

Versão 1.3

BLUE

SERIES TRIATHLON
& AQUATHLON



GUIA DO ATLETA

15.DEZ

PARQUE VAN GOGH - HOLAMBRA

LOCAL DO EVENTO

PARQUE VAN GOGH

BANHEIROS - Banheiros com acessibilidade.

ALIMENTAÇÃO - Opções de alimentação no local.

GUARDA-VOLUMES - O evento oferece guarda-volumes para os participantes.

ESTACIONAMENTO - O parque não possui estacionamento. Os participantes poderão estacionar em ruas próximas.



PREVISÃO DO TEMPO

NUBLADO

CHANCE DE CHUVA

Mínima de 20° | Máxima de 25°

[Parque Van Gogh – Holambra/SP](#)

No WAZE, busque por Parque Van Gogh

KIT ATLETA



ENTREGA DE KITS

14.DEZ (SÁBADO)

13h00 às 19h00

ONDE

Cervejaria Seo Carneiro

[R. Campo do Pouso, 851 - Holambra/SP](#)

Retirada de KIT para terceiros:

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

Reserva de kit:

Para retirar o kit no dia da prova, solicite a reserva por e-mail até terça-feira (10):
contato@tubig.com.br

Número de peito | Adesivos de identificação | Touca de natação
Camiseta exclusiva BLUE SERIES | Medalha de participação (após conclusão)

PROGRAMAÇÃO GERAL

10.DEZ (TERÇA-FEIRA)

20h00 - Publicação do Guia do Atleta e Startlist Provisória

11.DEZ (QUARTA-FEIRA)

20h00 às 20h45 - Bate-Papo Online Instagram – <https://www.instagram.com/blueseriesbrasil/>

21h00 - Encerramento das Inscrições Online Site Ticket Sports

14.DEZ (SÁBADO)

13h00 às 19h00 - Entrega do KIT na Cervejaria Seo Carneiro, em Holambra

PROGRAMAÇÃO GERAL

15.DEZ (DOMINGO)

05h30 às 06h30 - Entrega do KIT – Triathlon Sprint e BLUEMAN (KIT RESERVADO)

05h30 às 06h45 - Transição Aberta (Bike Check-In) Triathlon Sprint e BLUEMAN

06h30 às 08h30 - Entrega do KIT – Triathlon Standard e Aquathlon (KIT RESERVADO)

07h00 - Largada Triathlon Sprint Masculino e Feminino – Alto Rendimento

07h03 - Largada Triathlon Sprint Masculino – Militar, Categorias de Idade e BLUEMAN até 39 anos

07h05 - Largada Triathlon Sprint Masculino – MTB, Categorias de Idade e BLUEMAN a partir de 40 anos

07h07 - Largada Triathlon Sprint Feminino – Categorias de Idade, Militar, MTB, BLUEMAN e Revezamento

07h00 às 08h45 - Transição Aberta (Bike Check-In) Triathlon Standard

07h00 às 09h45 - Transição Aberta (Check-In) Aquathlon

09h00 - Largada Triathlon Standard Masculino e Feminino (Rolling Start) – Categorias de Idade e BLUEMAN

09h30 - Premiação Triathlon Sprint

10h00 - Largada Aquathlon Masculino e Feminino – Categorias de Idade (todos)

11h30 - Premiação Aquathlon

13h00 - Premiação Triathlon Standard e BLUEMAN

16.DEZ (SEGUNDA-FEIRA)



A cobertura fotográfica oficial será da **FOTOP**. As fotos estarão disponíveis para compra a partir de segunda-feira (16), às 09h00, no site: <https://tubig.fotop.com.br/fotos/>

CAMPEONATOS OFICIAIS



Válido pelos **Campeonatos Paulistas** de Triathlon Sprint (terceira etapa para as Categorias de Idade e etapa única para o Alto Rendimento) e Aquathlon Standard (etapa única para as Categorias de Idade).

TAG OFICIAL CAMPEONATO PAULISTA 2024

Todos os atletas federados por São Paulo, além da medalha do evento, conquistam uma tag oficial do Campeonato Paulista.



Todos os inscritos que realizarem seu registro federativo até o momento da retirada do kit, poderão pontuar no Paulista.

Saiba mais e faça seu registro por São Paulo em: <https://triathlonsp.org.br/clube/>

PREMIAÇÃO

- **Participação:** Medalha para todos que completarem a competição (todas as provas).
- **TOP 3:** Troféu para os 3 melhores em cada uma das categorias de Alto Rendimento, cada uma das Categorias de Idade, MTB GERAL e Militar GERAL.
 - **TOP 3 no Revezamento:** Troféu para os 3 melhores times do Revezamento (todos os atletas do time recebem troféu).
- **Premiação Especial:** Troféus para melhor Natação, melhor Ciclismo e melhor Corrida **(apenas no Triathlon Standard)**.
 - **Equipe (Assessoria):** Troféu para as 3 equipes com mais participantes (somando todas as competições do evento).

