



REGULAMENTO I DUATHLON FEMININO DO CARIRI

ECO RESIDENCE BARÃO DE ARARUNA

05.06.2022

REGULAMENTO I DUATHLON FEMININO DO CARIRI

O I DUATHLON FEMININO DO CARIRI, será realizado no Eco Residence Barão de Araruna em Barbalha - CE, no dia 05 de junho de 2022, com concentração às 5:30h e largada pontualmente as 6:00h.

OBJETIVOS

Desenvolver o esporte na região, criar uma atmosfera de festividade, espírito desportivo e igualdade entre as atletas.

1 NORMAS GERAIS

1.1 GERAL

Uma competição de Duathlon envolve muitos atletas. As táticas de Competição são partes de interação entre os atletas, levando-os a tomar decisões instantâneas, de acordo com o condicionamento e a experiência de cada um. Entretanto as competidoras deverão:

- a) Manter durante todo o tempo uma conduta esportiva;
- b) Ser responsáveis pela sua própria segurança e a segurança de outros;
- c) Ser responsáveis pela compreensão e pelo cumprimento deste regulamento;
- d) Obedecer às instruções dos árbitros;
- e) Tratar os outros competidores, árbitros, staffs e espectadores com respeito e cortesia;
- f) Não fazer uso da linguagem vulgar ou de baixo calão;
- g) Um eventual abandono. Informar a um árbitro.

1.2 SAÚDE

Duathlon é uma competição extenuante. Para poder participar, o competidor deve estar em excelente forma física. Sua saúde e seu bem-estar são de importância fundamental. Antes de se inscrever em uma competição faça uma avaliação médica e procure um profissional para avaliar sua aptidão física.

2 DAS NORMAS DE PARTICIPAÇÃO

2.1 INSCRIÇÃO

a) As inscrições deverão ser realizadas no site www.cronoscariri.com.br e para garantir a sua vaga no lote promocional, deverá realizar o pagamento no valor de R\$ 90,00 + 6,00 de encargos, imediatamente via boleto ou cartão, juros e taxas por conta do atleta.

b) Haverá mudanças de lotes:

| LOTE | DATA DO LOTE | VALOR |
|------------------|-------------------------|--------|
| LOTE PROMOCIONAL | 01/03/2022 A 10/04/2022 | 96,00 |
| LOTE 1 | 11/04/2022 A 10/05/2022 | 110,00 |
| LOTE 2 | 11/05/2022 A 15/05/2022 | 120,00 |

b) As inscrições serão limitadas a 100 participantes;

2.2 TERMINO DAS INSCRIÇÕES

a) Inscrições encerram dia 15 de maio de 2022 ou quando atingir o limite de inscrições (100).

2.2 CONGRESSO TÉCNICO

a) Quaisquer aspectos técnicos, dúvidas quanto ao regulamento ou percurso devem ser elucidados no Congresso Técnico;

b) Qualquer Regulamento Específico ou mudança nas informações divulgadas anteriormente por meio de folders, Internet, correio eletrônico ou similar deve ser informado a atletas no Congresso Técnico;

c) A diretora, a coordenadora, o árbitro e a anfitriã da prova deverão conduzir o congresso técnico.

2.3 ENTREGA DE KIT

a) O Kit só será entregue na Loja On 7 Sports, nos dias 03 e 04, a partir das 14h até as 19h mediante apresentação de documento de identidade com foto e entrega de 2kg de alimentos que serão destinados a instituições designadas pela FETRICECE – Federação Triathlon Cearense .

c) O Kit deverá ser composto essencialmente por números de competição, alfinetes, lacres, placas e quaisquer outras informações que se julguem necessárias;

d) Podem também compor o Kit: itens alusivos ao evento, prospectos de turismo e brindes fornecidos pelos patrocinadores.

3 DO FORMATO DA COMPETIÇÃO

3.1 DUATHLON

- a) As competições de Duathlon estão divididas em três etapas: Corrida, Ciclismo e Corrida;
- b) As distâncias serão:
 - **SPRINT MTB: correr 5k, pedalar 20k e correr 2,5k**
 - **SPRINT SPEED: correr 5k, pedalar 20k e correr 2,5k**

4 DAS NORMAS DE CONDUTA NA COMPETIÇÃO

4.1 CONDUTA NA LARGADA

- a) Na largada o atleta deverá estar posicionado na área de largada de acordo com a orientação do árbitro;
- b) A largada deverá ser dada com um sinal sonoro. Se a largada for “queimada” deverá ser repetido três vezes o sinal sonoro;
- c) Quando houver uma largada “queimada”, os atletas deverão retornar ao ponto de partida conforme orientação do árbitro. O atleta que não retornar será desclassificado;
- d) O atleta que causar duas “queimadas” de largada será desclassificado.

