

# IRONMAN<sup>®</sup>

## 70.3<sup>®</sup> RIO DE JANEIRO

BRASIL

10 DE AGOSTO

GUIA DO ATLETA



# BOAS-VINDAS!

Olá, triatletas!

Começamos o segundo semestre com a 9ª edição do IRONMAN 70.3 Rio de Janeiro e não faltam motivos para celebrar.

De acordo com pesquisa realizada com os participantes das mais de 170 provas da franquia em todo o mundo, em 2024 fomos eleitos a segunda prova IRONMAN 70.3 mais recomendada do mundo, a terceira melhor corrida da América Latina, e atingimos a incrível marca de 95,40% de satisfação geral, o que nos colocou no Top 5 Global nesta categoria.

Neste ano, a prova também se destaca pelo seu caráter internacional: receberemos 1.800 atletas de 32 países, muitos dos quais vêm ao Brasil pela primeira vez para competir e conhecer a nossa cidade maravilhosa, um dos grandes potenciais turísticos do mundo.

Além disso, o percurso oferece uma experiência única, passando por alguns dos cenários mais icônicos do Rio de Janeiro, como a orla da Praia de Copacabana, o Pão de Açúcar e outros cartões-postais que tornam essa prova ainda mais inesquecível.

Desejamos uma excelente prova e que, mais uma vez, sejamos palco para tantas histórias memoráveis.



CARLOS GALVÃO - CEO



# ARENA

INÍCIO CORRIDA | RUN START

TRANSIÇÃO 2  
TRANSITION 2

CHEGADA  
FINISH LINE

ÁREA VIP

ÁREA MÉDICA

IRONKIDS

ÁREA DE RECUPERAÇÃO | RECOVERY ZONE

- MASSAGEM | MASSAGE
- PREMIAÇÃO | AWARDS

IRONMAN VILLAGE

ENTRADA  
ENTRANCE

MARINA DA GLÓRIA

PASSARELAS  
FOOTBRIDGES

DOMINGO | SUNDAY  
PARA O PÚBLICO QUE VEM DE TÁXI,  
APÓS A NATAÇÃO  
FOR THE SPECTATORS ARRIVING  
BY TAXI AFTER THE SWIM

AV. BEIRA MAR, 3725

ASSESSORIAS | TRICLUBS

- LARANJA: CICLISMO | BIKE COURSE
- AMARELO: CORRIDA | RUN COURSE
- AZUL: ACESSO TORCIDA | SPECTATORS ACCESS



# PROGRAMAÇÃO

## QUINTA - 07

14:00 – 19:00	IRONMAN Village	Marina da Glória
14:00 – 18:00	Entrega de Kits	IRONMAN Village

## SEXTA - 08

09:00 – 19:00	IRONMAN Village	Marina da Glória
09:00 – 18:00	Entrega de Kits	IRONMAN Village
16:00 – 17:00	Plantão de Dúvidas sobre o Congresso Técnico – para atletas amadores	SAC – IRONMAN Village

## SÁBADO - 09

08:00	IRONKIDS	Marina da Gloria
08:30 – 19:00	IRONMAN Village	Marina da Gloria
08:30 – 12:00	Entrega de Kits	IRONMAN Village
10:00	Plantão de Dúvidas exclusivo e obrigatório para atletas PRO	Palco de Premiação - Marina da Gloria
10:00 – 18:30	Check-In Sacola Vermelha (materiais de corrida)	Transição 2 – Marina da Glória
10:30	Coletiva de Imprensa	Palco de Premiação - Marina da Gloria
12:00 – 13:00	Plantão de Dúvidas sobre o Congresso Técnico – para atletas amadores	SAC – IRONMAN Village
13:30 – 18:30	Bike Check-In – de acordo com nº de peito	Transição 1 – Forte de Copacabana

Marina da Glória Av. Infante Dom Henrique, s/n – Glória

Forte de Copacabana Praça Cel. Eugênio Franco, 1

# PROGRAMAÇÃO

## DOMINGO - 10

05:00 – 06:25	Acesso dos atletas à Área de Transição	Transição 1 – Forte de Copacabana
06:30	Largada PRO - Masculino	Praia de Copacabana – entre os Postos 6 e 5
06:35	Largada PRO - Feminino	Praia de Copacabana – entre os Postos 6 e 5
06:45 – 07:00	Largada Amadores – Categorias de Idade	Praia de Copacabana – entre os Postos 6 e 5
08:00 – 19:00	IRONMAN Village	Marina da Glória
11:00	Premiação Top 3 Geral – Masc. e Fem.	Chegada – Marina da Glória
13:00 – 16:00	Bike Check-out / Achados e Perdidos	Transição 2 – Marina da Glória
17:00 – 18:00	Resultados Oficiais / Contestações	SAC – IRONMAN Village
19:00	Premiação Top 5 por categoria e TriClubs	Premiação – Marina da Glória
20:00	Rolagem de Vagas – Mundial 2026	Premiação – Marina da Glória

