



# CARANGUEJOMAN

23 DE FEVEREIRO DE 2025

# GUIA DO ATLETA

LARGADA DA PROVA:

ORLA PÔR DO SOL, **ARACAJU/SE**



# CARANGUEJOMAN

Triathlon  
Copa Nordeste | Aracaju

3:16:43	1:13:02.7	0:55:03	
STANDARD	SPRINT	SUPER SPRINT	SPRINT
131	GABRIEL RIBEIRO SO. VA		1:10:04
128	FRANCISCO JORGE RODRIGU...		1:09:23
220	TIAGO CARMALHO CARDOSO		1:09:16
217	THASSIO ANDRADE DE MELO		

PETROBAHIA

PATROCINADORES



PETROBAHIA

PATROCINADORES



REALIZAÇÃO



PRODUÇÃO





## BEM-VINDO AO CARANGUEJOMAN

Este guia foi cuidadosamente elaborado para garantir que você esteja bem preparado(a) e possa aproveitar ao máximo o Caranguejoman.

Aqui, você encontrará todas as informações essenciais, desde detalhes do percurso até orientações sobre a retirada de kits e toda programação da prova.

**Recomendamos que você leia cada página com atenção.**

**BOA PROVA E DIVIRTA-SE!**

REALIZAÇÃO

**Speed**  
PRODUÇÕES E EVENTOS

PRODUÇÃO

**SPEED  
SPORTS**

# PATROCINADORES



# PROGRAMAÇÃO

## 22 FEVEREIRO - SÁBADO

09:00 - 17:00 Entrega dos kits no Hotel da Costa;

17:00 - 19:00 Bike check-in na Orla Pôr do sol;

## 23 de FEVEREIRO - DOMINGO

04:00 - 04:30 Abertura da T2 na Orla de Atalaia;

04:10 - 4:30 Saída dos ônibus da T1 para Orla Pôr do Sol;

05:00 - 05:50 Abertura T1 na Orla Pôr do sol;

06:00 Largada do Olímpico/Long Masculino;

06:02 Largada do Olímpico/Long Feminino;

06:15 Largada do Sprint Masculino\*;

06:17 Largada do Sprint Feminino\*;

06:35 Largada do Super Sprint Masculino\*;

06:37 Largada do Super Sprint Feminino\*;

10:00 - 12:00 Bike check-out (após o último atleta finalizar a T2)\*;

10:00 - 11:00 Premiação dos atletas\*.

\* Os horários poderão variar de acordo com a dinâmica da prova.



# RETIRADA DO KIT

LOCAL:

## HOTEL DA COSTA

ENDEREÇO:

Av. Santos Dumont, 1807 - Praia dos Artistas, Aracaju

LINK DO MAPA:

<https://maps.app.goo.gl/Wz5vV3mzPiVnQrA36>

### INFORMAÇÕES IMPORTANTES

1. Retirada do kit apenas pessoalmente.
2. Apresentar documento com foto.
3. Assinar termo de aceite (local da entrega).
4. Para retirada por terceiros, o mesmo deve está munido de comprovação e documento do atleta.



