

REGULAMENTO DUATHLON SANTA CECÍLIA TV

DIA DA PROVA : (13/03/2022) – (01/05/2022) – (26/06/2022) – (04/09/2022)-
Dia (20/11/2022) Praia Grande

Inscrição:

Adulto individual
Mountain Bike

PERCURSOS:

Cada atleta inscrito na prova deverá correr 5km, pedalar 20 km e correr 2,5 km.

CRONOGRAMA:

Retirada do kit – No dia e local do evento das 6:00h. as 6:45h.

A área de transição será fechada as 7:30h.

Comunicado :os atletas serão devidamente informados pela organização via e-mail sendo que em cada etapa podem ocorrer alterações .Este email sempre segue entre 4a. e 5a.feira da semana que antecede a prova.

Caso não possua e-mail, o atleta deverá obter informações por telefone nos números :
(13) 99124.7183 ou (13) 99633.6292

ENDEREÇO DA LARGADA:

Praia Grande – Canto do forte

HORÁRIOS:

06:h00 _ abertura da área de transição

07:h30 – fechamento da área de transição

07:h40 - Simpósio

08:h00 – primeira bateria

08:h35 – segunda largada

08:h37 – terceira largada

11:45h – cerimônia de premiação (previsão)

LOCAL DA LARGADA:

Quando o atleta chegar ao local de largada deverá dirigir-se para a área de largada que estará totalmente demarcada com grades de proteção.

ATENÇÃO:

Somente terão acesso a área de largada os atletas que participarão da prova.

INFORMAÇÕES E RESULTADOS:

O resultado será afixado no dia e local da prova 15 (quinze) minutos após a chegada do último competidor e posteriormente ficará disponível no site da organização por período indeterminado:

www.ypseventos.com.br

Informações pelos telefones: (13) 99124.7183

E-mail: sac@ypseventos.com.br

Obs.: a organização tem o hábito de retornar todos os e-mails emitidos pelos atletas com prazo máximo de 48 h e caso não seja recebida nenhuma resposta dentro deste prazo, solicitamos nova mensagem de cobrança .

KIT ATLETA:

Ao retirar o kit, o atleta deverá verificar se está corretamente inscrito na prova conferindo: nome, sexo e data de nascimento.

Caso encontre algum erro é fundamental solicitar imediatamente a devida alteração junto a organização.

CONTEÚDO DO KIT:

camiseta alusiva do evento, numeral de peito, alfinetes , touca, placa da bike ,cintas plásticas e chip.

MEDALHA DE PARTICIPAÇÃO:

A medalha de participação será entregue no ato de sua saída da transição ao final do evento, devendo efetuar a devolução da placa da bike..

O CHIP:

O chip deve ser preso ao tornozelo devendo o atleta usa-lo durante toda prova. No final, será obrigatório devolve -lo para adentrar a transição.

Não pode colocar o chip debaixo da roupa de borracha.

O equipamento desenvolvido com sistema mais do moderno,caso não seja devidamente posicionado,o resultado é comprometido sem opção de recurso.

.

NÚMERO DE PEITO:

O uso do número de peito é obrigatório. Ele deverá estar visível e sempre a frente da sua camiseta.

O número de peito é intransferível, pois ele é sua identificação na prova!

CAMISETA:

A camiseta da prova (tamanho e modelo único) é um agrado oferecido pela organização aos participantes e não é obrigatório o uso desta camiseta da prova durante o evento.

Escolhemos um material confortável para que você utilize sempre que possível. Esperamos que goste!

CATEGORIAS:

- 1) Amador (masc. /fem) 1519,2029,3039,4049,5059,60+e Mountain Bike,
- 2) Mountain Bike categoria única dividida pelo sexo.
- 3) O critério de categoria será pelo ano de nascimento e não pela idade.

INFORMAÇÕES GERAIS:

- 1) Ao adentrar na área de transição não será permitida a retirada da bicicleta;
- 2) O chip deverá ser trocado pelo participante quando terminar a modalidade que estiver participando, fazer a troca no local estipulado pela organização.
- 3) O atleta ao inscrever-se no evento está ciente do regulamento e acata todas as decisões impostas pela organização, não podendo realizar reclamações futuras;
- 4) O atleta que pular a grade de proteção que cerca a área de transição será desclassificado;
- 5) A organização não se responsabiliza por objetos extraviados dentro ou fora da área de transição;
- 6) O fiscal poderá determinar o local onde o atleta deverá parar para cumprir sua punição;
- 7) O atleta que receber 2 (dois) cartões amarelos (ou vermelho) será automaticamente desclassificado;
- 8) O atleta que desacatar algum membro da organização, será punido pelo órgão competente e desclassificado;

9) O atleta que não retirar o kit terá direito somente a camiseta do evento e caso queira receber via sedex esse deverá arcar com os custos do correio no prazo de sete dias da data da prova;

10) O atleta deverá chegar no dia e local da prova as 06:00h conforme informação da organização via e-mail munido de recibo e identidade.

11) As inscrições são intransferíveis

12) O valor pago pelo atleta na inscrição para a prova em hipótese alguma será restituído

13) O atleta deve ter treinado para o evento e se preparado

14) O atleta deve estar em dia com exames médicos e avaliações gerais

15) Não é possível efetuar transferência de inscrição para outra etapa

16) Não é possível efetuar transferência de inscrição para outro atleta

11) É obrigatório entregar o chip para entrar na transição e a placa da bicicleta para liberação dos seus pertences aos staff responsável;

12) A premiação oferecida será na forma de troféus para os primeiros, sendo que cada integrante ganhará pela sua respectiva colocação

13) Troféus para os 3 melhores no colocados no geral (masc/fem)

14) Troféus para os 5 melhores no colocados na faixa etária (masc/fem)

CICLISMO:

1) O atleta, não poderá ser auxiliado na área de transição;

2) O atleta deverá colocar seus pertences no local determinado pela organização;

3) O atleta só poderá pedalar a bicicleta após a demarcação visível. Caso contrário será punido pela fiscalização em 30 segundos;

4) É obrigatório durante todo o percurso do ciclismo, o uso de camiseta e capacete. Caso contrário será desclassificado.

