65/69 - 70 anos acima. (3 primeiros de cada categoria);

6.4. TRIATHLON SPRINT FAIXAS ETÁRIAS FEMININO - 16/19 – 20/24 – 25/29 – 30/34 – 35/39 – 40/44 – 45/49 – 50/54 –55/59 – 60/64 – 65/69 - 70 anos acima.. (3 primeiros de cada categoria);

6.5. TRIATHLON SPRINT – Pessoas com deficiência (PcD) - 3 primeiros

6.6. REVEZAMENTO SPRINT – 1º Geral

OBS: Não haverá premiação no local do evento. A entrega, das referidas premiações, ocorrerá a partir do dia 14 de dezembro, individualmente. O resultado oficial será publicado nas redes sociais.

7. CRONOGRAMA DO EVENTO

5:00h – ABERTURA DA ÁREA DE TRANSIÇÃO

5:45h – FECHAMENTO DA ÁREA DE TRANSIÇÃO

6:00h – LARGADA TRIATHLON SPRINT FEMININO

6:10h – LARGADA TRIATHLON SPRINT MASCULINO

Obs: Caso o número de atletas (masculino) seja superior a 80, serão efetuadas duas largadas.

6:15h – LARGADA DO REVEZAMENTO

7:30h – ABERTURA DA ÁREA DE TRANSIÇÃO INFANTIL

7:55h – FECHAMENTO DA ÁREA DE TRANSIÇÃO INFANTIL

8:00h - LARGADA TRIATHLON INFANTIL

Serão três largadas para o infantil, conforme separação de idades e distâncias previstas no item 5.

8. **RETIRADA DE KIT:**

Data: 12 de dezembro (sábado)

Local: Quartel do Comando Geral do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Espírito Santo - Rua Ten. Mário Francisco de Brito, 100 - Enseada do Suá CEP: 29050-555 - Vitória / ES

Horário: 13h às 16h em sistema drive-thru e com agendamento via instagram da Fecatri

Para a retirada do KIT o atleta deverá doar 2kg de alimento não perecível, que será destinado pelo CBMES à Secretaria de Assistência Social de Vitória (Semas). OBS: Os atletas que forem doadores de sangue, conforme as regras supramencionadas no item 4, não precisam doar o alimento.

Outros documentos necessários para a retirada do kit:

- Comprovante de Inscrição e de pagamento ou autorização de Retirada de Kit por Terceiros;
- Bombeiros Militares deverão apresentar a CI Funcional.

9. CONGRESSO TÉCNICO:

Data: 12/12/2020 às 19h, em formato de **live**, pelo Instagram da Fecatri.

10. A inscrição do atleta dará direito a: medalha de participação (pós prova), camisa, seguro atleta.

11. No ato da inscrição, o atleta aceita integralmente este regulamento, o plano de ação anticovid e o Termo de responsabilidade que se encontram anexos a este regulamento.

12. O atleta só poderá acessar a área de transição após ter sua temperatura checada pela organização do evento, por meio de termômetro. O atleta que estiver em estado febril, com temperatura superior a 37,9 °C, não poderá realizar a prova e será orientado a procurar uma unidade de saúde.

13. Os Atletas devem usar máscaras faciais, cobrindo nariz e a boca, durante as atividades précompetição e pós-competição e devem higienizar as mãos regularmente.

14. Regras gerais da Natação

14.1. Está permitida a utilização da roupa de borracha com qualquer condição de temperatura da água.

14.2. É obrigatório o uso da touca de natação, de qualquer cor e tipo.

14.3. É permitida a utilização de óculos de natação e, também, clipe de nariz.

14.4. Todos os atletas deverão contornar obrigatoriamente as bóias do percurso de natação demarcadas pela organização.

14.5. O atleta poderá utilizar de qualquer **estilo** propulsivo para mover-se na água.

14.6. Não é permitida a utilização de materiais que ajudem na propulsão. Como palmares, pé de pato, etc..

15. Regras gerais do ciclismo

15.1. Não é permitido pedalar sem capacete.

15.2. Não é permitido pedalar com o torso nú.

15.3. Não é permitido utilizar bicicletas sem freios.

15.4. Poderão utilizar qualquer modelo de bicicleta de propulsão humana.

15.5. Não é permitido pedalar utilizando aparelhos de som (MP3, etc...)

15.6. Não é permitido pedalar descalço.

16. Regras gerais da Corrida

16.1. É obrigatório correr de Tênis.

- 16.2. É obrigatório correr com o numero fornecido pela organização afixado à frente do corpo.
- 16.3. Não é permitido correr com o torso nú nem abrir o zíper da frente da vestimenta.
- 16.4. Não é permitido qualquer tipo de auxílio externo.
- 16.5. Não é permitido correr utilizando aparelhos de som (MP3, etc...)

ANEXO A

PLANO DE AÇÃO ANTICOVID – 22º TRIATHLON DO CBMES

1. FINALIDADE

Regular as ações necessárias de prevenção ao Covid-19 durante a realização do 22º Triathlon do Corpo de Bombeiros Militar do Espírito Santo.

2. REFERÊNCIA

- DECRETO Nº 4736-R, DE 19 DE SETEMBRO DE 2020.
- PORTARIA SESA Nº 186-R, DE 19 DE SETEMBRO DE 2020.
- PORTARIA SESA Nº 200-R, DE 03 DE OUTUBRO DE 2020.
- ITU COVID 19 Guidelines.