# KIT DA PROVA

**PULSEIRA  
DE ATLETA**



**USO OBRIGATÓRIO**

**ADESIVO  
DO  
CAPACETE**



**USO OBRIGATÓRIO**  
APLICAÇÃO FRONTAL

**TOUCA  
NATAÇÃO**



**USO OBRIGATÓRIO**

**NÚMERO  
DE PEITO**



**USO OBRIGATÓRIO**  
APENAS NA CORRIDA

**ADESIVO DA  
BIKE**



**USO OBRIGATÓRIO**  
APLICAÇÃO NO CANOTE

**CAMISA DA  
PROVA**



**USO OBRIGATÓRIO**  
USO OPCIONAL

**CHIP  
DESCARTÁVEL**



**USO OBRIGATÓRIO**  
APLICAÇÃO NO TORNOZELO

**TATUAGEM  
DE ATLETA**



**USO OBRIGATÓRIO**  
APLICAÇÃO NO BRAÇO OU ANTEBRAÇO

# TOUCAS E Nº DE PEITO



**SUPER SPRINT**



**SPRINT**



**STANDARD**



**LONG**



# REGRAS GERAIS

1. É obrigatório o uso de capacete em boas condições e sempre afivelado durante o ciclismo;
2. É obrigatório a aplicação do adesivo com o número no canote da bike e na parte frontal do capacete;
3. O uso da camisa da prova é opcional por parte do atleta, não sendo obrigatória em nenhum momento da competição;
4. O atleta deve aplicar a tatuagem conforme orientações descritas no verso, nos braços, antebraços ou panturrilhas (caso os braços estejam cobertos).
5. O CHIP de cronometragem está dentro do kit do atleta, o número que tem no chip nem sempre coincide com o número de peito (desconsiderar caso seja o mesmo número).

**OBS: O CHIP DO REVEZAMENTO NÃO É DESCARTÁVEL, A PERDA OU NÃO DEVOLUÇÃO DO CHIP ACARRETERÁ O PAGAMENTO NO VALOR DE R\$ 200,00 PARA REPOSIÇÃO DO MESMO.**

6. A medalha de "Finisher" será entregue ao atleta que cruzar a linha de chegada mediante destacamento do papel pontilhado no número de peito e após a entrega do chip de cronometragem. Será uma medalha por atleta (o atleta que não concluir a prova por qualquer motivo, não receberá a medalha em hipótese alguma).

# SACOLAS DE TRANSIÇÃO

As sacolas de transição são de uso obrigatório em toda a prova!



## SACOLA T1 - BRANCA

**Pré transição:** Todos os pertences do ciclismo devem estar dentro da sacola, somente permitido são as sapatilhas se tiverem fixadas nos pedais e capacetes pendurado na parte frontal da bike.

**Pós transição:** Todos os pertences da natação (**inclusive a roupa de borracha e boia**) deverão ser colocados dentro da sacola na T1, caso contrário haverá penalidade.



## SACOLA T2 - PRETA

**Pré transição :** Todos os pertences da corrida deverão estar dentro da sacola.

**Pós transição :** Todos os pertences do ciclismo deverão ser colocados na sacola na T2.

**\*Os árbitros irão anotar o número do atleta infratores e punir com acréscimo de 5 minutos no tempo final da prova.**

# BIKE CHECK-IN

**MOMENTO 1 – DIA ANTERIOR DA PROVA:**  
**ORLA PÔR DO SOL**

**HORÁRIO:**  
Sábado 22/02, das 17:00 - 20:00

**MOMENTO 2 – ANTES DA LARGADA:**  
**ORLA PÔR DO SOL**

**HORÁRIO:**  
Domingo 23/02, das 05:00 - 05:50

Haverá transporte no Domingo saindo da Orla de Atalaia para Orla Pôr do Sol somente para quem fizer o bike check-in no Sábado.

**O bike check-in deve ser realizado exclusivamente pelo atleta que for largar a prova. Em nenhuma hipótese é permitido que seja feito por terceiros.**

## **PONTO DE ATENÇÃO:**

**Lembre-se de revisar sua bicicleta**, verificar se a mesa está apertada, se os freios estão funcionando corretamente e se os pneus estão calibrados.

Sugerimos também levarem sacola plástico para proteção de partes eletrônicas do seu equipamento.



# SAÍDA DOS ÔNIBUS

Todos os atletas terão direito a utilização dos ônibus da prova (verificação da pulseira).

Não será permitido levar nenhum tipo de equipamento além da sacola de transição.