5) O atleta poderá estar sendo beneficiado com vácuo, porém não pode permanecer clipado. Liberado clip a quem estiver liderando pelotão, porém uma vez ultrapassado, deve recuar imediatamente .

6) O atleta tem por obrigação, conforme leis de trânsito, ultrapassar pela esquerda;

7) O número deverá estar afixado na bicicleta em lugar visível;

8) É obrigatório o uso do odômetro (Cataye). Ao adentrar na área de transição para deixar a bicicleta no local determinado, o atleta deverá passar pela organização com o odômetro zerado. Caso a organização necessite conferir a quilometragem determinada e não conste no odômetro, o atleta será desclassificado já que, a contagem de voltas é de total responsabilidade do atleta. (O equipamento pode ser substituído por GPS).

9) A Organização fará a contagem de voltas e ao término será entregue ao fiscal para a devida conferência.

10) O atleta que pedalar sem a alça do capacete devidamente presa, receberá cartão amarelo e, terá punição “gravíssima em três minutos”;

11) O atleta que jogar garrafa, caramanhola, squeeze ou qualquer material semelhante no percurso, será punido administrativamente.

12) Cada atleta deverá pedalar 20 km , no percurso indicado pela organização fazendo o devido uso do odômetro. * Percurso aferido com média de 19.4KM

13) O atleta , ao terminar o percurso, deverá descer da bicicleta antes do local demarcado pela organização, caso contrário receberá cartão amarelo e terá punição de 30 segundos;

14) O atleta só poderá retirar seus pertences da área de transição 10 minutos após a chegada do último atleta que completar a prova de pedestrianismo. Será solicitado pelo fiscal e recolhidos os numerais e placas das bicicletas e após este tramite, o atleta receberá seus pertences e será liberado;

15) O atleta que receber 3 cartões amarelos será automaticamente desclassificado

PEDESTRIANISMO:

1) É de uso indispensável o numeral fornecido pela organização que deverá ser afixado de forma visível na parte da frente do corpo do competidor. Caso não cumpra, será desclassificado.

2) O atleta não poderá ser acompanhado por terceiros de maneira alguma no percurso da prova;

3) O número deverá estar posicionado na altura do abdômen, parte da frente do corpo. Caso não cumpra, será o atleta desclassificado.

4) O número não pode ser dobrado ou recortado;

5) É obrigatório que os atletas masculinos façam o percurso da corrida vestidos de camiseta . O não cumprimento desta regra resulta em desclassificação.

6) Não é permitida ajuda externa (exceto fornecimento de água) ao competidor. Caso o atleta aceite ajuda externa será desclassificado;

- 7) É obrigatório que o atleta diga seu número aos staffs sempre que solicitado e principalmente nos retornos estipulados;
- 8) Caso o atleta não conste nas planilhas de retorno, será desclassificado;
- 9) É obrigatório contornar as placas de retorno e , caso assim não faça, será desclassificado;
- 10) É proibido acompanhante de bicicleta ou a pé. Caso o fiscal de percurso identifique algum atleta sendo assistido por terceiros, será oferecido ao mesmo cartão amarelo ou vermelho e o mesmo poderá ser desclassificado.
- 11) Cada atleta deverá correr 5 km no percurso definido pela organização.

ALONGAMENTO E AQUECIMENTO:

Antes de iniciar a prova, alongue seu corpo por cerca de 10 minutos e depois aqueça. Corra devagar (trote) e intercale com tiros rápidos para seu corpo acordar. Isso ajuda evitar futuras lesões e melhora para seu desempenho na hora da prova.

DICAS IMPORTANTES:

- 1) Preencha corretamente a sua ficha de inscrição, para não ter a sua premiação comprometida;
- 2) Use o número de peito e não participe da prova sem estar inscrito, pois estará tomando um serviço sem pagar e desrespeitando que pagou;
- 3) Corra, pedale e corra sem cortar o percurso;
- 4) Procure jogar copos ou saquinhos junto à sarjeta, isso facilitará a limpeza do local e evitará que terceiros possam escorregar;
- 5) Não faça paredão com outros atletas, evitando que os atletas com ritmo mais forte possam ultrapassá-lo;
- 6) Ao terminar o percurso, diminua lentamente a velocidade, não pare bruscamente;
- 7) Não pule as grades de proteção evitando assim a sua desclassificação;
- 8) Obedeça aos percursos, horário e regulamento da prova. Os staffs estão autorizados a marcar o número do atleta que fizer algo errado;
- 9) Caso sinta-se mal antes, durante ou após as provas, procure imediatamente o posto médico ou a ajuda de um staff;
- 10) Na hora da sede vale a pena hidratar-se.
- 11) Para participar de uma prova de Duathlon é aconselhável que o atleta faça uma visita ao médico e esteja em dia com todos os exames de rotina.

INFORMAÇÕES:

Qualquer dúvida deverá ser esclarecida junto a organização da prova das seguintes formas:

E-mail: sac@ypseventos.com.br

Tel. (13) 99124.7183