

REGULAMENTO TRIATHLON PANEIRO SPRINT

O presente regulamento está com informações de direitos e deveres dos participantes e organização com o objetivo de proporcionar aos atletas que têm interesse em participar da prova.

CAPÍTULO I – DA PROVA

1. A prova de triathlon será na distância Sprint, que compreende aproximadamente as distâncias de: 750 metros de Natação, 20 km de ciclismo e 5 km de corrida;
2. É possível haver variações nas métricas de acordo com as necessidades técnicas de cada percurso, as quais serão comunicadas no Congresso Técnico presencial ou virtual caso necessário;
3. A modalidade consiste em realizar sequencialmente a natação, ciclismo e corrida;
4. A competição será individual;
5. Todos podem participar se estiver com o condicionamento físico bom e em dias em consultas médicas;
6. Qualquer auxílio recebido durante o percurso resultará na desclassificação;
7. Haverá premiação (medalha de participação) para todos que concluírem a prova;
8. Poderá participar com bicicleta Speed Estrada (*Road*) ou Contra Relógio (TT) e Mountain Bike (MTB);
9. Tempo limite para conclusão da prova: 2h10;
10. Data da prova: dia 16/08/2026 às 5h30 horas o *bike check in* dos atletas;
11. Local do *check in* será no estacionamento do trapiche Eliezer Levy;
12. Vagas: Apenas 60;
13. Este evento terá cronometragem manual, sendo apurado o tempo bruto de cada atleta, ou, cronometragem digital;

CAPÍTULO II – DA PREMIAÇÃO:

1. Os três primeiros colocados gerais da CATEGORIA MASCULINO SPEED serão premiados;
2. As três primeiras colocadas CATEGORIA FEMININO SPEED serão premiadas;
3. Os três primeiros colocados gerais da CATEGORIA MASCULINO MTB serão premiados;

FEDERAÇÃO AMAPAENSE DE TRIATHLON

4. As três primeiras colocadas CATEGORIA FEMININO MTB serão premiadas;
5. Todos os atletas que COMPLETAREM CORRETAMENTE a prova terão direito a uma medalha de participação;
6. Não haverá entrega de premiação ou medalha após a cerimônia de premiação;
7. Só concorrerão ao pódio geral os atletas filiados.

CAPÍTULO III – DA INSCRIÇÃO

1. A inscrição será feita através do link disponibilizado pela organização em site de inscrições;
2. Data limite para inscrição será no dia 04/08/26 ou até preencher as vagas;
3. O valor da inscrição é de **R\$ 240 para filiado e R\$280 não filiado** mais taxa do site;
4. Poderão realizar a inscrição os atletas com a idade a partir de 16 anos completos em 2026;
5. **DESISTÊNCIA E TRANSFERÊNCIA DA INSCRIÇÃO:**
 - a) Em caso de desistência o atleta deverá informar a organização do evento;
 - b) Em regra, a inscrição é pessoal e intransferível, não obstante o atleta poderá solicitar à organização autorização para transferir sua inscrição, informando todos os dados do atleta que o irá substituí-lo na prova até 20 dias antes da prova.

CAPÍTULO IV – KIT DE PARTICIPAÇÃO

1. O kit de participação de evento é composto de:
 - a) Número de peito (participação) de uso obrigatório na etapa da corrida;
 - b) Números de bicicleta (adesivo canote) de uso obrigatório na bicicleta;
 - c) Número de capacete (adesivo) de uso obrigatório na FRENTE do capacete;
 - d) Medalha de participação para todos que concluírem a prova;
 - e) Tatuagem de número;
 - f) Camisa de participação personalizada;
 - g) Isotônico;
 - h) Touca.
2. A entrega dos kits e congresso técnico será feita no dia e o local a ser definido e divulgado via email.

FEDERAÇÃO AMAPAENSE DE TRIATHLON

3. Caso não possa retirar o seu kit pessoalmente, a retirada poderá ser feita por um terceiro, mediante a apresentação de documento de identidade do atleta.