## PONTO DE PARTIDA DOS ÔNIBUS

Em frente ao Del Mar Hotel Aracaju

### PRIMEIRO ÔNIBUS

Saída prevista para 04:10

### SEGUNDO ÔNIBUS

Saída prevista para 04:20

### TERCEIRO ÔNIBUS

Saída prevista para 04:25

### QUARTO ÔNIBUS

Saída prevista para 04:30

# DINÂMICA DA PROVA

Mapa da prova completo e interativo no Google Earth

**CLIQUE PARA VER O MAPA COMPLETO DA PROVA**

**NATAÇÃO + TRANSIÇÃO 1**

Orla pôr do Sol



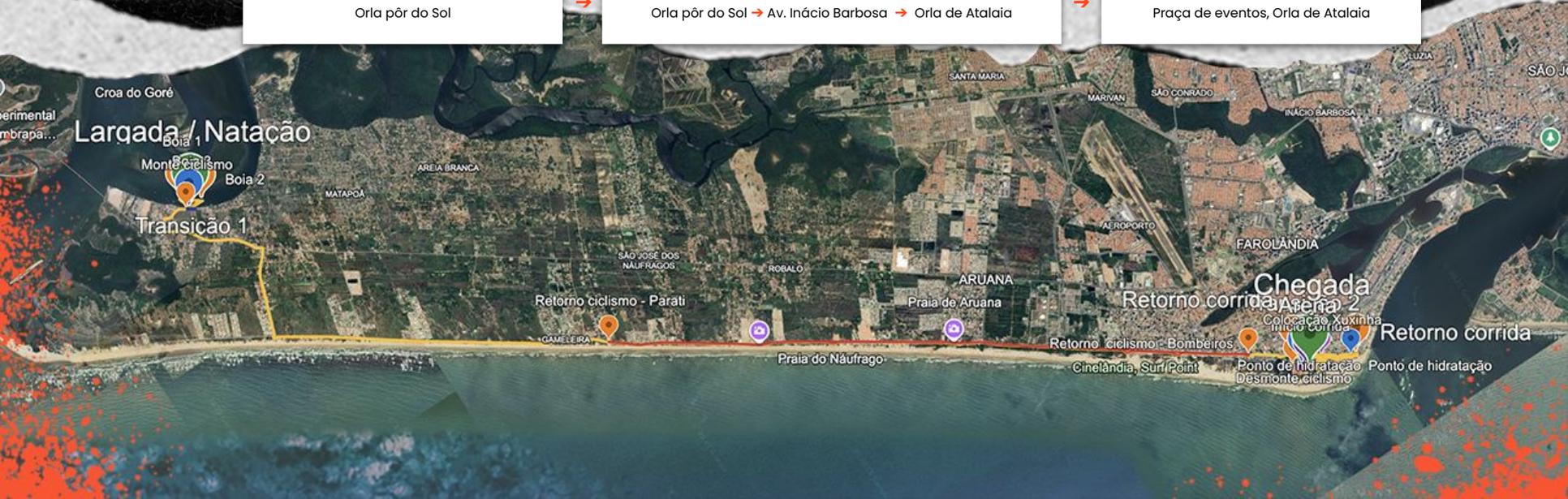
**CICLISMO**

Orla pôr do Sol → Av. Inácio Barbosa → Orla de Atalaia



**TRANSIÇÃO 2 + CORRIDA**

Praça de eventos, Orla de Atalaia



# WETSUIT E BOIA



## LIBERADO O USO DE ROUPA DE BORRACHA (WETSUIT)

### INFORMAÇÕES IMPORTANTES SOBRE O USO DA ROUPA DE BORRACHA:

- **Liberado para todas as modalidades** (mini-sprint, sprint, olímpico e long)
- Obrigatoriamente a roupa de borracha deve ficar dentro da sacola de transição 01 após a natação, caso contrário atleta será penalizado;
- Não teremos apoio/staff para retirada da roupa da borracha;
- O atleta não poderá contar com ajuda externa para retirada da roupa de borracha.

## LIBERADO O USO DE BOIA SINALIZADORA

### INFORMAÇÕES IMPORTANTES SOBRE O USO DA BÓIA:

- **Liberado apenas na modalidade super-sprint;**
- O atleta que optar por usar a boia, precisará largar no fundo evitando atrapalhar os atletas da frente.
- Obrigatoriamente a bóia deve ficar dentro da sacola de transição 01 após a natação, caso contrário atleta será penalizado;

# **PERCursos**

## **NATAÇÃO + T1**

# NATAÇÃO

## SUPER SPRINT - 400m

### PERCURSO SUPER SPRINT

Largada > Boia 1 > Chegada

Todas as bóias deverão ser contornadas com ombro direito.



# NATAÇÃO

## SPRINT - 750m

### PERCURSO SPRINT

Largada > Boia 1 > Boia 2 > Chegada

Todas as bóias deverão ser contornadas com ombro direito.