Marina da Glória Av. Infante Dom Henrique, s/n - Glória

Forte de Copacabana Praça Cel. Eugênio Franco, 1

## INFORMAÇÕES IMPORTANTES SOBRE SUA SAÚDE

Sua segurança é nossa principal preocupação. Dentro das instalações do IRONMAN Village haverá uma área médica especializada e com profissionais disponíveis para qualquer tipo de atendimento. Recursos médicos também estarão disponíveis enquanto você estiver no percurso.

Se você não estiver se sentindo bem na manhã da prova, aconselhamos fortemente que não largue. Se decidir não largar, você deve informar um membro da Organização (pode ser por email [contato@ulsp.com.br](mailto:contato@ulsp.com.br) ou, se estiver ao seu alcance, na área de transição).

Se começar a se sentir mal a qualquer momento durante o percurso, recomendamos que PARE e procure ajuda em vez de continuar.

**NÃO TENHA MEDO DE PEDIR AJUDA**

Se a qualquer momento durante a corrida você sentir dor ou desconforto no peito, falta de ar, tontura, dormência ao redor da boca ou nas mãos, dificuldade de concentração ou parar de suar, PARE imediatamente e procure ajuda médica.

**Você não receberá penalidade ou será desqualificado por receber uma avaliação médica.**

Uma avaliação médica não constitui assistência externa.

**Durante a natação:** Levante e agite a mão, o que alertará a equipe de segurança aquática de que você precisa de ajuda. Se conseguir, também pode verbalizar que precisa de ajuda gritando "socorro". Você também pode agarrar-se a um caiaque, prancha de stand up paddle ou barco próximo. Você não será desqualificado por agarrar-se a nenhum desses itens de segurança durante a natação. Você não deve avançar na água enquanto estiver segurando um caiaque, prancha de paddle ou barco próximo. Avançar dessa forma resultará em desclassificação (DQ).

**Durante o ciclismo:** Se estiver em um posto de apoio, avise alguém que precisa de ajuda médica. Se não estiver perto de um posto de apoio, PARE e avise alguém que precisa de ajuda médica. Qualquer pessoa pode ajudar - outro atleta, um voluntário, um veículo da equipe, um veículo de apoio ao evento ou uma moto do evento no percurso; até mesmo um espectador. Peça-lhes para alertar o posto de apoio ou membro da equipe mais próximo que você precisa de assistência médica. Certifique-se de fornecer seu número de peito para iniciar seu atendimento.

**Durante a corrida:** Assim como no ciclismo, se estiver em um posto de apoio, avise alguém que precisa de ajuda médica. Se não estiver em ou perto de um posto de apoio, PARE e avise alguém que precisa de ajuda médica. Qualquer pessoa pode ajudar - outro atleta, um voluntário, um veículo da equipe, um veículo de apoio ao evento ou uma moto do evento no percurso; até mesmo um espectador. Peça-lhes para alertar o posto de apoio ou membro da equipe mais próximo que você precisa de assistência médica. Certifique-se de fornecer seu número de peito para iniciar seu atendimento.

**Ajudando outro atleta** - Se um colega atleta precisar de ajuda, por favor, use as mesmas etapas listadas acima para obter assistência médica para o atleta. Certifique-se de fornecer o número de peito do atleta que precisa de ajuda. **Você não será desqualificado ou receberá uma penalidade por ajudar um colega atleta em necessidade médica!**

**Depois de terminar a prova,** por favor, não saia da área pós-prova até conseguir beber sem vomitar, ficar de pé sem tonturas e se sentir bem. Se não estiver se sentindo bem, por favor, vá até a tenda médica do evento para ser avaliado pela equipe médica antes de deixar a área de recuperação.