CAPÍTULO V – REGRAS ESPECÍFICAS

1. Natação:
 - a) A distância será aproximadamente de 750 metros;
 - b) Não será permitido o uso de nadadeira, palmar, snorkel ou qualquer outro artifício que beneficie o atleta;
 - c) É permitido o uso de tubo flutuador, o atleta leva o seu (proibido utilizá-la para deslocamento);
 - d) Qualquer auxílio recebido durante o percurso resultará na desclassificação (se apoiar no muro de arrimo, em prancha, em barcos, em jetskis e similares);
 - e) O uso da ROUPA DE NEOPRENE NÃO ESTÁ LIBERADA, pois não se faz necessário, a temperatura da água e do clima não requerem tal material;
 - f) O uso da touca fornecida pela Organização será obrigatório;
 - g) Será obrigatória a marcação do número de competição através de tatuagem ou pincel;
 - h) O atleta deverá seguir o percurso em circuito que compreende da saída da rampa ao lado Trapiche Eliezer Levy em direção a pedra guindaste/estátua do São José contornando com o ombro direito seguindo para a boia e por fim finalizando na rampa na lateral do trapiche (em anexo);
 - i) Ressaltamos que o STAFF/Bombeiro que estiver acompanhando a realização da natação poderá retirar o atleta da água se observar que não tenha condições de completar a etapa e conseqüentemente, este será desclassificado;
 - j) O atleta que não se sentir bem, deverá sinalizar para STAFF/Bombeiro e posteriormente será resgatado e retirado da prova;
 - k) A largada dos atletas que usarem o tubo flutuador será realizada após a largada dos atletas sem o referido equipamento;
 - l) O atleta que usar o tubo flutuador deverá levar consigo até a área de transição, devidamente delimitado pela organização. Se o atleta deixar o flutuador em área diversa do local de transição será punido;
 - m) **Tempo de corte da natação:** 25 minutos após a largada.
2. Ciclismo:
 - a) A distância será aproximadamente de 20 km;

FEDERAÇÃO AMAPAENSE DE TRIATHLON

- b) Será obrigatória a utilização do capacete duro, o qual deverá ser afivelado antes de retirar a bicicleta do local, e perdurará durante todo o percurso de ciclismo, findando a etapa ao entrar na área de transição, onde poderá desafivelar o capacete somente quando por de volta a bicicleta na posição inicial. Caso ocorra o descumprimento desta, implicará em punição ou desclassificação do competidor;
- c) O atleta somente poderá subir ou descer de sua bicicleta após a faixa de MONTE/DESMONTE que estará posicionada na saída e entrada da área de transição. O descumprimento do exposto ensejará punição;
- d) O vácuo entre os competidores será liberado, contudo está proibido auxílio externo, tal como vácuo de qualquer veículo motorizado, ou ciclista que não esteja na prova. O descumprimento de tal item resultará em punição do atleta;
- e) Quando o atleta estiver no vácuo, fica proibido estar em posição no aerobar/ clip;
- f) Proibido usar roda fechada, ela deverá ter, no mínimo de 12 raios;
- g) Proibido aerobar/ clip em MTB;
- h) Está proibido manobras que impeçam outro ciclista de pegar vácuo, tal como “zig-zag” na pista;
- i) Será proibido pedalar com o tronco nu (sem camisa). A inobservância da regra resultará na desclassificação do atleta. Observação: Cabe ressaltar que o atleta poderá baixar o zíper de camisa ou macaquinho, contudo não poderá retirá-lo dos ombros;
- j) Não serão permitidas alterações no percurso (desvios) a não ser por determinação dos árbitros da prova por motivos de segurança. O descumprimento de determinação culminará em desclassificação do atleta;
- k) O atleta deverá manter-se sempre à direita no percurso e realizar as ultrapassagens obrigatoriamente pela esquerda dos demais competidores;
- l) É proibido o descarte de lixo no percurso. Somente será permitido o descarte na área verde (dentro da transição, no local onde fica a sua bicicleta ou área delimitada pela organização);
- m) Serão verificadas as condições da bicicleta para a realização da prova (freios funcionando, pneus desgastados, etc), portanto, recomenda-se ao atleta a verificação e a manutenção de sua bike antes do evento, pois a organização não disponibilizará mecânicos para quaisquer consertos eventuais;
- n) A hidratação durante a etapa do ciclismo será de responsabilidade do atleta.