Boia 1

Boia 2

Boia 3

Orlinha Pôr do sol  
Mosqueiro Sergipe

Largada / Natacão



# NATAÇÃO

## STANDARD / LONG - 1500m

### LEGENDA

- Volta 1
- Volta 2

### PERCURSO STANDARD/LONG

Largada > Boia 1 > Boia 2 > Boia 3 > Boia 1 > Boia 2 > Chegada

Todas as bóias deverão ser contornadas com ombro direito.



# TRANSIÇÃO 1

## SAÍDA DA NATAÇÃO

### LEGENDA

- > Sentido entrada / saída
- Entrada transição 1
- Saída transição 1
- Bicicletário
- 📍 Área de monte

Orlinha Pôr do sol  
Mosqueiro Sergipe

A entrada ao bicicletário se dará pela lateral como mostra imagem.



**PERCORSOS**

**CICLISMO + T2**

# CICLISMO

## SUPER-SPRINT / SPRINT - 20km

**INÍCIO - TRANSIÇÃO 1**  
**Orla Pôr do sol**



**DESVIO**  
**Supermercado Passeo**



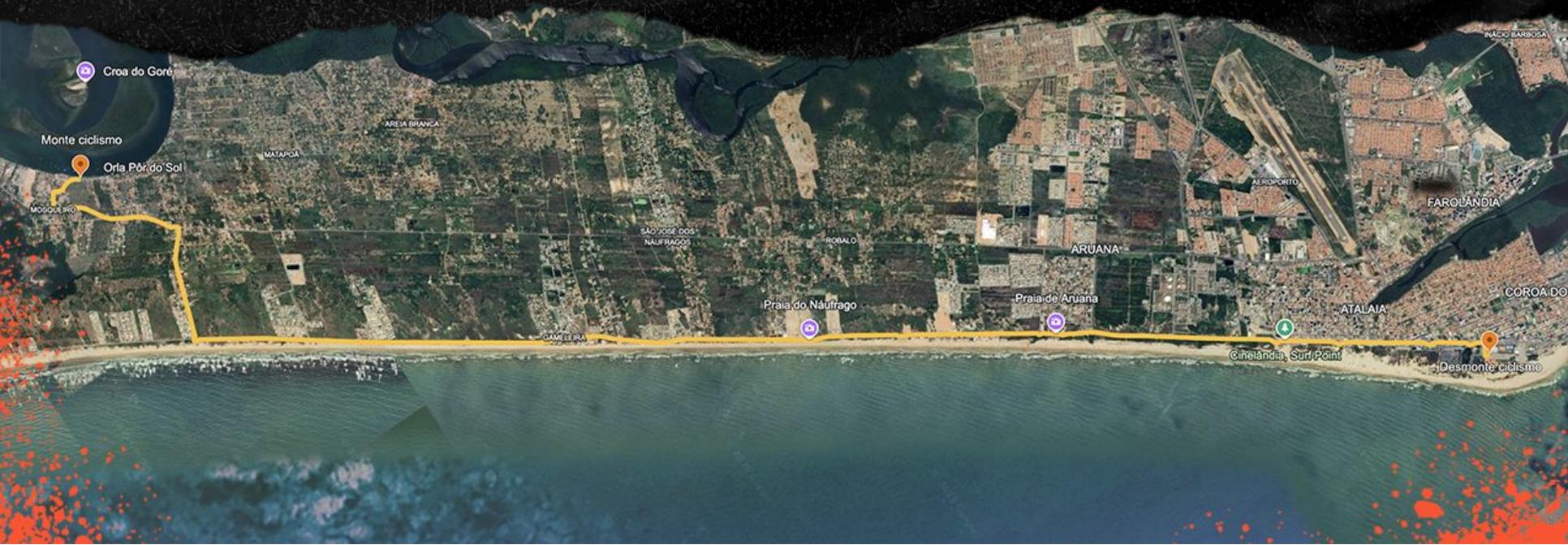
**DESVIO**  
**Pablus Bar**



**DESVIO**  
**Av. Inácio Barbosa**



**FIM - TRANSIÇÃO 2**  
**Praça de eventos**



# CICLISMO

## STANDARD - 40km



# CICLISMO

## LONG - 60km



# TRANSIÇÃO 2

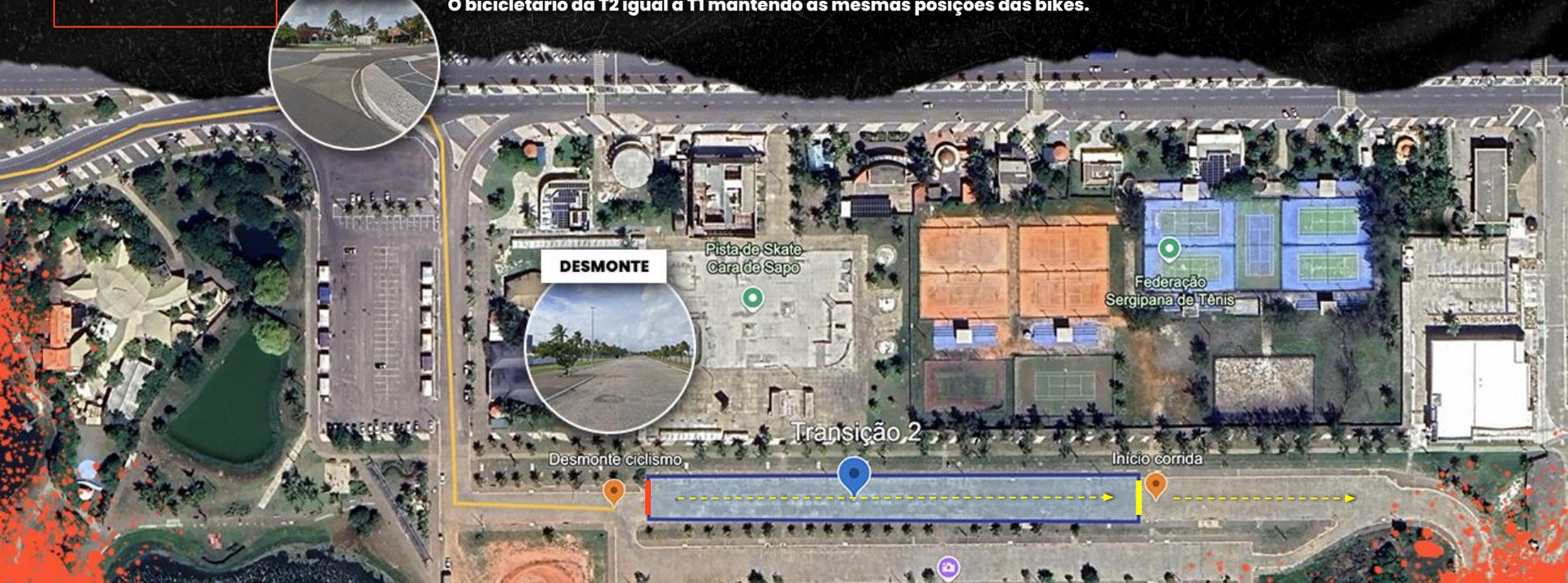
## INÍCIO DA CORRIDA

### LEGENDA

- Área de desmonte
- Entrada transição 2
- Sentido entrada / saída
- Saída transição 2
- Bicicletário
- Início da corrida

### ENTRADA T2

O bicicletário da T2 igual a T1 mantendo as mesmas posições das bikes.



