



GUIA DO ATLETA

ETAPA SUNSET INDAIATUBA

Parque do Mirim

20.JUN



O **SUPER LEGEND** é um desafio do
SUPER ACTION

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

No **LEGEND** você encara Triathlon
Sprint, Aquathlon Sprint e Duathlon
Sprint na sequência.

Uma experiência única, feita para
quem quer mais!



**ESTE GUIA É FEITO
ESPECIALMENTE PRA VOCÊ
DESAFIANTE LEGEND ;)**

Se quiser conferir toda a programação do festival para 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

Água limpa e sem correnteza, 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
- ✓ Touca de natação
- ✓ Camiseta SUPER ACTION (apenas no Kit Completo)
- ✓ Medalha de participação (após conclusão)

ENTREGA DO KIT

QUANDO

20.JUN (SÁBADO)

DAS 10h00 às 12h30 - SPRINT

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

Sua prova/distância



QR Code para conferir o seu resultado

Destaque para retirar sua medalha

Seu nome ou apelido escolhido no momento da inscrição

QR Code para contatar a organização em caso de emergência

Número de participação

Seu nome completo

Nome da sua equipe

Sua categoria

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 10h00 às 12h30

TRANSIÇÃO ABERTA (CHECK-IN)

DAS 12h00 às 12h45

20.JUN (SÁBADO)

LARGADAS TRIATHLON SPRINT

13h00 - ONDA 1 | MASCULINO ATÉ 34 ANOS

13h03 - ONDA 2 | MASCULINO 35 A 49 ANOS

13h06 - ONDA 3 | MASCULINO A PARTIR DE 50 ANOS

13h09 - ONDA 4 | FEMININO (TODAS AS CATEGORIAS)

LARGADAS AQUATHLON SPRINT

15h15 - ONDA 1 | MASCULINO (TODOS)

15h18 - ONDA 2 | FEMININO (TODAS)