## ENTREGA DE KITS

IRONMAN Village – Marina da Glória

QUINTA 07 - das 14:00 às 18:00

SEXTA 08 - das 09:00 às 18:00

SABADO 09 - das 08:30 às 12:00

### É OBRIGATÓRIO:

- ✓ Comparecer pessoalmente
- ✓ Apresentar um documento oficial com foto
- ✓ Agendar o horário para retirada - [CLIQUE AQUI](#)  
*Atletas PRO e AWA podem retirar em qualquer horário, desde que apresentando o certificado no celular.*
- ✓ Pagar a Taxa da Federação local (Day Use) - [PAGUE AQUI](#)
- ✓ Assinar o Termo Médico Online
  - [Link para BRASILEIROS](#)
  - [Link para ESTRANGEIROS](#)



## ITENS DO KIT



### PULSEIRA

Deve ser usada até a rolagem de vagas para o Mundial

#1234  
NOME

### NÚMERO DE PEITO

Uso obrigatório apenas na corrida



### TOUCA

Uso obrigatório na natação



### TATUAGEM

Deve ser aplicada antes da largada



### ADESIVO DE CAPACETE

Aplicação sempre na parte FRONTAL



### ADESIVO DE BIKE

Aplicação abaixo do selim. Não é permitido cortar o adesivo



### SACOLAS DE TRANSIÇÃO

Azul (materiais de ciclismo) e Vermelha (materiais de corrida)



### SACOLA BRANCA

Para roupas secas, itens que você removerá antes da largada da natação ou itens que possa precisar na linha de chegada.



### ADESIVOS

Para seus pertences e sacolas



### TICKET BIKE CHECK-OUT

Para retirada da bike por terceiros – Deixar com uma pessoa de confiança

## IMPORTANTE

Conforme descrito no regulamento, a entrega de kits é um procedimento presencial, portanto, se você pretende fazer a prova, não existe a possibilidade de entrega do kit para terceiros.

O atleta que não retirar seu kit nos dias e horários estabelecidos não poderá fazer a prova.

É proibido transferir o kit. O atleta que o fizer será suspenso, conforme previsto no regulamento.

*O Chip de cronometragem será entregue na saída do Bike Check-in*





## CONGRESSO TÉCNICO



[UNLIMITED SPORTS BRASIL](#)

O vídeo será publicado até QUINTA 07

**ASSISTIR AO CONGRESSO TÉCNICO  
É OBRIGATÓRIO**

**PLANTÃO DE DÚVIDAS  
SOBRE O CONGRESSO TÉCNICO**

SAC – IRONMAN Village  
SEXTA 08 - das 16:00 às 17:00  
SÁBADO 09 - das 12:00 às 13:00

**PLANTÃO DE DÚVIDAS  
OBRIGATÓRIO E EXCLUSIVO PARA ATLETAS PROFISSIONAIS**

Palco de Premiação – Marina da Glória  
SÁBADO - 10:00

# BIKE E SACOLAS CHECK-IN

## SABADO 09 – ÁREA DE TRANSIÇÃO 1 Forte de Copacabana

### De acordo com Nº de Peito

13:30 – 14:30		1501 – 1900
14:30 – 15:30		1151 – 1500
15:30 – 16:30		801 – 1150
16:30 – 17:30		451 – 800
17:30 – 18:30		101 - 450

Atletas **PRO** e **AWA** (desde que apresentando o certificado no celular) em qualquer horário.

**Retire o chip de cronometragem na saída do Bike Check-in**



### PULSEIRA

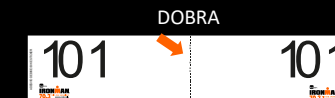
Apenas atletas com pulseira terão acesso à transição, nenhum acompanhante será permitido no local. A pulseira ser usada até a rolagem de vagas para o Mundial.



2

### ADESIVO DE BIKE

Aplicação abaixo do selim. Não é permitido cortar o adesivo.



- **Levar APENAS A BIKE identificada.**
- A sacola azul (materiais de ciclismo), capacete e sapatilha devem ser levados apenas no domingo (dia da prova).
- As bikes devem ser posicionadas de acordo com o número disposto no rack, não sendo permitida ajuda de staffs ou terceiros para colocá-las no cavalete;
- Não será permitido cobrir a bike por completo, apenas câmbio, selim e guidão. Capas inteiras serão removidas pela organização caso utilizadas.

## SABADO 09 – ÁREA DE TRANSIÇÃO 2 Marina da Glória

**QUALQUER  
HORÁRIO ENTRE  
10:00 e 18:30**

**LEVAR SUA  
SACOLA VERMELHA**  
Todo o material de corrida



**O Bike e Sacolas Check-in é obrigatório no sábado e deve ser feito pessoalmente pelo atleta. Quem não o fizer, não poderá participar da prova, conforme disposto no regulamento.**

# TRANSIÇÃO PRÉ-PROVA

DOMINGO 10 - das 05:00 às 06:25  
Forte de Copacabana

**Lembre-se de trazer seu chip, touca e demais pertences não deixados durante o Bike Check-in**  
Apenas atletas com pulseira terão acesso à transição, nenhum acompanhante será permitido no local.