FEDERAÇÃO AMAPAENSE DE TRIATHLON

- o) O atleta que não cumprir fielmente o percurso delimitado pela organização será desclassificado ao término da prova, conforme a informação repassada pelo STAFF e ÁRBITRO a MESA DE CONTROLE.
- p) Se durante a realização da etapa de ciclismo a bicicleta apresentar algum problema mecânico, o atleta poderá, sem ajuda externa, resolver tal demanda. Cabe ressaltar que não será autorizado a substituição por outra bicicleta e se o problema mecânico persistir, impedindo-o de pedalar, o atleta será automaticamente desclassificado da prova;
- q) Pneu da bicicleta MTB tem que ser de tamanho igual ou maior de 1.9". Tendo pneu menor o atleta será desclassificado;
- r) Proibido o atleta usar capacete que cubra o ouvido e visor de capacete que acopla por perigo de acidente;
- s) **Tempo de Corte do Ciclismo:** 1h20min após a largada.

3. Corrida:

- a) A distância será aproximadamente de 5 km;
- b) O competidor não poderá correr com o tronco nu (sem camisa).
- c) Macaquinho e camisa com zíper podem ser abertos, mas não pode ser baixado;
- d) O atleta deverá estar com o macaquinho ou camisa fechados quando passar pela linha de chegada. A inobservância resultará em punição;
- e) O atleta poderá utilizar camisa/camiseta ou similares;
- f) Os corredores deverão usar numeração para frente durante todo o percurso. Dobrar, cortar, usar de maneira errada a numeração da prova e provocar qualquer outra forma de alteração, bem como a sua não utilização, acarretará na desclassificação do competidor;
- g) Os corredores terão à disposição 01 (um) posto de hidratação durante o percurso em circuito da etapa;
- h) É proibido o descarte de lixo no percurso, sendo somente permitido na área verde (50m antes e depois do ponto de hidratação). O descumprimento desta regra implicará em punição.
- i) **Tempo de Corte do Corrida (chegada):** 2h10min após a largada

CAPÍTULO VI – DO PERCURSO

Realizará a **natação** saindo da rampa ao lado do Trapiche Eliézer Levi em direção as boias de sinalização que demarcam o percurso da natação, totalizando aproximadamente 750 metros, **conforme MAPA 1.**

FEDERAÇÃO AMAPAENSE DE TRIATHLON

O atleta subirá e se deslocará para a área de transição no estacionamento do Trapiche para pegar a bicicleta na área de transição e iniciar o **ciclismo** de aproximadamente 20 km, saindo do estacionamento sentido sul na Rua Azarias da Costa Neto seguindo pela Avenida Mendonça Junior dobrando para esquerda na Rua Independência continuando na Avenida Coaraci Nunes dobrando na Avenida Cândido Mendes indo para a Orla de Macapá até o Santa Inês com o retorno na rotatória da Pedro Lazarino voltando em direção a Orla de Macapá pela rua Beira rio até o cruzamento com a Avenida Henrique Galúcio (próximo ao Mercado Central) onde terá um cone por onde contornará totalizando uma (01) volta completa. Considerando a distância, serão realizadas sete (07) voltas no percurso entre o retorno na Avenida Henrique Galúcio e na Rotatória da Pedro Lazarino, conforme **Mapa 2**.

Posteriormente com o término do pedal, o atleta entrará no mesmo local de onde iniciou o ciclismo para deixar a bicicleta na área de transição e se preparar para a etapa de **corrida** de 4,5km aproximadamente. Após a linha de monte/ desmonte, o atleta sairá para direita onde irá correr pela rua, dobrará na esquerda na avenida General Gurjão, dobrará na direita na rua Independência seguindo até a avenida FAB onde dobrará para a direita e então contornará a praça Jacy Barata até chegar no ponto inicial da corrida fazendo um total de 3 voltas no qual findará a etapa corrida e, ao mesmo tempo, o triathlon na linha de chegada que estará sinalizada, conforme **Mapa 3**.