LARGADA DUATHLON SPRINT

17h00 - LARGADA ÚNICA | MASCULINO E FEMININO

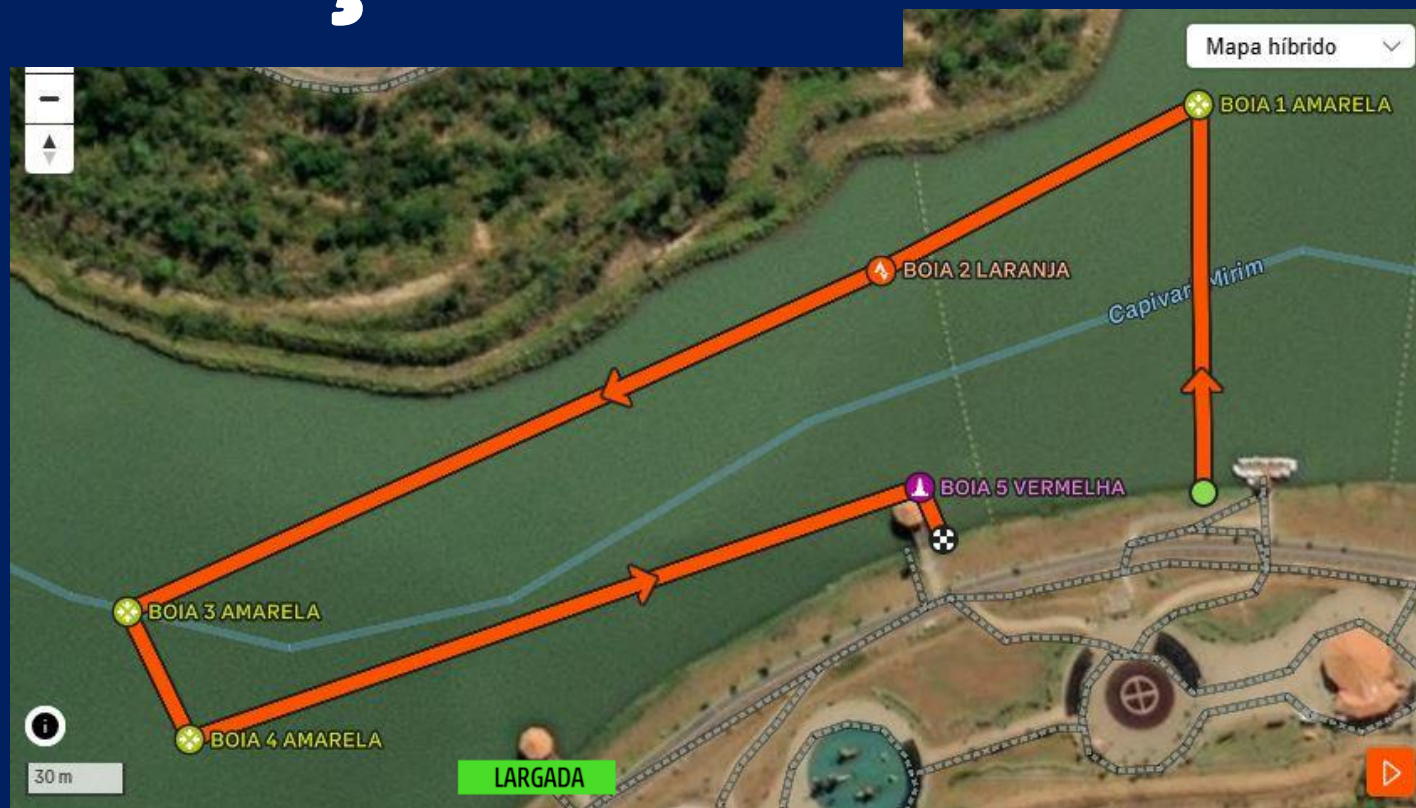
PREMIAÇÃO

19h30 - DESAFIO LEGEND

[CONFIRA A LISTA DE INSCRITOS](#)

NATAÇÃO 750M

TRIATHLON



- LARGADA: Seguir na direção da BOIA 1 (amarela).
BOIA 1 (amarela): Contornar com ombro esquerdo.
BOIA 2 (laranja): Manter ombro esquerdo.
BOIA 3 (amarela): Contornar com ombro esquerdo.
BOIA 4 (amarela): Contornar com ombro esquerdo.
BOIA 5 (vermelha): Contornar com ombro direito.

PERCURSOS NO
STRAVA

NATAÇÃO

CICLISMO - 18KM

TRIATHLON



4 VOLTAS DE 4.5KM

Ciclismo sem pontos de hidratação (água na transição)

PERCURSO NO
STRAVA

CICLISMO

CORRIDA 4.8KM

TRIATHLON



CONTROLE DE VOLTAS COM XUXINHA NA CORRIDA

No percurso de corrida do TRIATHLON SPRINT, todos devem pegar a xuxinha no retorno e colocar no braço direito, preferencialmente.

DUAS VOLTAS DE 2.4KM

Hidratação - 750m, 2km, 3.2km e 4.5km

PERCURSO NO
STRAVA

CORRIDA

NATAÇÃO 500M

AQUATHLON



- LARGADA: Seguir na direção da BOIA 1 (amarela).
- BOIA 1 (amarela): Contornar com ombro esquerdo.
- BOIA 2 (laranja): Manter ombro esquerdo.
- BOIA 3 (amarela): Contornar com ombro esquerdo.
- BOIA 4 (amarela): Contornar com ombro esquerdo.
- BOIA 5 (vermelha): Contornar com ombro direito.

PERCURSOS NO
STRAVA

500M

CORRIDA 2.4KM

AQUATHLON



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

PERCURSO NO
STRAVA

CORRIDA

CORRIDA 1 - 5KM

DUATHLON



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

PERCURSO NO
STRAVA

CORRIDA 1

CICLISMO - 18KM

DUATHLON



4 VOLTAS DE 4.5KM

Ciclismo sem pontos de hidratação (água na transição)

APOIO MECÂNICO
Na frente do funil de chegada.