## SACOLA DE TRANSIÇÃO Materiais de Ciclismo

Posicionar a sacola próximo de sua bike;

Capacete, sapatilhas e itens de nutrição podem estar posicionados na bike;

É proibido o uso de mochila ou outro tipo de sacola na área de Transição.

**Após a natação, TODOS OS PERTENCES (incluindo a roupa de borracha) devem ser colocados dentro da sacola, para transporte para a T2.** A organização não se responsabiliza por itens que por ventura sejam esquecidos ou deixados na T1.



## SACOLA BRANCA Itens pós-prova

Esta sacola é para itens como blusa de frio, chinelo e outros objetos que o atleta precise após terminar sua prova *(Sugerimos não deixar equipamentos eletrônicos, como celular e chave de carro);*

**Deixe a sacola na tenda indicada dentro da área de transição;**

Você terá acesso ao seu material após sua chegada ao sair da área de alimentação; Caso abandone a prova, você encontrará a sacola na saída da área de recuperação.

**IMPORTANTE!** Após o início do ciclismo, as sacolas brancas e azuis serão levadas pela Organização para a Transição 2, na Marina da Glória.



Dentro da área de Transição teremos disponível:



MECÂNICOS  
DE BIKE



BOMBAS PARA  
PNEU



BANHEIROS



ÁGUA



PROTETOR SOLAR e  
VASELINA



Rua Francisco Sá

INTERDITADO  
CLOSED TO TRAFFIC

Rua Julio de Castilho

Av. Nossa Sra. de Copacabana, 1299

LARGADA NATAÇÃO | SWIM START



● ENTRE POSTO 5 E 6 | BETWEEN POST 5 AND 6

Av. Rainha Elizabeth

Av. Nossa Sra. de Copacabana, 1350

POSTO 6



SAÍDA NATAÇÃO | SWIM EXIT



Rua Joaquim Nabuco

INTERDITADO  
CLOSED TO TRAFFIC

TRANSIÇÃO 1 | TRANSITION 1



Rua Francisco Otaviano

INTERDITADO  
CLOSED TO TRAFFIC

FORTE DE COPACABANA





## LARGADA | DOMINGO 10

Praia de Copacabana – entre os Postos 6 e 5

**06:30** Atletas PRO - MASC

**06:35** Atletas PRO - FEM

**06:45 – 07:00** Atletas Amadores (Age Group)

**IMPORTANTE!** A Avenida Atlântica estará bloqueada nos dois sentidos. Sugerimos uso de transporte por app ou taxi trazendo mais comodidade e conforto em um momento de muita ansiedade. Ruas que podem ser colocadas como destino para desembarque: Rua Joaquim Nabuco, Av. Rainha Elizabeth, Rua Julio de Castilho.

### LARGADA NO FORMATO ROLLING START

Os atletas devem se posicionar para a largada de acordo com o seu tempo previsto de natação. Haverá staffs e placas de sinalização com os tempos indicados abaixo.

< 30

MINUTOS

31 - 35

MINUTOS

36 - 40

MINUTOS

41 - 45

MINUTOS

> 45

MINUTOS

**O atleta que, por qualquer motivo, NÃO LARGAR ou abandonar a natação deve comunicar a Organização IMEDIATAMENTE. (CONTATO@ULSP.COM.BR)**

**PLANO B** (Caso a natação seja cancelada) - Largada das bikes em time trial às 07:00



O uso da roupa de borracha será liberado se a temperatura da água estiver igual ou abaixo de **24,5°C** para atletas amadores e **21,9 °C** para atletas PRO.

**A confirmação será enviada por e-mail aos atletas e divulgada nas redes sociais no sábado.**

A roupa de borracha deve ser colocada dentro da sacola AZUL de Transição, após a natação.






1,90 KM | 1 volta



**TEMPO DE CORTE - 1 hora e 10 min**

O percurso de natação será fechado 1 hora e 10 minutos após o último atleta iniciar a natação. Cada atleta terá 1 hora e 10 minutos para completar o percurso de natação, independentemente de quando iniciar a prova. Qualquer atleta que demorar mais de 1 hora e 10 minutos para completar o percurso de natação e não terminar antes do fechamento do percurso será removido da prova e receberá DNF (Did Not Finish). Qualquer atleta que demorar mais de 1 hora e 10 minutos para completar a natação, mas estiver à frente do fechamento do percurso de natação e continuar até a linha de chegada, receberá NC (Não Classificado).