3. REGRAS GERAIS

Todas as orientações do CBMES/FECATRI priorizam a proteção, a saúde e a segurança dos atletas, staffs, público e demais envolvidos neste evento esportivo.

3.1. Responsabilidade individual

Os atletas, árbitros, staffs etc, serão orientados quanto às medidas relacionadas abaixo:

- I. Evitar tocar na boca, nariz ou olhos;
- II. Evitar apertos de mãos e abraços;
- III. Os participantes devem lavar as mãos frequentemente usando água e sabão ou álcool 70%, que será disponibilizado no evento;
- IV. Os participantes devem manter distância mínima de 2 metros entre si;
- V. Aqueles que se sentirem doentes não devem ir ao evento. Em caso de sintomas mais graves anteriores ao evento procurar urgentemente atenção médica;
- VI. Pessoas com sintomas respiratórios agudos (tosse, falta de ar, dificuldade em respirar ou dor de garganta) devem manter-se em casa;
- VII. Durante o processo de inscrição os atletas deverão firmar Termo de Responsabilidade de que, em caso de sintoma gripal, não poderá participar da competição;

3.2. Cuidados com os participantes

- I. O regulamento do evento determina que o atleta assine o termo de responsabilidade: "Declaro que não irei participar do evento, caso esteja sentindo: febre, tosse seca, dor de garganta, diarreia, conjuntivite, dificuldades de respirar, dor no peito ou qualquer outro sintoma de COVID19".

- II. O CBMES/FECATRI enfatiza a determinação do uso de máscaras cobrindo nariz e a boca para todos os envolvidos no evento esportivo (voluntários, staffs, oficiais técnicos e treinadores);
- III. Os Atletas devem usar máscaras durante as atividades précompetição e pós-competição e devem higienizar as mãos regularmente.
- IV. O evento contará com estabelecimento de fluxos de sentido único nas áreas e vias de circulação, com marcações no piso, cartazes de orientação ou outras formas de sinalização e orientação;
- V. Serão adotadas medidas para garantir o distanciamento físico de 2m (dois metros) entre as pessoas;
- VI. A hidratação dos atletas deve ser feita por *squeezer* individual identificada. Caso não seja possível, serão utilizados copos descartáveis lacrados em modo de autoatendimento (pegue-leve);
- VII. A organização da competição utilizará de videoconferencia para fornecer as informações técnicas pertinentes, e utilizará de sistemas digitais para o envio de identificadores de atletas (números/nomes) para reduzir a interação social antes da competição;
- VIII. Todas as informações da competição, incluso o protocolo preventivo para a COVID-19 a ser seguido antes, durante e após a competição, serão fornecidos aos atletas em formato on-line no site oficial da competição;
- IX. Os sanitários estarão abastecidos com os itens de higiene necessários: papel higiênico, sabonete líquido, toalhas de papel, coletores de resíduos com tampa acionada sem contato manual, ambientes com solução de álcool 70% (setenta por cento) ou solução antisséptica de efeito similar;
- X. Haverá lavatórios para higienização das mãos, equipados com água potável corrente, dispenser de sabonete líquido, toalhas de papel e coletor de resíduos;
- XI. Será disponibilizado em pontos estratégicos solução de álcool 70% (setenta por cento) ou solução antisséptica de efeito similar para a higiene das mãos;
- XII. Será verificada a temperatura dos atletas no check-in de acesso à prova;
- XIII. As largadas de múltiplos competidores deverão obedecer:
 - a) nas áreas destinadas ao aquecimento dos competidores, deverá ser respeitado o distanciamento de 2m (dois metros) entre os atletas;
 - b) Durante a largada será garantida a distância de 2m (dois metros) entre os atletas;
 - c) a organização da competição deverá demarcar os locais de saída de cada competidor;
 - d) as áreas destinadas à hidratação no percurso, quando necessárias, irão operar em formato de autoatendimento;
 - e) deverá ser promovida a dispersão dos competidores ao final de cada chegada.
- XIV. Não haverá cerimônia de premiação, os atletas vencedores irão receber a premiação em dia oportuno sem a participação de público, de maneira individual, respeitando o distanciamento social.

ANEXO B
TERMO DE RESPONSABILIDADE

Declaro que participarei da 2ª etapa Triathlon – 22ª Traithlon do Corpo de Bombeiros – no dia 13 de Dezembro de 2020, em Vitória – ES -, por livre e espontânea vontade e isento os organizadores, patrocinadores e demais envolvidos de qualquer responsabilidade por fatos ocorridos na prova.

Tambem declaro gozar de boa saúde, estar liberado por um médico que examinou, e que treinei apropriadamente.

Autorizo a utilização de qualquer fotografia, filme ou outra gravação, contendo meus dados e imagens durante a participação neste evento, que seja utilizado em qualquer meio de comunicação e mídia, seja impressa ou eletrônica, inclusive na internet.

Declaro também, que não participarei do evento, caso esteja sentindo: febre, tosse seca, dor de garganta, diarreia, conjuntivite, dificuldades de respirar, dor no peito ou qualquer outro sintoma de COVID19.

Atleta / Responsável legal