# **PERCursos**

## **CORRIDA**

# CORRIDA

## SUPER SPRINT - 2.5km (1 VOLTA)

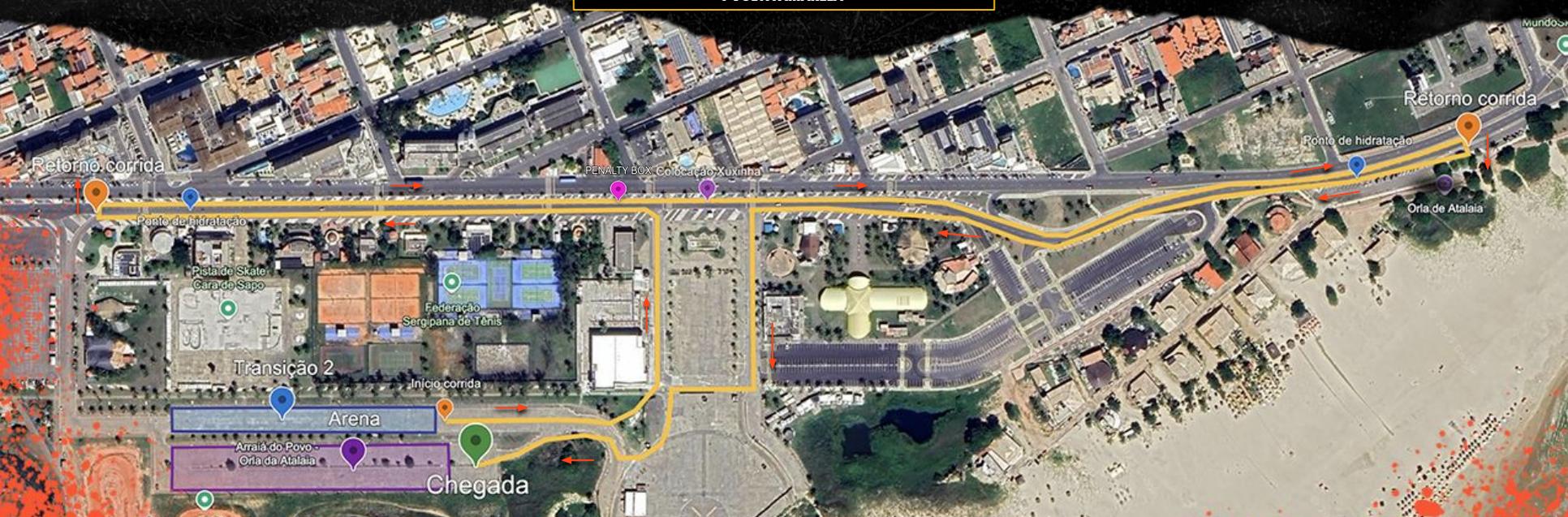
**INÍCIO DA CORRIDA**  
Saída da T2

**RETORNO CORRIDA**  
Em frente a Moniery Sorvetes

**RETORNO CORRIDA**  
Em frente a Orlinha

**CHEGADA DA CORRIDA**  
Arena da prova

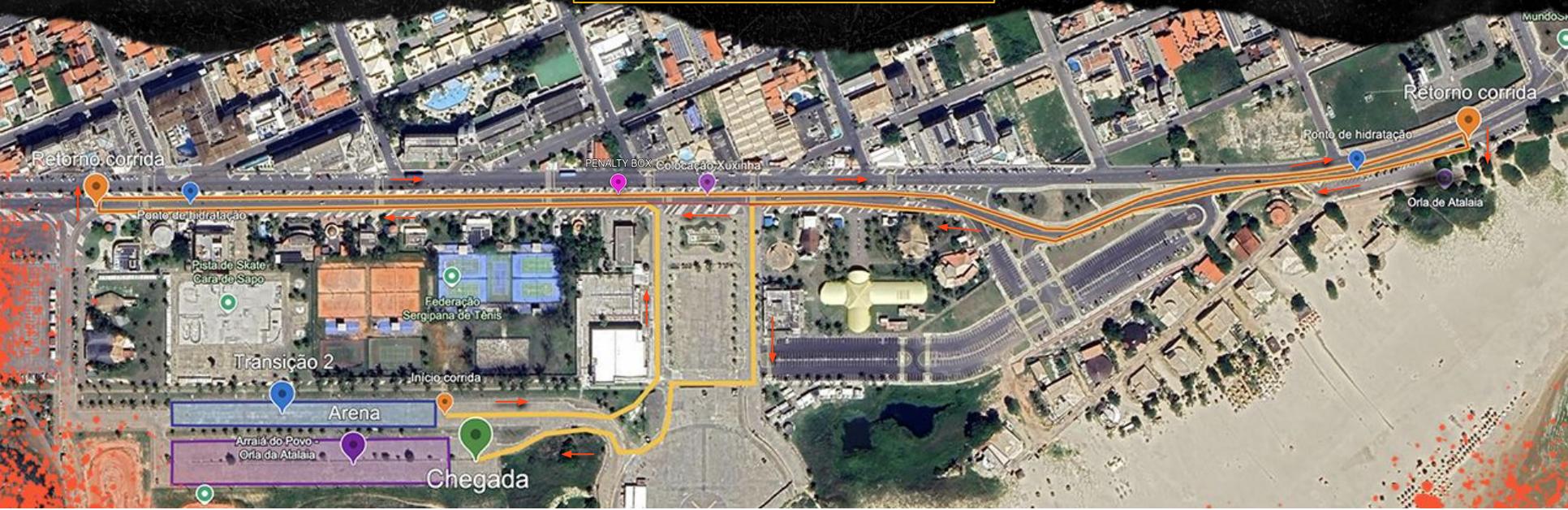
1 VOLTA AMARELA





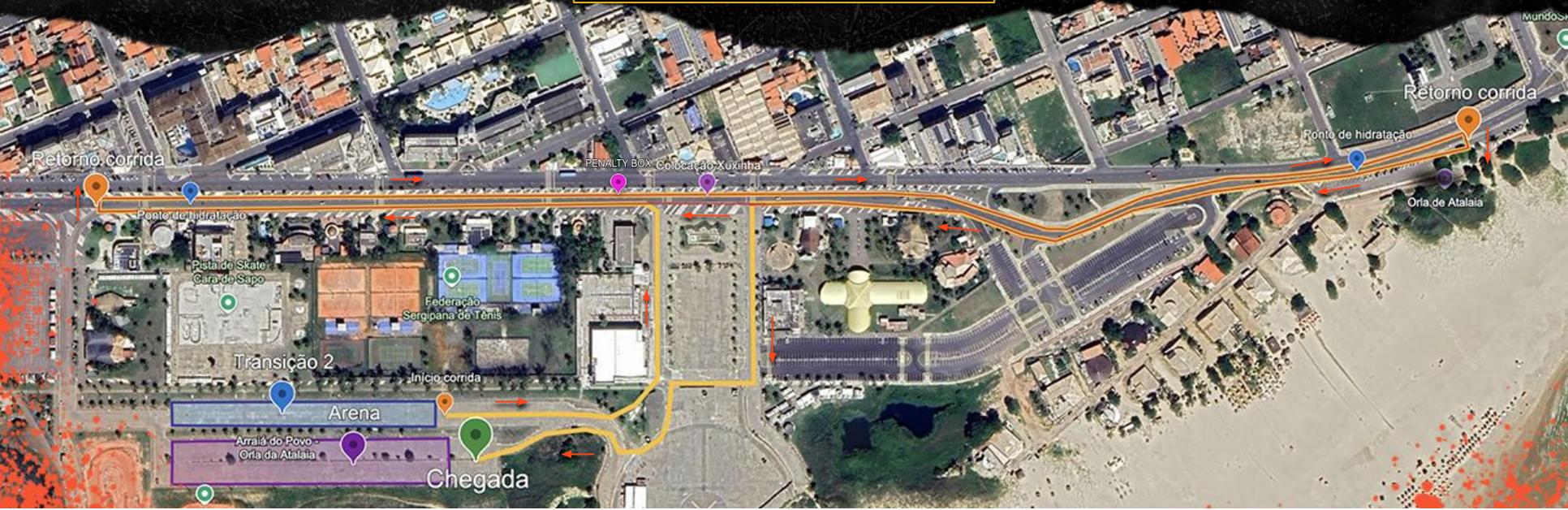
# CORRIDA

## STANDARD - 10km (4 VOLTAS)



# CORRIDA

## LONG - 15km (6 VOLTAS)



# ARBITRAGEM

**DIRETOR TÉCNICO**

Nível 1 - International World Triathlon

**CLÉBER CASTRO**



## PENALIZAÇÕES



### **CARTÃO AZUL**

30 seg. Sprint/Super sprint no penalty box  
1 min. Standard/Long no penalty box

- Monte ou desmonte fora da demarcação
- Vácuo de sexo oposto
- Descarte fora da área especificada
- Bloqueio de passagem



### **CARTÃO AMARELO**

10 seg. Sprint/Super sprint no penalty box  
20seg. Standard/Long no penalty box

- Pedalar ou correr sem camisa
- Uso de equipamento de som
- Ajuda externa
- Material fora da sacola de transição



### **CARTÃO VERMELHO**

**DESCLASSIFICAÇÃO**

- Vácuo clipado
- Mudar o percurso
- Desacato
- Desrespeito

Os atletas são responsáveis pela conferência de seu número no penalty box, o descumprimento da penalidade irá acarretar em desclassificação.