-  BÓIA ROSA - OMBRO ESQUERDO
-  BÓIAS DE VÉRTICE - OMBRO DIREITO
-  BÓIAS INTERMEDIARIAS – POR AMBOS OS LADOS

**ATENÇÃO! Não haverá staff para auxiliar na retirada da roupa de borracha!**





# PERCURSO CICLISMO

90 KM | 3 voltas

8 passagens pelo túnel



TEMPO DE CORTE – 5 horas



CORTE INTERMEDIÁRIO – Km 66,7 | 11:06 AM

O percurso de bicicleta será fechado 5 horas após o último atleta iniciar a natação. Cada atleta ou equipe de revezamento terá 5 horas para completar a natação, T1 e o percurso de bicicleta, independentemente de quando iniciar a natação. Qualquer atleta que demorar mais de 5 horas para completar a natação, T1 e o percurso de bicicleta e não atingir o fechamento final do percurso de bicicleta será removido da prova e receberá DNF (Did Not Finish). Qualquer atleta que demorar mais de 5 horas para completar a natação, T1 e o percurso de bicicleta, mas estiver à frente do fechamento final do percurso de bicicleta e continuar até a linha de chegada, receberá NC (Não Classificado). Cortes intermediários adicionais são determinados pela organização da prova e são os seguintes: km 66,7 às 11h06. Qualquer atleta que não cumprir os tempos limite intermediários não poderá continuar e receberá um DNF (Did Not Finish).



## POSTOS DE HIDRATAÇÃO a cada 15km $\cong$

P1 = Km 10 | 20 • P2 = Km 30 | 46 | 77 • P3 = Km 56 | 66

Em todos os postos:

Água (squeeze branco) • Isotônico Hydrolite DUX (squeeze laranja) • Banana  
Banheiro químico • Bomba de Pé

ÁREA DE DESCARTE • 100m antes e 300m depois do posto







## ATENÇÃO CICLISTAS!

Pedale sempre à direita  
Ultrapasse pela esquerda

## VÁCUO PROIBIDO



12 metros (distância mínima)  
Completar a ultrapassagem em 25 segundos



## APOIO MECÂNICO

Dentro da área de transição e  
circulando no percurso

Reforçamos que os mecânicos buscam auxiliar os atletas o mais breve possível, entretanto, não é responsabilidade da Organização nenhum tipo de reparo durante a prova. É importante que os atletas saiam com autonomia mínima para manutenção básica de sua própria bike.

**Haverá staff no desmonte para pegar as bicicletas dos atletas e colocá-las nos racks.  
Os atletas entregarão suas bicicletas ao staff e seguirão  
diretamente para pegar suas sacolas vermelhas.**

# PERCURSO CORRIDA

21,1 KM | 3 voltas

Controle de voltas : 3 pulseiras



TEMPO DE CORTE – 8 horas e 30 min

O percurso de corrida será fechado 8 horas e 30 minutos após o último atleta iniciar a natação. Cada atleta terá 8 horas para completar todo o percurso. Qualquer atleta que demorar mais de 8 horas e 30 minutos para completar o percurso completo e não terminar antes do fechamento do percurso de corrida receberá DNF (Did Not Finish). Qualquer atleta que demorar mais de 8 horas e 30 minutos para completar o percurso completo, mas cruzar a linha de chegada antes do fechamento do percurso de corrida, receberá NC (Não Classificado) nos resultados da prova e não será elegível para prêmios de faixa etária ou vagas para o Campeonato Mundial.



POSTOS DE HIDRATAÇÃO - a cada 2,5km  $\cong$

P1 – KM 2,2 | 6,3 | 8,6 | 12,7 | 15 | 19 (Gel DUX)

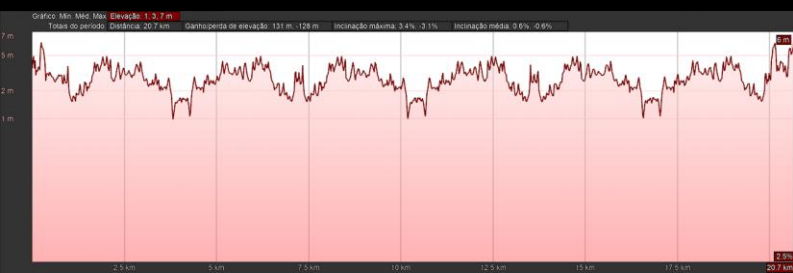
P2 – KM 3,5 | 5 | 9,8 | 11,4 | 16,4 | 17,9 (Paçoquita)

Em todos os postos:

Água • Isotônico Hydrolite DUX • Refrigerante  
Banana • Biscoito Salgado • Banheiro químico