4.2 CONDUTA NA CORRIDA (1ª etapa)

- a) É de responsabilidade do atleta manter-se no percurso;
- b) O atleta pode correr ou caminhar não sendo permitido engatinhar ou se arrastar;
- c) Não é permitida outra forma de deslocamento que não seja o bipedismo;
- d) O atleta não poderá correr com o torso nu, descalço;
- e) O número de competição deve ser colocado na parte da frente do corpo, entre o peito e a cintura, de forma que fique bem visível;
- f) O número fornecido pela organização não pode ser recortado ou sofrer qualquer alteração;
- g) Qualquer atleta que aparentar aos árbitros ou ao médico da competição, perigo para ele mesmo ou outro poderá ser desclassificado e retirado da Competição. Ex.: falta de coordenação motora;
- h) Não é permitido usar qualquer tipo de equipamento ou acessório que possa colocar em risco outros competidores ou a si próprio. Ex.: Fones de ouvido, recipientes de vidro, walkman, jóias e etc;
- i) O atleta não poderá receber ritmo de pessoa externa a competição (pacing).

4.3 CONDUTA NO CICLISMO

- a) A bicicleta deve possuir as seguintes características:
 - I. Ter um padrão tradicional, construída diretamente ao redor de um quadro triangular principal, onde os elementos tubulares poderão ter a forma redonda, oval, aplainada ou em gota;
 - II. Não podem ter carenagens que reduzam a resistência do ar;
 - III. As rodas devem ser do mesmo tamanho e, construídas com raios ou paletas;
 - IV. Deve ter freio em cada roda;
 - V. As extremidades do guidon devem estar tampadas;
 - VI. O avanço do guidon não pode ter parafusos salientes ou orifícios destampados;
 - VII. Os pneus bem colados;
 - VIII. As caixas de direção e centro bem apertadas;
 - IX. O canote do banco apertadas;
 - X. E as rodas bem ajustadas;

- XI. Bicicletas e equipamentos considerados não tradicionais e pouco utilizados e que não cumpram com as características mencionadas nos itens anteriores serão considerados irregulares, e somente o **Diretor de Prova** e o **Delegado Técnico** poderão autorizar a sua utilização;
- b) O capacete tem que ser duro, com no mínimo 2 cm de espessura, coberto por material sintético;
 - c) O capacete deverá ser preso à cabeça por tiras de material sintético de boa qualidade, providas de fechos de segurança. Capacetes com elásticos ou sem fecho de segurança são proibidos;
 - d) É proibida a retirada da bicicleta do cavalete antes de colocar na cabeça o capacete e afivelá-lo;
 - e) É proibido pedalar com o capacete desafivelado;
 - f) Somente poderá desafivelar o capacete após a colocação da bicicleta no cavalete;
 - g) O número da bicicleta deverá estar obrigatoriamente, afixado no local determinado pela organização da prova;
 - h) É responsabilidade do atleta manter-se no percurso;
 - i) É proibido pedalar com o torso nu;
 - j) É proibido progredir sem a bicicleta;
 - k) O atleta que estiver na frente não deve bloquear os outros;
 - l) É proibida a utilização do zigue-zague para impedir a ultrapassagem do oponente;
 - m) Não será permitida a troca de bicicletas;
 - n) Será permitida a troca de rodas ou pneus, porém para troca de rodas será determinado pelo **Diretor de Prova** o local ou locais específicos para a troca, que somente será permitida se o próprio atleta tiver rodas sobressalentes na área de troca;
 - o) No caso de troca de rodas, pneus ou de acontecer qualquer problema mecânico com a bicicleta, não será permitido, ajuda externa. O competidor deverá resolver o problema sozinho;
 - p) Qualquer atleta que aparentar aos árbitros ou ao médico da competição perigo para ele mesmo ou para outro poderá ser desclassificado e retirado da Competição. Ex.: falta de coordenação motora ou imperícia com sua bicicleta;
 - q) O médico da competição poderá solicitar a retirada de todo atleta que estiver causando risco para sua integridade física ou de terceiros;
 - r) Será permitida a utilização do vácuo, salvo em situações em que o Delegado Técnico ou o Diretor de Prova determinar o contrário por medida de segurança;
 - s) No caso de provas com vácuo liberado os atletas pedalando em pelotão não poderão fazer uso do Clip e deverão estar com as mãos nas manetes do freio, exceto aqueles que estiverem à frente do pelotão;
 - t) Um atleta é ultrapassado quando a roda dianteira do outro atleta estiver à frente da sua roda dianteira;
 - u) Não é permitido pegar vácuo de veículos;
 - v) Não é permitida a utilização de container de vidro (caramancholas), bem como usar qualquer tipo de equipamento ou acessório que possa colocar em risco outros competidores ou a si próprio. Ex.: Fones de ouvido, recipientes de vidro, walkman, jóias e etc;
 - w) Todo atleta que ultrapassar o ponto de cronometragem da saída da transição para a etapa de corrida não mais poderá retornar à etapa de ciclismo;