PROVAS E PERCURSOS

TRIATHLON SPRINT

750m de natação em 1 volta
20km de ciclismo em 2 voltas
5km de corrida em 2 voltas

DESAFIO BLUEMAN

Sprint + Standard na sequência.

TRIATHLON STANDARD

1500m de natação em 2 voltas
40km de ciclismo em 4 voltas
10km de corrida em 4 voltas

AQUATHLON

750m de natação em 1 volta
5km de corrida em 2 voltas

NATAÇÃO



TRIATHLON SPRINT - 750m
AQUATHLON STANDARD - 750m
TRIATHLON STANDARD - 1500m

- TRIATHLON SPRINT – 1 VOLTA DE 750m
- AQUATHLON STANDARD – 1 VOLTA DE 750m
- TRIATHLON STANDARD – 2 VOLTAS DE 750m

SENTIDO ANTI-HORÁRIO

CICLISMO



TRIATHLON SPRINT - 20km
TRIATHLON STANDARD - 40km

- TRIATHLON SPRINT – 2 VOLTAS DE 10km
- TRIATHLON STANDARD – 4 VOLTAS DE 10km

SENTIDO ANTI-HORÁRIO

CORRIDA



TRIATHLON SPRINT - 5km
AQUATHLON STANDARD - 5km
TRIATHLON STANDARD - 10km

Hidratação – 250m / 1,2k / 2,7k / 3,6k

- TRIATHLON SPRINT – 2 VOLTAS DE 2,5km
- AQUATHLON STANDARD – 2 VOLTAS DE 2,5km
- TRIATHLON STANDARD – 4 VOLTAS DE 2.5km

SENTIDO ANTI-HORÁRIO

CHIP E TRANSIÇÃO



O chip deve ser usado no tornozelo, entre o fim da roupa e o pé, devendo ficar exposto (totalmente descoberto).

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.

ADESIVOS, NÚMEROS DE PEITO E PULSEIRA



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.

ROUPA DE BORRACHA:

PERMITIDA

TEMPERATURA DA ÁGUA:

20°

PENALIZAÇÕES

CARTÃO AZUL APENAS NO TRIATHLON STANDARD

Aplicado por:
Uso do VÁCUO no ciclismo



2 minutos no
Penalty Box

CARTÃO AMARELO

Aplicado por:
Pedalar ou correr sem camiseta
Descarte inadequado de resíduos
Uso de equipamento de som
Uso de ajuda externa



Penalty Box
Triathlon Sprint: 10 segundos
Triathlon Standard: 15 segundos

CARTÃO VERMELHO
Aplicado por:
3 cartões azuis
Conduta antidesportiva



Desclassificação
da competição

- O participante das categorias de Alto Rendimento que não parar para cumprir sua penalização no Penalty Box será penalizado com cartão vermelho.
- Participantes das demais categorias (Categorias de Idade, MTB, Militar, e Revezamento), que não pararem para cumprir suas penalizações no Penalty Box, serão penalizados com o acréscimo de 5 minutos no tempo total (Sprint), e 10 minutos no tempo total (Standard).



TRIATHLON SPRINT

REGRAS

VÁCUO

O vácuo é permitido.

TIPOS DE BIKE

Nas categorias de **Alto Rendimento** é obrigatório o uso de bike **Speed (Road)**.

Nas **demais categorias** 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 apenas 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.

CATEGORIA MILITAR

Não há divisão por idade. Categoria para militares da reserva ou da ativa.

REGRAS

CATEGORIA REVEZAMENTO

- Os kits de todo o time devem ser retirados juntos;
- Será usado um só chip pelos 3 atletas do time. O chip deve ser passado para o outro atleta do time na transição (onde está a bike);
 - Os atletas do time poderão entrar na área de transição inclusive depois da largada;
- O atleta que fará o ciclismo deve usar o número de peito nas costas, para que seja identificado e possa transitar livremente;
- Só será permitido retirar a bike da área de transição quando o bike check-out for liberado pela arbitragem.

SPRINT



TOUCAS E LARGADAS

07h00

TRIATHLON SPRINT
ONDA 1



Sprint Masculino
(Alto Rendimento)
Touca Vermelha



Sprint Feminino
(Alto Rendimento)
Touca Vermelha

07h03

TRIATHLON SPRINT
ONDA 2



Sprint Masculino
Militar e 14/39 anos
Touca Cinza



BLUEMAN Sprint Masculino
14-39 anos
Touca Roxa

07h05

TRIATHLON SPRINT
ONDA 3



Sprint Masculino
MTB e 40/80+ anos
Touca Azul



BLUEMAN Sprint Masculino
40/80+ anos
Touca Preta

07h07

TRIATHLON SPRINT
ONDA 4



Sprint Feminino
(Todas as Categorias de Idade,
MTB e Militar)
Touca Amarela



Revezamento
(TODOS)
Touca Verde



BLUEMAN Sprint Feminino
(Todas as Categorias de Idade)
Touca Roxa

LARGADAS EM ONDAS

Buscando uma largada mais segura e confortável para todos, a competição de Triathlon Sprint terá largadas em 4 ondas.