ÁREA DE DESCARTE • 20m antes e 70m depois do posto

Push & Pow (copo) – KM 7,2 / 13,7 / 20  
Para informações nutricionais [clique aqui](#)





# PENALIZAÇÕES

## Cartão Azul

- Vácuo
- Descarte incorreto

**2 MINUTOS**  
NO PENALTY BOX

## Cartão Amarelo

- Bloqueio de passagem
- Correr/pedalar sem camiseta
- Ajuda externa
- Equipamento de som
- Ser acompanhado por equipe de foto e filmagem não credenciada

**30 SEGUNDOS**  
NO PENALTY BOX

## Cartão Vermelho

- Não parar no Penalty Box
- 3 cartões azuis
- O atleta que reportar um cartão amarelo em vez de um cartão azul
- Ser acompanhado por equipe de foto e filmagem não credenciada - reincidência
- Desacato

**DESCCLASSIFICAÇÃO**

**Penalidades durante o percurso de ciclismo serão cumpridas no Penalty Box**

**O PB estará localizado a aproximadamente 300 metros antes do desmonte**

*Cada atleta é responsável por sua própria parada no Penalty Box. Os árbitros do PB não notificam ou direcionam atletas para o espaço, eles apenas fiscalizam o cumprimento da penalização.*

*Enquanto estiver no PB o atleta é proibido de usar o banheiro, trocar de roupa e fazer ajustes no equipamento ou qualquer tipo de manutenção na bike;*

**As penalidades da corrida são aplicadas no próprio percurso da corrida**

Após receber o cartão, o atleta penalizado deverá parar imediatamente, cumprindo sua punição juntamente ao árbitro que aplicou a penalização. Depois disso, será liberado para correr.

### **Tênis Proibidos**

Alguns modelos de tênis de corrida são proibidos. A restrição faz parte de uma política global da WTC, sendo válida tanto para atletas profissionais como amadores. Os atletas que fizerem o percurso da corrida com estes tênis serão desclassificados.

Para mais informações a respeito dos modelos, verifique o link a seguir:

[Prohibited Running Shoes \(ironman.com\)](http://Prohibited Running Shoes (ironman.com))

### **Atenção acompanhantes e familiares!**

É proibida a entrada de acompanhante(s), incluído animais de estimação, junto com o atleta no funil e pórtico de chegada. O atleta que descumprir o regimento será desclassificado, conforme previsto no regulamento.

### **Tempo limite de prova**

A Organização do IRONMAN se reserva o direito de retirar atletas do percurso que excedam qualquer limite de tempo estabelecido para o percurso.





## Atenção triatletas e produtores de conteúdo!

É TERMINANTEMENTE PROIBIDA a presença de fotógrafos não credenciados, produtores de vídeos, **DRONES** e qualquer tipo de veículo não oficial (incluindo skate, patinete, monociclo, bicicleta, moto, patins e carro) dentro do percurso.

Essa medida reforça nosso compromisso em oferecer segurança e uma experiência única para todos os participantes regularmente inscritos.

Qualquer atleta flagrado pelos oficiais de prova sendo acompanhado, filmado ou fotografado por profissionais não credenciados, utilizando qualquer tipo de veículo e em qualquer ponto do percurso ou nas proximidades, **será imediatamente penalizado com cartão amarelo e poderá ser desclassificado da prova em caso de reincidência.**



## BIKE CHECK-OUT

**DOMINGO 10 - das 13:00 às 16:00**

**Área de Transição 2 – Marina da Glória**

Apenas atletas com pulseira terão acesso à transição, nenhum acompanhante será permitido no local.

Para realizar o Bike Check-out o atleta deverá estar com a pulseira de atleta e apresentar seu chip de cronometragem.

Caso não possa realizar o Bike Check-out pessoalmente, um terceiro pode fazer a retirada desde que apresente o ticket de Bike Check-out (entregue junto ao kit da prova) e o chip de cronometragem

**A não devolução do chip de cronometragem implicará na cobrança de uma taxa de 350 REAIS para reposição do dispositivo.**

**Tanto a bike como os materiais de prova serão liberados somente mediante entrega do chip e/ou pagamento da taxa.**

### **ACHADOS E PERDIDOS**

Caso algum material seja encontrado fora da área dos atletas, ele será levado e disponibilizado para busca durante o Bike Check-out e também durante a Premiação.



## RESULTADOS OFICIAIS DOMINGO (10) – 17:00

Os resultados oficiais serão atualizados e confirmados no domingo às 17:00 no aplicativo **IRONMAN TRACKER**

Os tempos publicados antes das 17:00 representam apenas uma estimativa já que ainda não passaram pela revisão e apuração da comissão de arbitragem, que irá confirmar eventuais penalizações.