CAPÍTULO VII – DAS PENALIDADES:

Punição: o atleta que descumprir uma das regras elencadas abaixo, receberá penalidade de 30seg, a qual ele terá que pagar no *penalty box* no momento do ciclismo e na corrida, quando a punição for na última volta da corrida será acrescentada no tempo final da prova.

Se o atleta receber três punições será automaticamente desclassificado.

Causas que ensejam Punição de 30 segundos:

- a) Deixar o flutuador em área diversa do local de transição delimitado pela Organização do Evento;
- b) Não afivelar o capacete ainda na área de transição e antes de pegar a bicicleta;
- c) Desafivelar o capacete antes da área de transição após a realização da etapa do ciclismo;
- d) Não subir ou descer da bicicleta após a faixa de MONTE/DESMONTE;
- e) Receber auxílio externo para a execução de quaisquer modalidades da prova;

FEDERAÇÃO AMAPAENSE DE TRIATHLON

- f) Executar manobras que impeçam outro ciclista de pegar vácuo, tal como “zig-zag”;
- g) Descarte de lixo no percurso;
- h) Outras situações avaliadas pela equipe de arbitragem e convalidadas pela Mesa de Controle.

Desclassificação:

- a) Falta de Fair-play e desrespeito a atleta, staffs, arbitragem e mesa de controle. Vale para o atleta e equipe ou familiares do mesmo;
- b) Durante a prova de natação, o atleta poderá ser desclassificado se bombeiro/guarda vida, observar que o comportamento do atleta na água pode ser perigoso para sua integridade física (risco de afogamento);
- c) Inobservância do trajeto delimitado pela organização do evento;
- d) Não manter o capacete afivelado durante todo o percurso de ciclismo
- e) Desacatar aos árbitros, Staffs e mesa de controle;
- f) Agredir fisicamente outro atleta, árbitros, Staffs, mesa de controle e público presente;
- g) Escapar antes do sinal de largada;
- h) Ofender outros atletas, os árbitros staffs, mesa de controle e/ou público presente.

OBSERVAÇÃO 1:

O presente regulamento apresenta desclassificações sumárias, quais sejam:

- I. Incapacidade física que obrigue a organização ou bombeiros retirem o atleta da etapa da natação;
- II. Impossibilidade de continuar pedalando por problemas mecânicos.

OBSERVAÇÃO 2:

O atleta que incorrer nas transgressões que ensejam desclassificação ou incorra nas 03 (três) punições será desclassificado ao final do evento, após avaliação da mesa de controle.

OBSERVAÇÃO 3:

Penalty Box: Local onde o atleta pagará sua punição. Tenda com Árbitro que terá um quadro com o número do atleta punido.

O atleta cumprirá a parada equivalente a sua penalidade e assinará o termo.

Durante o período de penalização o atleta somente poderá consumir alimentos e águas disponíveis em sua bike. É proibido o uso do banheiro enquanto estiverem cumprindo o tempo de punição e fazer ajustes no equipamento ou

FEDERAÇÃO AMAPAENSE DE TRIATHLON

qualquer tipo de manutenção na bike. A recusa do cumprimento da penalização conforme regras definidas acarretará em desclassificação.

CAPÍTULO VII – DAS RESPONSABILIDADES

1. É de responsabilidade do participante estar bem preparado para a prova. Isto é, gozar de boa saúde geral, bem como ter um nível aceitável de preparação. A inscrição na prova não assegura nem cobre esta responsabilidade;
2. A Organização recomenda a todos os participantes realizarem um controle médico prévio para a execução das modalidades, para que possa assegurar que está apto para o esforço;
3. Todos os participantes são obrigados a ter conhecimento deste regulamento. Ao confirmar sua inscrição, este aceita automaticamente os termos deste regulamento, assim como as regras e direitos estipulados nele.

