



GUIA DO ATLETA

ETAPA SUNSET INDAIATUBA

Parque do Mirim

20.JUN



O SUPER DUATHLON é um desafio do
SUPER ACTION

Festival Esportivo que ainda conta
com corrida de rua, natação em
águas abertas, triathlon e
aquathlon.



**ESTE GUIA É FEITO
ESPECIALMENTE PRA VOCÊ
DUATLETA ;)**

Se quiser conferir toda a programação do festival para conhecer e acompanhar as outras modalidades, é só clicar em:

superaction.com.br





LOCAL DO EVENTO

[Parque do Mirim - Indaiatuba/SP](#)

No WAZE, busque por Parque do Mirim



**PARQUE
DO MIRIM**
INDAIATUBA - SP

PERCURSO FECHADO

Percurso sem trânsito e 100% seguro.

ESTRUTURA DO PARQUE

Asfalto em ótimas condições, estacionamento amplo, restaurante, banheiros, quadras, área de recreação para as crianças menores, natureza e ar puro.

GUARDA-VOLUMES

O evento oferece guarda-volumes para os participantes.

KIT ATLETA



- ✓ Números de identificação
- ✓ Camiseta SUPER ACTION (apenas no Kit Completo)
- ✓ Medalha de participação (após conclusão)

ENTREGA DO KIT

QUANDO

20.JUN (SÁBADO)
DAS 13h30 às 16h30

ONDE

PARQUE DO MIRIM - INDAIATUBA

RETIRADA DE KIT PARA TERCEIROS

Levar uma cópia (digital) do documento de identificação do participante.

RAIO X DO SEU NÚMERO DE PEITO



O NÚMERO DE PEITO DEVE SER USADO APENAS NA PARTE DE CORRIDA.

PROGRAMAÇÃO



17.JUN (QUARTA-FEIRA)

BATE-PAPO NO INSTAGRAM

[@superactionbrasil](https://www.instagram.com/superactionbrasil)

DAS 20h00 às 20h45

20.JUN (SÁBADO)

ENTREGA DE KITS

DAS 13h30 às 16h30

TRANSIÇÃO ABERTA (CHECK-IN)

DAS 16h00 às 16h45

LARGADA

17h00

PREMIAÇÃO

19h20

[CONFIRA A LISTA DE INSCRITOS](#)

CORRIDA 1 - 5KM



UMA VOLTA COMPLETA NO PARQUE (5KM)
Hidratação - 2.6km e 4.5km

PERCURSO NO
STRAVA

CORRIDA 1

CICLISMO - 18KM



4 VOLTAS DE 4.5KM

Ciclismo sem pontos de hidratação (água na transição)

APOIO MECÂNICO
Na frente do funil de chegada.



PERCURSO NO
STRAVA

CICLISMO

CORRIDA 2 - 2.4KM



UMA VOLTA DE 2.4KM
Hidratação - 750m e 2km

PERCURSO NO
STRAVA

CORRIDA 2

CHIP RETORNÁVEL (TORNOZELEIRA)

O chip deve ser usado no tornozelo, devendo ficar exposto (totalmente descoberto).



TRANSIÇÃO

TRANSIÇÃO NUMERADA

O local do atleta na transição é pré-definido, estando designado com a sua respectiva numeração.

LOCALIZAÇÃO DO CHIP

O chip de cada atleta estará disponível em seu cesto numerado na área de transição.

DEVOLUÇÃO DO CHIP

Após a prova, o atleta deve devolver o chip para o STAFF para realizar o bike check-out.

NÚMEROS DE IDENTIFICAÇÃO



Na bike, o adesivo com o número de identificação deve ser colocado abaixo do selim.



No capacete, o adesivo deve ser posicionado na frente.



A pulseira numerada deve ser usada, preferencialmente, no pulso direito. O uso da pulseira é importante para o controle na largada e transição, e principalmente para a segurança dos participantes.



O número de peito só é necessário na parte de corrida.

INFORMAÇÕES E PENALIZAÇÕES

VÁCUO LIBERADO

O vácuo é permitido no ciclismo (inclusive entre gêneros diferentes). Mas o atleta não deve usar o clipe quando estiver em zona de vácuo.



ZONA DE VÁCUO: 12m (APROXIMADAMENTE ESSA DISTÂNCIA)

TIPOS DE BIKE

É permitido participar com qualquer tipo de bike: Speed (Road), Mountain Bike (MTB) ou Time Trial (TT).

DESCARTE

O descarte de resíduos deve ser feito na área de descarte.

TRANSIÇÃO

Todo equipamento do atleta deve ficar em seu cesto numerado.

PENALTY BOX

Haverá Penalty Box localizado próximo à transição. As penalidades devem ser cumpridas nele.

CATEGORIA MTB

Não há divisão por idade, e os atletas devem competir com pneus de largura superior a 3cm.