## CONTESTAÇÃO

Caso haja alguma divergência nos resultados divulgados após a apuração, o atleta deve se dirigir aos coordenadores de arbitragem no balcão do SAC (dentro do IRONMAN Village), das 17:00 às 18:00. Após esse prazo, não serão feitas alterações na classificação geral.



## PREMIAÇÃO DOMINGO (10) – 19:00 MARINA DA GLÓRIA

Serão premiados com troféus os 5 primeiros colocados de cada categoria e Triclubs

# PROCESSO DE CLASSIFICAÇÃO



Nice - França  
12 e 13 de setembro

Cada prova terá um número de vagas classificatórias para a categoria faixa etária (Age Group), distribuídas de maneira igualitária entre homens e mulheres, de acordo com a categoria faixa etária. Uma parte dessas vagas serão **"Vagas de Qualificação Automática"**. As vagas restantes por faixa etária irão para um grupo de **"Vagas por Desempenho"**.

Os atletas devem aceitar suas vagas somente PRESENCIALMENTE e apenas durante a Cerimônia de Rolagem Vagas do Campeonato Mundial de IRONMAN 70.3 de 2026, marcada para o domingo (10) imediatamente após a Premiação. A premiação começará às 19:00, na Marina da Glória, portanto, o atleta deve estar presente às 20:00, para iniciar o Processo de Rolagem e Alocação das vagas.

Para mais informações sobre o processo de classificação e número de vagas por categoria de faixa etária [CLIQUE AQUI](#)

## INFORMAÇÕES SOBRE PAGAMENTO E INSCRIÇÃO

O pagamento da inscrição deverá ser efetuado imediatamente após o aceite, sendo feito EXCLUSIVAMENTE com CARTÃO DE CRÉDITO. ATENÇÃO: Pix, cartões de débito ou dinheiro não serão aceitos.

O atleta deve ter em mãos o número completo do cartão, data de validade e CVV. Apenas um cartão será aceito (pagamentos parcelados não serão aceitos).

Os atletas também precisarão das informações de login do seu Perfil IRONMAN para aceitar uma vaga. Caso não se lembre das informações do seu login, [CLIQUE AQUI](#) e siga as instruções para redefinir sua senha antes da cerimônia de Rolagem de Vagas.

Documento de identidade com foto também é necessário no momento do pagamento.



# CERIMÔNIA DE ROLAGEM E ALOCAÇÃO DE VAGAS

## Domingo (10) – 20:00 – Marina da Glória



Nice - França  
12 e 13 de setembro

### ANTES DA PROVA

Cada evento classificatório receberá um número determinado de vagas para as categorias faixa etária masculina e o mesmo número de vagas para as categorias faixa etária feminina.

Com o número total de vagas estabelecido, cada categoria faixa etária terá direito a uma (01) vaga concedida automaticamente para o(a) vencedor(a) da categoria (masculino e feminino). Essa posição será chamada de **"Vaga de Qualificação Automática"**.

Todas as outras vagas disponíveis para a prova serão então destinadas ao grupo de **"Vagas por Desempenho"**, que será classificado após o término da prova. Essa qualificação será reconhecida como "Vagas por Desempenho". Esse Grupo de Desempenho será mantido para homens e mulheres, de modo que as vagas sejam divididas igualmente entre os gêneros.

### NO DIA DA PROVA

O vencedor de cada categoria faixa etária masculina e feminina ganhará automaticamente uma (01) vaga para o Mundial (**"Vaga de Qualificação Automática"**)

Se essa vaga não for preenchida, ela será transferida para o segundo colocado e, em seguida, para o terceiro colocado, caso não seja preenchida pelo segundo colocado.

Se a Vaga de Qualificação Automática para uma categoria faixa etária específica não for preenchida por um dos três primeiros colocados, essa vaga será alocada no "Grupo de Desempenho" de vagas de qualificação daquele gênero, que será então oferecida aos atletas mais competitivos da prova vigente.