CAPÍTULO IX - CATEGORIAS:

1. Para pontuação na Copa Norte:

a) AGE

GROUP:

16-17,18-19,20-24,25-29,30-34,35-39,40-44,45-49,50-54,55-59,60-64,65-69,70+ (Masc./Fem.).

2. Para premiação da prova:

a) GRUPOS DE IDADE: 16 - 24, 25 - 34, 35 - 44, 45 - 54, 55 + (Masc./Fem.).

Observações:

- A categoria do atleta será determinada pela idade em 31/12/2026.
- Pontuam para a classificação para a copa somente atletas a partir de 16 anos.

CAPÍTULO X – DIVERSOS:

1. A organização do evento, bem como seus patrocinadores, apoiadores, e realizadores, não se responsabilizam por prejuízos ou danos causados pelo atleta inscrito no evento, a terceiros ou outros participantes, sendo esses de única e exclusiva a responsabilidade do supracitado;
2. Qualquer reclamação sobre o resultado Extraoficial da competição deverá ser enviado para o e-mail (featriathlon@gmail.com), em até 04 (quatro) horas, após o último atleta chegar. O recurso será recebido

FEDERAÇÃO AMAPAENSE DE TRIATHLON

após o pagamento de taxa no valor de R\$200,00 (duzentos) reais. O recurso poderá ser respondido em até 02 (dois) dias úteis.

3. Poderão os organizadores/realizadores suspender o evento por questões de segurança pública, atos públicos, vandalismo e/ou motivos de força maior.
4. Os casos omissos deste Regulamento serão resolvidos pela Comissão Organizadora, que é soberana em relação a decisão tomada, não cabendo qualquer recurso em outras instâncias.
5. Só será permitido o acesso a área de transição membros da organização e atletas devidamente inscritos;
6. Em caso de acidentes, emergências, lesões e também desistência com atletas, será permitido o auxílio de terceiro durante a prova em apoio estático;
7. Staffs, árbitros, mesa de controle não irão passar nenhuma informação aos atletas durante a prova.
8. É de responsabilidade do atleta ter o controle de suas voltas;
9. Seguirá em anexo para o atleta o Termo de Responsabilidade no qual deverá preencher, assinar e entregar no dia da entrega do kit;
10. A organização e seus parceiros de forma geral terão como responsabilidade:
 - a) Balizamento dos percursos;
 - b) Organizar área de concentração e transição;
 - c) Balizamento e isolamento de áreas de transições;
 - d) Garantir suporte, balizamento e segurança no rio (natação);
 - e) Hidratação e frutaria;
 - f) Kits do atleta;
 - g) Equipe de arbitragem e staffs.

CAPÍTULO X – FINAL

Este regulamento poderá sofrer alterações visando a necessidade de segurança e proteção aos atletas, nos reservando o direito de alteração e inclusão de itens neste regulamento a qualquer momento sem prévio aviso.

Todos os atletas inscritos devem conhecer e cumprir integralmente as regras estabelecidas pela World Triathlon e pelo regulamento específico da competição. O respeito às normas garante a segurança, a igualdade de condições e o espírito esportivo entre os participantes. Questões relacionadas à conduta na área de transição, uso correto dos equipamentos, montagem e desmontagem da bicicleta, regras de vácuo, descarte de resíduos e cumprimento de penalidades serão fiscalizadas pela arbitragem oficial. O

FEDERAÇÃO AMAPAENSE DE TRIATHLON

desconhecimento das regras não isenta o atleta de possíveis advertências, penalizações, desclassificações ou outras sanções previstas no regulamento. Recomenda-se que todos os participantes leiam atentamente o guia do atleta, participem do briefing técnico e consultem previamente o regulamento oficial da World Triathlon antes da prova.

Competir com responsabilidade é parte essencial do triathlon.

Imagens:



Mapa 1 – Percurso Natação



Mapa 2 – Percurso Ciclismo



Mapa 3 – Percurso Corrida