4.4 CONDUTA NA CORRIDA (2ª etapa)

- a) É de responsabilidade do atleta manter-se no percurso;
- b) O atleta pode correr ou caminhar não sendo permitido engatinhar ou se arrastar;
- c) Não é permitida outra forma de deslocamento que não seja o bipedismo;
- d) O atleta não poderá correr com o torso nu, descalço;
- e) O número de competição deve ser colocado na parte da frente do corpo, entre o peito e a cintura, de forma que fique bem visível;
- f) O número fornecido pela organização não pode ser recortado ou sofrer qualquer alteração;
- g) Qualquer atleta que aparentar aos árbitros ou ao médico da competição, perigo para ele mesmo ou outro poderá ser desclassificado e retirado da Competição. Ex.: falta de coordenação motora;
- h) Não é permitido usar qualquer tipo de equipamento ou acessório que possa colocar em risco outros competidores ou a si próprio. Ex.: Fones de ouvido, recipientes de vidro, walkman, jóias e etc;
- i) O atleta não poderá receber ritmo de pessoa externa a competição (pacing).

4.5 CONDUTA NA ÁREA DE TRANSIÇÃO

- a) Será pré-estabelecido horário de abertura e fechamento da Área de Transição. O atleta que não comparecer no horário pré-determinado será considerado ausente e estará desqualificado a participar do evento;
- b) O atleta deve, obrigatoriamente, usar apenas o espaço a ele destinado;
- c) É expressamente proibido pedalar na Área de Transição sem autorização explícita do Árbitro de Transição;
- d) O atleta não deve impedir o progresso de outros competidores na Área de Transição;
- e) O atleta não deve mexer nos equipamentos de outros competidores;
- f) Durante a competição para o atleta tirar a bicicleta do local reservado a ela, o capacete deverá estar na cabeça e afivelado. O atleta só poderá desafivelar o capacete e tirá-lo da cabeça após colocar a bicicleta novamente no local reservado a ela;
- g) O atleta deve montar e desmontar de sua bicicleta a partir da faixa pré estabelecida e devidamente marcada;
- h) Só é permitida a presença de pessoas devidamente autorizadas na Área de Transição;
- i) O atleta só poderá retirar seu material da Área de Transição após o término da Competição, mediante a apresentação de sua numeração ou com autorização do Delegado Técnico ou Diretor de Prova. A não passagem pela súmula de retirada do material será punida;
- j) Após 40 minutos da autorização da retirada do material da Área de Transição, todo material que não tiver sido retirado será recolhido pelo Árbitro de Transição, e será cobrada taxa de transporte e armazenagem do material.

4.6 CONDUTA NA CHEGADA

- a) Será considerada a chegada de um atleta quando qualquer parte do torso do atleta cruzar a linha de chegada verticalmente;
- b) O atleta deverá obrigatoriamente cruzar a linha de chegada entre o pórtico de chegada;
- c) Ao cruzar a linha de chegada o atleta assume o seu resultado final, não havendo qualquer possibilidade o atleta retornar a competição novamente;

- d) O atleta deve manter uma atitude desportiva, não desmerecendo a classificação dos seus adversários;
- e) Se houver empate na chegada entre dois ou mais atletas, a classificação da chegada será decidida pelo Árbitro de Cronometragem, que poderá recorrer aos recursos de foto ou vídeo para dar seu parecer final.