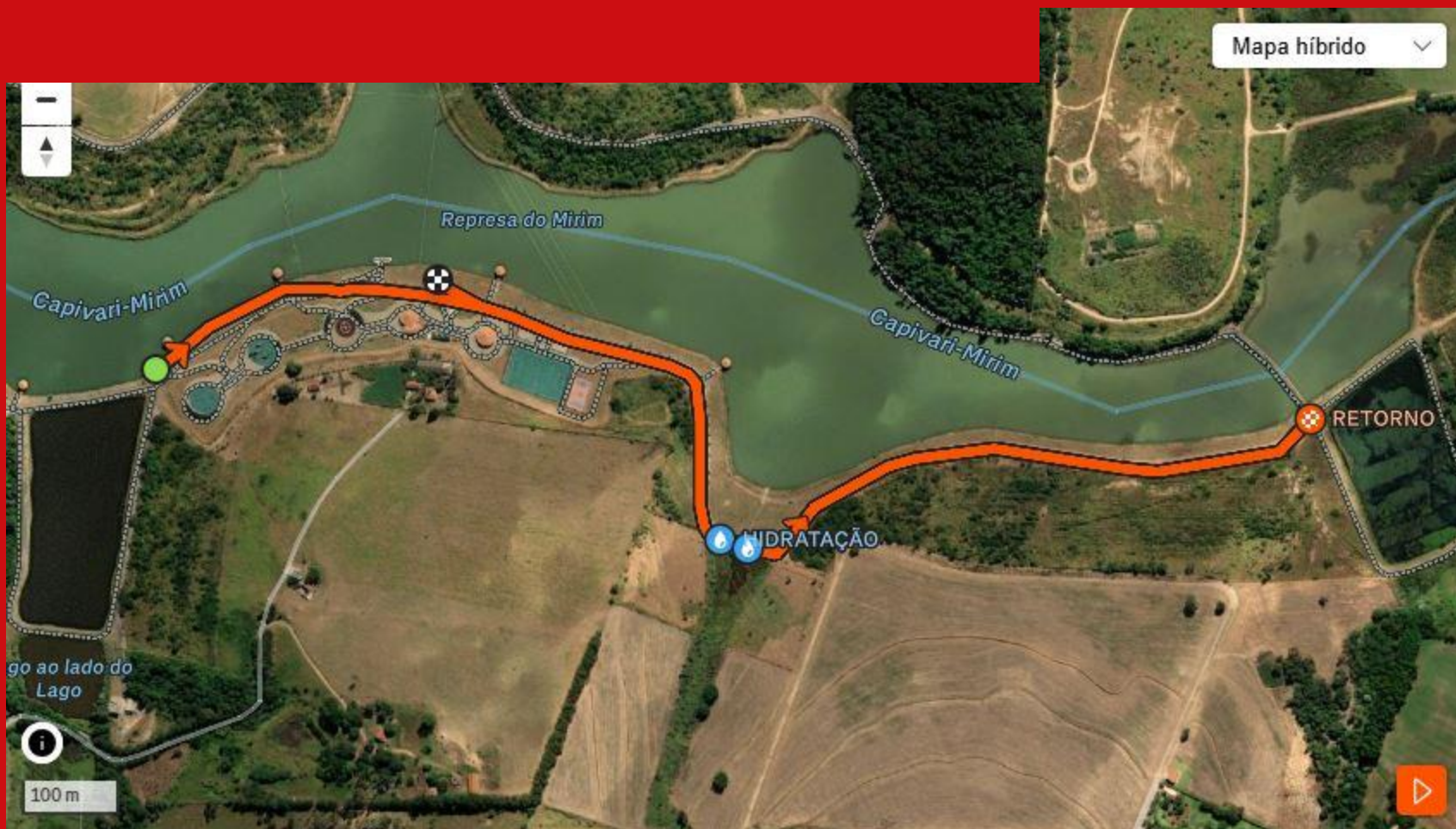


PERCURSO NO
STRAVA

CICLISMO

CORRIDA 2 - 2.4KM

DUATHLON



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

PERCURSO NO
STRAVA

CORRIDA 2

LEGEND

TOUCAS E LARGADAS

13h00

TRIATHLON SPRINT
(Masculino até 34 anos)



Vermelha

13h03

TRIATHLON SPRINT
(Masculino 35 a 49 anos)



Lilás

13h06

TRIATHLON SPRINT
(Masculino a partir de 50 anos)



Preta

13h09

TRIATHLON SPRINT
(Feminino - TODAS)



Laranja

15h15

AQUATHLON SPRINT
(Masculino - TODOS)



Vermelha
Até 34 anos



Lilás
35 a 49 anos



Preta
50 anos +

15h18

AQUATHLON SPRINT
(Feminino - TODAS)



Laranja

17h00

DUATHLON SPRINT
(Masculino e Feminino)

LARGADA ÚNICA
(SEM TOUCA)

OBSERVAÇÃO

Atente-se à sua idade para saber a cor da touca e o horário de largada.