NADADOR ANJO
Touca Laranja
Larga junto ao atleta
acompanhado



TRIATHLON
STANDARD

REGRAS

VÁCUO

O vácuo é proibido.

DISTÂNCIA

A distância considerada para a regra do vácuo será de **10 metros**, com tempo de **20 segundos** permitido para efetuar a ultrapassagem.

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 apenas 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.

STANDARD

LARGADA ROLLING START

A largada do Triathlon Standard será realizada no sistema **Rolling Start**. Os participantes devem se alinhar de acordo com o seu tempo previsto para o percurso de natação (1500m).

As largadas serão realizadas em grupos, com **4 atletas a cada 8 segundos**. E o tempo de cada participante começa a contar a partir do momento da sua largada.

O próprio participante deve definir a sua faixa de tempo previsto para a natação, sendo as opções as seguintes:

TEMPO ESTIMADO	TEMPO ESTIMADO	TEMPO ESTIMADO	TEMPO ESTIMADO
< 25 min RAPIDÍSSIMO	26 a 30 min RÁPIDO	31 a 35 min MODERADO	36 a 50 min NO MEU TEMPO
 NATAÇÃO	 NATAÇÃO	 NATAÇÃO	 NATAÇÃO
 BLUE SERIES	 BLUE SERIES	 BLUE SERIES	 BLUE SERIES

TOUCAS E LARGADAS

09h00

TRIATHLON STANDARD
ROLLING START



Standard Masculino
Touca Azul



Standard Feminino
Touca Vermelha



BLUEMAN Standard
Masculino
14-39 anos
Touca Roxa



BLUEMAN Standard
Masculino
40/80+ anos
Touca Preta



BLUEMAN
(Standard Feminino)
Touca Roxa



BLUEMAN

ENDURANCE TRIATHLON

SPRINT + STANDARD

DESAFIO BLUEMAN

No **Desafio BLUEMAN**, o atleta encara as duas distâncias na sequência (Sprint + Standard) e entra para o seleto grupo **BLUEMAN**.

Conheça o [BLUEMAN Hall](#) com todos os **BRUTOS** que já finalizaram o Desafio. 💪

- Os atletas terão 2 chips, que devem ser usados juntos (um em cada tornozelo) durante as duas provas.
 - Atletas do Desafio serão identificados com números a partir de 51.
 - No mais, o Desafio BLUEMAN segue as respectivas regras das provas Sprint e Standard. O atleta inscrito no Desafio deve conhecer as particularidades de cada uma delas.

PREMIAÇÃO DO DESAFIO

Além das premiações referentes às provas Sprint e Standard, os atletas do Desafio ainda têm:

- **Participação:** Medalha BLUEMAN para quem completar as duas distâncias.
- **Premiação BLUEMAN:** Troféu BLUEMAN para os 3 melhores (no masculino e no feminino) somando o tempo das duas distâncias.

A female triathlete is shown from the waist up, standing on a surfboard in the water. She is wearing a yellow swim cap with a green band, goggles, and a black wetsuit with yellow accents. Her wetsuit has "NANOBODY TECH" and "ERGILIO ULTISPORT" printed on it. She is holding a black surfboard with "XTEFT" written on it. She has a white sports watch on her left wrist. The background shows a body of water, trees, and buildings under a clear sky.

AQUATHLON STANDARD

REGRAS

DESCARTE

O descarte de resíduos deve ser feito apenas 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.

TOUCAS E LARGADAS

10h00

**AQUATHLON
STANDARD**



Aquathlon Masculino
Touca Amarela



Aquathlon Feminino
Touca Amarela

ORGANIZAÇÃO

CO-PATROCÍNIO



APOIO



REALIZAÇÃO



PRODUÇÃO



SUPERVISÃO



BLUE®



23.MAR

PARQUE VAN GOGH - HOLAMBRA
Triathlon, Aquathlon & Aquabike

LONG

06.ABR

AFA - PIRASSUNUNGA
Triathlon Long Distance & Sprint

07.JUN

PARQUE DO MIRIM - INDAIATUBA
Triathlon & Aquathlon **SUNSET**

26.JUL

AFA - PIRASSUNUNGA
Triathlon & Aquathlon **SUNSET**

17.AGO

ALPHAVILLE - BARUERI
Duathlon Sprint, Standard & Infantil

07.SET

ENSEADA - BERTIOGA
Triathlon, Aquathlon & Aquabike

LONG

19.OUT

AFA - PIRASSUNUNGA
Triathlon Long Distance & Sprint

07.DEZ

PARQUE VAN GOGH - HOLAMBRA
Triathlon, Aquathlon & Aquabike



APONTE
SEU CELULAR



blueseries.com.br

2025

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

 **Triathlon
São Paulo**

BOA PROVA!



@tubigsports @blueseriesbrasil