



REGULAMENTO FAST TRIATHLON

Esta prova somente será realizada nas categorias com no mínimo 04 participantes inscritos. As categorias serão as seguintes:

FEMININO

- A. Até 12 anos (nasc. até 1998)
- B. 13 a 16 anos (nasc. de 1997 a 1994)
- C. Acima de 17 anos (nasc. até 1993)

MASCULINO

- A. Até 12 anos (nasc. até 1998)
- B. 13 e 14 anos (nasc. em 1997 e 1996)
- C. 15 e 16 anos (nasc. em 1995 e 1994)
- D. 17 a 20 anos (nasc. de 1993 a 1990)
- E. 21 a 35 anos (nasc. de 1989 a 1975)
- F. 36 a 40 anos (nasc. de 1974 a 1970)
- G. Acima de 41 anos (nasc. até 1969)

As provas serão realizadas em baterias com no máximo 06 participantes.

Cada atleta será supervisionado por um cronometrista que o acompanhará durante a realização das provas.

Será realizada na forma de final por tempo, classificando-se os atletas pelo tempo total obtido nas três provas, em caso de empate serão utilizados os tempos parciais de cada prova obedecendo a seguinte seqüência: Corrida, Natação e Ciclismo.

A 1ª prova será a natação, o percurso será de 50m para as categorias A e B; para as demais categorias 100m em piscina de 25 metros; cada atleta deverá obrigatoriamente usar toucas, óculos, sunga(homens) e Maiô(mulher); não será permitido o uso de nadadeira, palmar ou qualquer acessório que auxilie no desempenho do nadador; qualquer auxílio recebido durante o percurso resultará na desclassificação; durante o percurso, se o atleta parar ou segurar na borda da piscina para descansar será desclassificado; ao término desta primeira prova, o nadador deverá sair da piscina, e em seguida, obrigatoriamente calçar tênis para o início da segunda prova.

A 2ª prova será o ciclismo realizado em bicicleta ergométrica (sem carga); o percurso dessa prova será de 2.000m para as categorias A e B; para as demais categorias 4.000m; cada atleta deverá obrigatoriamente estar com uma toalha de banho para colocar sobre o banco da bicicleta e em seguida, iniciar a prova; não será permitido realizar a prova descalço ou com chinelo, deverá obrigatoriamente usar tênis apropriado; se em algum momento o atleta parar de pedalar, será punido com desclassificação; ao término dessa segunda prova, o atleta já deverá iniciar a corrida.

A 3ª prova será a corrida; o percurso será de 500m para as categorias A e B; para as demais categorias 1.000m; esta será a última prova da competição, será realizada nas dependências do Clube; se em momento algum da prova o atleta parar será desclassificado; o trajeto da prova será demarcado e cada atleta deverá conhecer o percurso; haverá postos de controle com fiscais durante o percurso, no entanto, o atleta que desviar o percurso será desclassificado;

A organização se reserva no direito de impugnar ou desclassificar o participante que agir de má fé, quando sua inscrição for feita em categoria abaixo a qual o mesmo pertence, ou crie situações embaraçosas.

PREMIAÇÃO: Serão premiados com medalhas do 1º ao 5º lugares por categoria, com troféus do 1º ao 3º lugares na categoria C feminino e do 1º ao 3º lugares no geral das categorias C,D, E, F e G masculino.

Os casos omissos e duvidosos do presente regulamento serão analisados e resolvidos pela organização.

Este regulamento entrará em vigor nesta data, revogadas as disposições em contrário.



Prof. Flávio Campos
Coordenador de Esportes
CPF nº 026747-G/SP