5 DA PREMIAÇÃO

- a) Medalha finisher para todas as atletas que completarem a prova
- b) Segue abaixo a premiação de troféus:

| PROVA | CATEGORIA | COLOCAÇÃO |
|---------------------|--------------|--|
| SPRINT MTB | GERAL | 1 ^a , 2 ^a e 3 ^a |
| | 18 a 29 anos | 1 ^a , 2 ^a e 3 ^a |
| | 30 a 39 anos | 1 ^a , 2 ^a e 3 ^a |
| | 40 a 49 anos | 1 ^a , 2 ^a e 3 ^a |
| | 50 + | 1 ^a , 2 ^a e 3 ^a |
| SPRINT SPEED | GERAL | 1 ^a , 2 ^a e 3 ^a |
| | 18 a 29 anos | 1 ^a , 2 ^a e 3 ^a |
| | 30 a 39 anos | 1 ^a , 2 ^a e 3 ^a |
| | 40 a 49 anos | 1 ^a , 2 ^a e 3 ^a |
| | 50 + | 1 ^a , 2 ^a e 3 ^a |
| | | |

10 DAS PENALIZAÇÕES

10.2 NOTIFICAÇÃO

- a) Deve ser feita a notificação quando:
- I. A violação da regra parece não intencional e pode ser corrigida após a notificação;
 - II. Um árbitro perceber que a violação está para acontecer;
 - III. O competidor esteja fazendo uso abusivo da linguagem.
- b) Não é obrigatório que um árbitro notifique um atleta antes da desqualificação e ou desclassificação;
- c) O propósito de uma notificação é alertar os atletas sobre possíveis violações de regras e promover uma atitude preventiva;
- d) O árbitro transmite a notificação verbalmente ou por meio de um apito. Em seguida ele fala o número do atleta notificado e mostra o cartão amarelo. O número do atleta notificado é anotado;
- e) Se um árbitro não conseguir transmitir a notificação durante a etapa que ocorreu a irregularidade, esta poderá ser feita a qualquer momento da competição;
- f) Quando um atleta for advertido com cartão amarelo, deverá parar de uma maneira segura e seguir as instruções do árbitro. Na etapa do ciclismo o atleta que for punido com Parada Obrigatória terá que desmontar de sua bicicleta em local determinado pelo árbitro, colocando os dois pés no chão de um mesmo lado da bicicleta e aguardar o sinal do árbitro para que possa montar na bicicleta e

seguir na competição. A Parada Obrigatória poderá ser cobrado quando o atleta estiver fazendo sua transição.

g) Caso o árbitro não tenha condições de penalizar o atleta durante a competição, esta penalização poderá ser aplicada através do acréscimo de tempo ao tempo final do atleta, conforme avaliação do Árbitro Geral da Competição.

10.3 DESQUALIFICAÇÃO

A desqualificação será aplicada nas seguintes situações e não limitadas a estas:

- a) Quando os requisitos de inscrição não são cumpridos;
- b) Quando os requisitos de abertura e fechamento de Área de Transição não são cumpridos;
- c) Quando os requisitos de equipamentos não são cumpridos.

10.4 DESCLASSIFICAÇÃO

A desclassificação será aplicada quando uma regra tiver sido violada.

- a) O árbitro da Competição transmite a desclassificação verbalmente ou por meio de um apito. Em seguida ele fala o número do atleta desclassificado e mostra o cartão vermelho. O número do atleta desclassificado é anotado;
- b) Se um árbitro não conseguir transmitir a desclassificação durante a Competição, esta poderá ser feita após o término da mesma;
- c) A Federação do atleta desclassificado poderá entrar com recurso contra a decisão do árbitro, de acordo com as condições estabelecidas na seção **Recursos**;
- d) Um competidor pode ser desclassificado ou penalizado pelas seguintes violações (mas pode ser também por outras):
 - i. Recusar-se a seguir as instruções dos árbitros de Competição;
 - ii. Não seguir o percurso pré-estabelecido;
 - iii. Sair do percurso por motivo de segurança e não retornar pelo ponto de saída;
 - iv. Bloquear ou obstruir o progresso de outro competidor propositadamente, ou interferir no seu progresso;
 - v. Contato desleal;
 - vi. Não estiver usando os números de competição fornecidos pela organização, altera-los ou recortá-los, tampar o nome dos patrocinadores que possam estar impressos. (Durante a etapa do ciclismo, deve ser usado o número da bicicleta; na etapa da corrida, o número deve ser usado na parte da frente do atleta entre o peito e a cintura).

11. ORGANIZAÇÃO E CONTATOS

Para maiores informações, contatar a empresa organizadora Outdoor Eventos Esportivos nos números:

88 98805-8939 Kelma

88 99941-2552 Alercia

88 99962-9732 Ana Ricarda

DocuSigned by:

Kelma Rodrigues de Alcantara

C791456AB3354EE...

Kelma Rodrigues de Alcantara
(Diretora de Prova)

DocuSigned by:

Alécia Rodrigues Gonçalves

8303793DFB024A8...

Alécia Rodrigues Gonçalves
(Coordenadora de Prova)