



RREGULAMENTO 1º CROSS DUATHLON LOKOS DO PEDAL – MTB PENÁPOLIS

O 1º Cross Duathlon é uma realização do grupo Lokos do Pedal – MTB Penápolis, com o objetivo de incentivar a prática da corrida (Trail Run) e do MTB (Mountain Bike), promovendo assim a integração entre os praticantes das duas modalidades. Será realizado domingo 14/03/2021 com concentração a partir das 6h30 e largada às 8h00. As inscrições vão até dia 01/03/2021 no site incentivoesporte.com.br.

LOCAL

Na capela Santa Cândida (fazenda do Benoninho), localizada na Estrada José Vigilato de Castilho, Bairro Rural Boa Vista, em Penápolis. Acesso por dentro da cidade pelo bairro Jardim Alphavile. <https://goo.gl/maps/LxkGgyttdrVfpXZm8>

DAS INSCRIÇÕES

Serão realizadas diretamente pelo site incentivoesporte.com.br e serão consideradas somente as inscrições pagas. Após dia 01/03 e no dia não serão aceitas inscrições. Você pode se inscrever para correr sozinho os dois esportes ou fazer parceria com uma segunda pessoa (um corre e outro pedala).

- Individual: R\$ 45,00 por inscrição (descontando encargos do pagamento online);
- Dupla: R\$ 60,00 por inscrição (descontando encargos do pagamento online);

DISTÂNCIAS

- 3,6km de corrida + 27km de MTB + 3,6km de corrida

PERCURSOS NO STRAVA

- Corrida: <https://strava.app.link/2fXCcgWlvdb>
- Mountain Bike: <https://www.strava.com/routes/2790631276365465932>

CATEGORIAS

Você pode se inscrever na Categoria Individual (correr + pedalar + correr) ou inscrever-se em Dupla (um corre o outro pedala). No caso de Duplas Mistas o planejamento de quem corre e quem pedala é livre.

- Individual masculino: idades abaixo
 - Até 29 anos
 - 30 à 39 anos
 - 40 à 49 anos
 - 50 à 59 anos
 - 60 à 69 anos
 - Acima de 70 anos
- Individual feminino: idades abaixo
 - Até 29 anos
 - 30 à 39 anos
 - 40 à 49 anos
 - 50 à 59 anos
 - 60 à 69 anos
 - Acima de 70 anos
- Dupla masculina: idade livre



- Dupla feminina: idade livre
- Dupla mista: idade livre

Nas categorias Individual (feminino e masculino) as divisões por idade que não tiverem 5 atletas inscritos serão contempladas pelas categorias de idade superior (estendidas as divisões entre idades), ou outra a critério da organização, até que se tenha número mínimo de cinco concorrentes.

HORÁRIOS

- 6h00: concentração e entrega de placas numeradas
- 6h30: abertura e check-in na área de transição
- 7h30: fechamento da área de transição
- 8h00: largada geral Cross Duathlon

CORRIDA

O número tem que estar visível na frente e na altura do abdômen do atleta, caso contrário será desclassificado. É obrigatório correrem vestidos de camiseta e calçado e de responsabilidade individual a própria hidratação.

CICLISMO

O número tem que estar visível no guidão da bicicleta e os atletas deverão ser responsável pela sua própria hidratação. Não haverá ponto de hidratação na trilha.

REVEZAMENTO

O revezamento deverá ser realizado apenas dentro da área de transição, onde já deverá estar posicionado o ciclista (caso seja categoria dupla) e ou sua bicicleta (caso seja individual).

DAS PREMIAÇÕES

Ambas as categorias receberão medalha finisher e os cinco primeiros lugares em cada categoria ganham troféu.

CONDUTA NO CHECK IN

Após pegar suas numerações de peito e da bike na recepção do evento, o(s) atleta(s) devem se organizar com seus equipamentos na área de transição.

- Concentração dos atletas na Área de Transição para conferência dos equipamentos.
- O atleta já deverá se apresentar com todos os numerais, na parte frontal da camiseta e da bicicleta.
- O atleta deverá estar com o capacete na cabeça e afivelado.
- Caso o atleta esteja com qualquer equipamento irregular, não poderá realizar a prova.

CONDUTA NA ÁREA DE TRANSIÇÃO

A área de transição é o espaço demarcado para o atleta fazer a mudança da corrida para o ciclismo, e vice-versa. Nesse local que o atleta deve deixar seus equipamentos (bicicleta, capacete, tênis, sapatilha, etc...).

- O atleta deverá cumprir o horário preestabelecido de abertura e fechamento da área de transição. Caso o atleta desrespeite esses horários será impedido de participar da prova.
- O atleta deve, obrigatoriamente, usar apenas o espaço a ele destinado.
- É proibido pedalar na Área de Transição.
- O atleta não deve impedir o progresso de outros competidores na Área de Transição.



- O atleta não pode mexer nos equipamentos dos outros competidores.
- O atleta deverá “montar” e “desmontar” na bicicleta a partir da faixa preestabelecida e devidamente marcada no chão.
- Só será permitida a presença de pessoas devidamente autorizadas na Área de Transição.
- A Comissão Organizadora não se responsabilizará por equipamentos removíveis da bicicleta.
- Check-out – O atleta só poderá retirar seu material da Área de Transição após a chegada na transição do último ciclista para a corrida da prova, mediante apresentação de sua numeração ou com autorização da Comissão Organizadora.
- Após as (12h30) todo o material que não tiver sido retirado será recolhido e o atleta deverá procurar os coordenadores da Área de Transição.

LOKOS DO PEDAL - MTB PENÁPOLIS

Luan Tomé (18-98100-6884)

Lucas Araújo (14-99847-9491)

Rafael de Oliveira (18-99602-0244)