CARTÃO AMARELO



Aplicado por:

Pedalar ou correr sem camiseta
Descarte inadequado de resíduos
Uso de equipamento de som
Uso de ajuda externa
Penalty Box
Duathlon Sprint: Parada de 10 segundos

CARTÃO VERMELHO



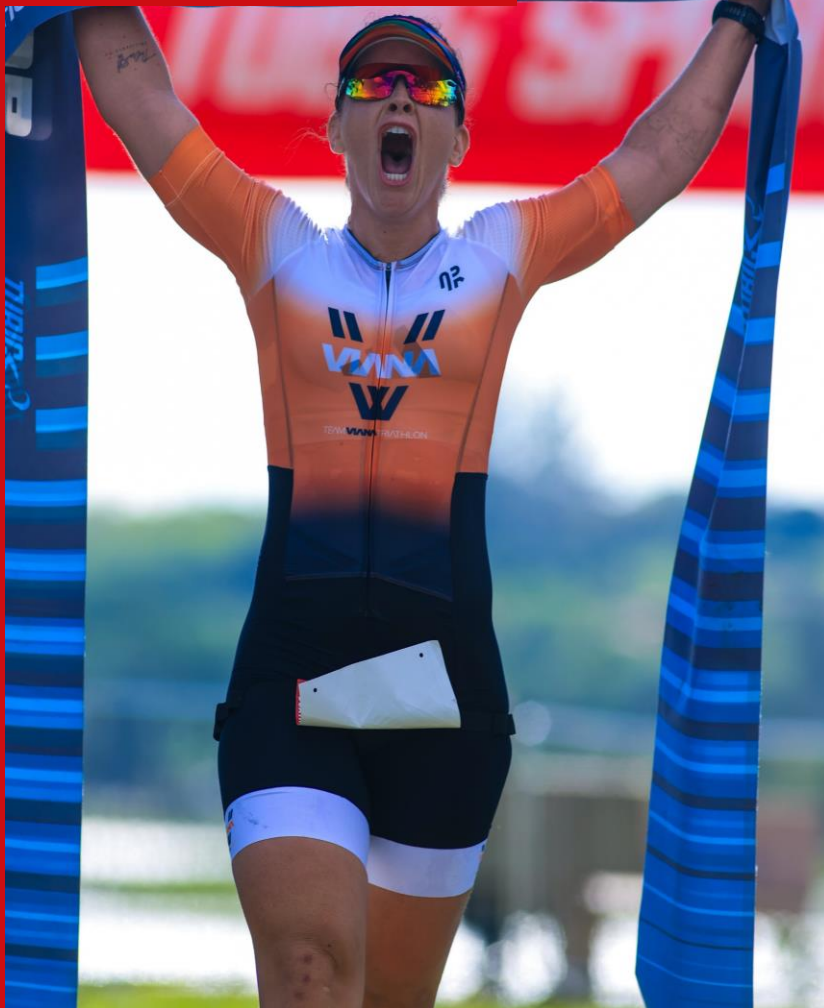
Aplicado por:

Conduta antidesportiva

Penalização:

Desclassificação da competição

PREMIAÇÃO



Medalha de Participação para todos que completarem a prova.



Troféu para o TOP 3 de cada categoria.



Troféu para a Equipe/Assessoria com mais participantes (somando todas as competições do festival).



PREVISÃO DO TEMPO
TEMPO NUBLADO

Mínima de 15° | Máxima de 22°

COBERTURA OFICIAL

FOTOP

A cobertura fotográfica oficial será da **FOTOP**.

As fotos estarão disponíveis para compra a partir de domingo (21), às 11h00, no site:

<https://tubig.fotop.com.br/fotos/>



APOIO MECÂNICO OFICIAL



A Pacor Bike Service estará presente oferecendo apoio mecânico para as bikes dos participantes!

@pacorbike_service



PRÓXIMAS ETAPAS



13.SET

Porto das Águas
SOROCABA

13.DEZ

Parque Van Gogh
HOLAMBRA

PRÓXIMO DUATHLON DA TUBIG



BLUE
SERIES DUATHLON

16.AGO

Alphaville
BARUERI

INSCRIÇÕES ABERTAS!

DUATHLON

GRUPO NO WHATSAPP



***QUER FICAR POR
DENTRO DE TODAS AS
NOVIDADES SOBRE
DUATHLON?***

Entre no nosso grupo!

Lá você pode esclarecer suas dúvidas sobre o esporte, interagir com outros duatletas e triatletas, trocar dicas e informações sobre os locais de cada etapa e muito mais.

Além de ficar sabendo em primeira mão todas as novidades da modalidade!

[ENTRE CLICANDO AQUI!](#)



PRODUÇÃO

APOIO



REALIZAÇÃO

ORGANIZAÇÃO

SUPERVISÃO



SOCIAL

Este evento é um ponto de arrecadação da campanha **Projeto Triathlon Solidário**. Doe um equipamento esportivo que você não usa mais e ajude a espalhar o nosso esporte!



DOE SEU EQUIPAMENTO

Desapegue do que você não usa mais e ajude quem precisa!

Uma campanha do
Projeto Triathlon Solidário

triathlonsp.org.br



BOA PROVA!



@tubigsports @superactionbrasil