# BIKE CHECK-OUT

USO OBRIGATÓRIO DA PULSEIRA DURANTE A PROVA

- **A bicicleta só poderá ser retirada pelo atleta que estiver utilizando a pulseira de prova.**
- Ao retirar sua bicicleta, será feita a conferência do número do canote junto a numeração da pulseira de prova;
- Só poderá ter acesso ao recovery pós prova os atletas que estiverem usando a pulseira de prova;
- A retirada das bicicletas **só poderá ser feita após a liberação da organização do evento**, para evitar risco de colisão com outros atletas.

# PREMIAÇÃO

Todos os atletas que completarem a prova receberão medalha de participação.

## REVEZAMENTO

PREMIAÇÃO COM TROFÉU APENAS PARA OS 3 PRIMEIROS COLOCADOS GERAIS

## SUPER SPRINT

PREMIAÇÃO COM TROFÉU APENAS PARA OS 5 PRIMEIROS COLOCADOS GERAIS

## SPRINT

PREMIAÇÃO COM TROFÉU PARA GERAL E FAIXA ETÁRIA POR SEXO (SUB 20 ATÉ 60+)

## STANDARD

PREMIAÇÃO COM TROFÉU PARA GERAL E FAIXA ETÁRIA POR SEXO (SUB 20 ATÉ 60+)

## LONG

PREMIAÇÃO COM TROFÉU APENAS PARA OS 5 PRIMEIROS COLOCADOS GERAIS



Clique nos cards  
para assistir agora



# EDIÇÕES ANTERIORES

QUE TAL DAR AQUELE UP NA MOTIVAÇÃO COM O  
QUE ROLOU NAS EDIÇÕES PASSADAS?





# PACOTE DE FOTOS

**QUERO COMPRAR!**

Clique no botão e economize adquirindo o seu pacote

A Tríade traz para vocês a venda antecipada do pacote com todas as fotos por atleta do Caranguejoman, que acontecerá em Aracaju / Se.

## Por que garantir o pacote antecipado?

- ✓ Mais barato do que no dia da prova.
- ✓ Acesso às fotos de forma simples no dia da competição.
- ✓ Mínimo de 10 fotos profissionais do seu momento especial.

Clientes que fizeram a compra antecipada estão amando!

Não percam a oportunidade de adquirir suas antecipadas por um valor promocional.

**Apenas R\$ 109,00.**

# JANTAR OFICIAL

SÁBADO - 22/02 A PARTIR DAS 18:00

LOCAL:

**LECAPPIATI**

ENDEREÇO:

R. Des. José Sotero, 475 - 13 de Julho, Aracaju - SE, 49020-110

LINK DO MAPA:

<https://maps.app.goo.gl/mXXStNKsueB7b33N7>

CARDÁPIO:

Pizzas artesanais, Lasanha, Ravioli, Rondelli e Canelone

**BENEFÍCIO  
PARA ATLETAS:**

**PREÇO ÚNICO R\$ 55,00**  
Entrada e sobremesas GRÁTIS.

FAÇA SUA RESERVA:

79 99861-2772 - Fillipo





CARANGUEJOMAN

Triathlon  
Copa Nordeste Aracaju

1:38:01 STANDARD	1:51:45 SPRINT	0:56:20 SUPER SPRINT	
219	THIAGO JOSE DE PAULA FELIX	SPRINT	1:31:04
128	FRANCISCO EDUARDO ALMEL	SPRINT	1:31:26
112	EDINEY FREITAS RIOS	SPRINT	1:31:29
75	ADRIANO LOPES VAZ SAHSAJO	SPRINT	1:31:36



FINISHER

# BOA PROVA!



Nos vemos na linha de chegada!

MAIS INFORMAÇÕES:

[www.caranguejoman.com.br](http://www.caranguejoman.com.br)

INSTAGRAM:

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