DESAFIO LEGEND



INFORMAÇÕES IMPORTANTES

CHIP

O participante do **Desafio Legend** participa com 3 chips (um de cada prova), dois em um tornozelo e um terceiro no outro tornozelo. Os 3 chips devem ser usados juntos durante as 3 competições.

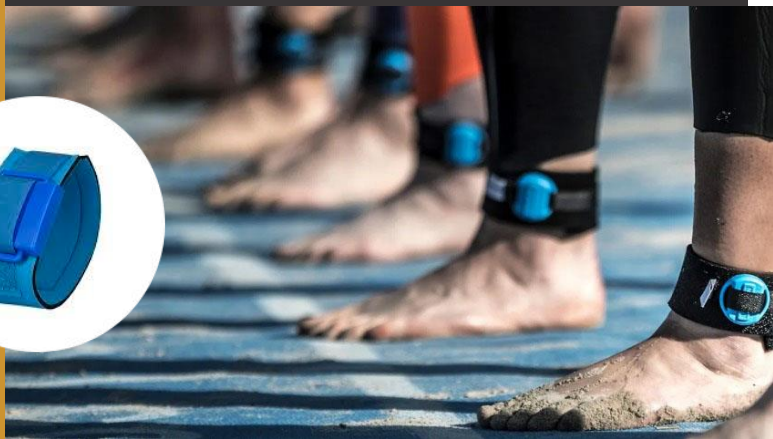
O participante deve conhecer as especificações de cada competição.

TOUCA.

Ao retirar o seu kit, certifique-se de que a cor da touca está correta.

CHIP RETORNÁVEL (TORNOZELEIRA)

O chip deve ser usado no tornozelo, entre o fim da roupa e o pé, 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 DOS CHIPS

Os chips de cada atleta estarão disponíveis em seu cesto numerado na área de transição.

DEVOLUÇÃO DOS CHIPS

Após a prova, o atleta deve devolver os chips 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.



Nas provas individuais, o número de peito só é necessário na corrida. No Revezamento, o número deve ser usado também no ciclismo, sendo posicionado nas costas do participante.

INFORMAÇÕES E PENALIZAÇÕES

ROUPA DE BORRACHA LIBERADA

A roupa de borracha é permitida na natação.

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.

CARTÃO AMARELO



Aplicado por:

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

CARTÃO VERMELHO



Aplicado por:

Conduta antidesportiva
Penalização:
Desclassificação da competição

CAMPEONATOS OFICIAIS

Esta etapa tem provas válidas pelos Campeonatos Paulistas de Triathlon Sprint e Aquathlon Sprint. Além do Campeonato Brasileiro de Triathlon Sprint (seletiva para o Mundial de 2027 em Hamburgo, na Alemanha).



SELETIVA MUNDIAL



World Triathlon
Championship Finals
HAMBURG
2027

Todos os inscritos que realizarem seu registro federativo por São Paulo até o 24 horas antes da largada, poderão pontuar no Campeonato Paulista. E todos que se federarem por qualquer estado brasileiro poderão pontuar no Campeonato Brasileiro.

Saiba mais e faça seu registro por São Paulo em:

<https://triathlonsp.org.br/clube/>

PIN OFICIAL CAMPEONATO PAULISTA 2026

Todos os atletas federados por São Paulo inscritos nas provas válidas pelo Campeonato Paulista, além da medalha do evento, conquistam um PIN oficial do campeonato estadual.



PREMIAÇÃO



Medalha de Participação para todos que completarem o desafio.



Troféu para o TOP 3 GERAL do desafio.
Troféu para o TOP 3 de cada categoria em cada uma das provas (Triathlon, Aquathlon e Duathlon)



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°



ROUPA DE BORRACHA: LIBERADA

TEMPERATURA DA ÁGUA: 20°

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

GRUPO NO WHATSAPP



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

Entre no nosso grupo!

Lá você pode esclarecer suas dúvidas sobre o esporte, interagir com outros 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