# CERIMÔNIA DE ROLAGEM E ALOCAÇÃO DE VAGAS

## Domingo (10) – 20:00 – Marina da Glória



Nice - França  
12 e 13 de setembro

### NO DIA DA PROVA

Após a atribuição das vagas aos Vencedores de cada categoria faixa etária, passamos à alocação das vagas por meio do **"Grupo de Vagas por Desempenho"**

Os tempos de chegada de todos os atletas concluintes da prova serão ajustados conforme um índice (IRONMAN 70.3 Standard), criado pela média dos 20% melhores tempos de chegada do Campeonato Mundial IRONMAN 70.3 nos últimos 5 anos para cada faixa etária (ou seja, um padrão global de faixa etária para cada gênero e faixa etária). Ao equiparar cada tempo de chegada com o padrão da sua faixa etária, criamos um tempo de chegada ajustado por idade para cada atleta. Para saber mais sobre o IRONMAN 70.3 Standard, [clique aqui](#)

Os atletas são então reclassificados por gênero, com base em seus tempos de chegada ajustado (ou seja, seu desempenho na prova em relação ao padrão da sua própria faixa etária). Assim, os atletas mais competitivos no dia da prova em relação ao padrão da sua respectiva faixa etária receberão a classificação mais alta. Com base neste novo ranking formado pelos atletas mais competitivos, as **"Vagas por Desempenho"** serão distribuídas por meio de um "aceite formal". Esse processo seguirá até que todas as vagas classificatórias para a prova feminina sejam alocadas e, em seguida, para a prova masculina (ou vice-versa).

### Outras informações

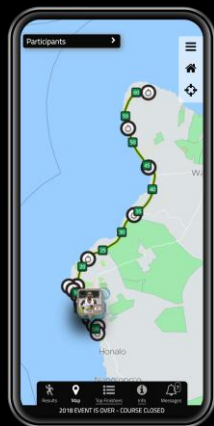
Somente atletas amadores (Age Group) são elegíveis para receber vagas classificatórias para o Campeonato Mundial. Atletas que possuam status Profissional ou Elite atual em qualquer Órgão Nacional de Triatlo Membro da World Triathlon, no programa de Associação Pro do WTC ou que tenham competido como atletas de elite em quaisquer eventos internacionais durante o ano civil não são elegíveis para vagas classificatórias por faixa etária. Os atletas não podem, no momento do evento, nem no momento do evento do Campeonato Mundial IRONMAN para o qual se classificaram, possuir status Profissional ou Elite. Qualquer alteração no status de um atleta antes da participação em qualquer evento ou evento qualificado para o Campeonato Mundial deve ser comunicada imediatamente à IRONMAN (World Triathlon Corporation, WTC). A falha do atleta em fazer tal divulgação será motivo para desqualificação do evento e pode resultar em sanção do WTC Events.



## DICAS IMPORTANTES

### [GUIA DA TORCIDA - CLIQUE AQUI](#)

Confira no link acima informações relevantes, como horários, locais e acessos, para que seus familiares e amigos possam acompanhar os melhores momentos da prova!



O app **IRONMAN Tracker** é a melhor forma para acompanhar os atletas. A lista de inscritos é atualizada no sábado, véspera da prova.







**FinisherPix** | Powered by Smiles

NEVER FORGET **YOUR RACE**



GUARDE OS MELHORES MOMENTOS PARA SEMPRE

Compre as fotos oficiais em [www.finisherpix.com](http://www.finisherpix.com)

@finisherpix #finisherpix



# CHECK LIST

## ITENS PESSOAIS

- ☐ Documento oficial com foto (RG, CNH, Passaporte)
- ☐ Comprovante de inscrição
- ☐ Comprovante de pagamento Day Use / Carteirinha da Federação
- ☐ Passagem Aérea
- ☐ Voucher da hospedagem

## NATAÇÃO

- ☐ Macaquinho
- ☐ Maiô ou sunga
- ☐ Óculos de natação (incluindo 01 reserva)
- ☐ Touca da prova
- ☐ Chip de cronometragem (entregue após o bike check-in)
- ☐ Roupas de Neoprene (verificar liberação)
- ☐ Toalha
- ☐ Vaselina e Protetor Solar
- ☐ Tampões de ouvido/nariz

## CICLISMO

- ☐ Capacete
- ☐ Sapatilha
- ☐ Meia
- ☐ Óculos de sol
- ☐ Carambola para água ou similares
- ☐ Kit para reparos - bike
- ☐ Câmara ou pneu reserva
- ☐ Hidratação (géis e outros)
- ☐ Protetor Solar

## OUTROS

- ☐ Serviço de transporte/montagem/desmontagem bike
- ☐ Verificar transfer/transporte para largada (se for o caso)
- ☐ Verificar horários e itens para o bike/sacolas check-in
- ☐ Relógio GPS

## CORRIDA

- ☐ Tênis
- ☐ Meia reserva
- ☐ Boné ou viseira
- ☐ Óculos de sol
- ☐ Porta número de peito ou alfinetes
- ☐ Hidratação (géis e outros)
- ☐ Protetor Solar

# BOA PROVA!



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

@brasilironman

#IM703RIO