ultravioleta

TRIDAY SERIES BERTIOGA

8 de Novembro

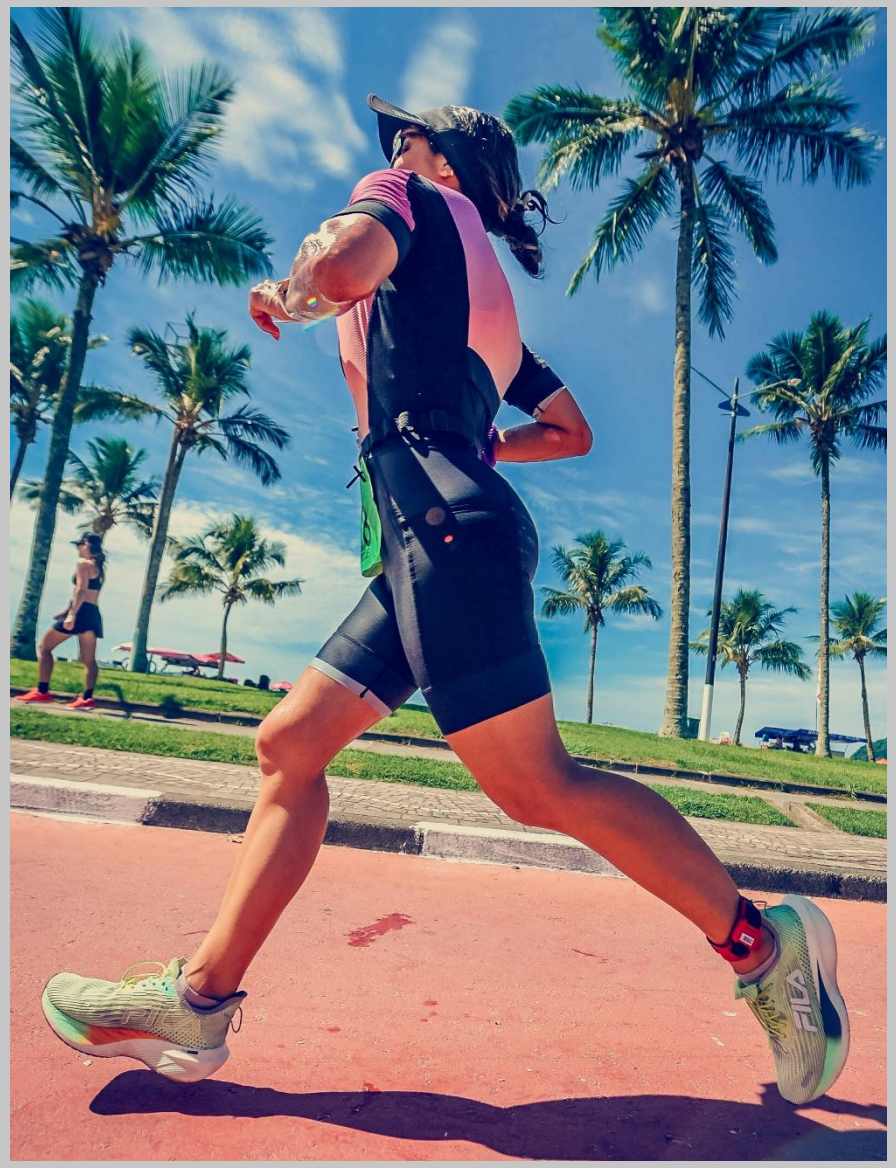
FORTE SÃO JOÃO

GUIA DO ATLETA



Última atualização: 28 de outubro 2026 | As informações a seguir podem ser atualizadas até a publicação do Congresso Técnico, na semana da prova.

PROGRAMAÇÃO GERAL



SEXTA 06

ENTREGA DE KITS - SOMENTE EM SÃO PAULO CAPITAL
10:00 - 20:00
Loja Track&Field – Vila Nova Conceição (Rua Bueno Brandão, 68)

SÁBADO 07

ENTREGA DE KITS - SOMENTE EM BERTIOGA
10:00 - 21:00
Loja Track&Field – Shopping Riviera de São Lourenço (Avenida de Riviera, 1256 - Térreo)

DOMINGO 08

05:30 - 06:15 – Bike Check-in STANDARD

06:30 - 06:40 – Largada STANDARD

08:00 - 08:30 – Bike Check-in SPRINT e SUPER SPRINT

08:45 - 08:55 – Largada SPRINT

09:15 - 10:45 – Bike Check-out STANDARD

09:45 - 09:50 – Largada SUPER SPRINT

10:30 - 11:10 – Bike Check-out SPRINT e SUPER SPRINT

11:00 - Premiação STANDARD

11:30 - Premiação SPRINT

12:00 - Premiação SUPER SPRINT

ENTREGA DE KIT

SEXTA
06

ENTREGA DE KITS - SOMENTE EM SÃO PAULO CAPITAL
10:00 - 20:00
Loja Track&Field – Vila Nova Conceição (Rua Bueno Brandão, 68)

SÁBADO
07

ENTREGA DE KITS - SOMENTE EM BERTIOGA
10:00 - 21:00
Loja Track&Field – Shopping Riviera de São Lourenço (Avenida de Riviera, 1256 - Térreo)

É OBRIGATÓRIO

- Apresentar documento oficial com foto
- Completar a Biometria Facial - ***Clique Aqui***
- Pagar a Taxa da Federação local (day use) - ***Clique Aqui***

MENORES DE 18 ANOS

Além de toda a documentação citada acima, o responsável legal de atletas menores de 18 anos deverá levar o termo a seguir assinado.

TERMO

ENTREGA DO KIT PARA TERCEIROS

É permitida a retirada do kit por terceiros mediante apresentação do comprovante de inscrição e documento do atleta (digital ou impresso).

O competidor já deverá ter realizado a Biometria Facial e realizado o pagamento do Day Use (taxa da Federação).

IMPORTANTE

O atleta que não retirar seu kit nas datas estabelecidas não poderá fazer a prova.

É proibido transferir o kit para outra pessoa.
O atleta que o fizer será suspenso das provas, conforme regulamento.

É SEU 1º TRIATHLON?

Nos avise durante a retirada de kit para que possamos identificar seu número de peito e orientar o locutor sobre sua chegada especial!



ITENS DO KIT



PULSEIRA
Deve ser usada até o final da prova, na premiação.



TATUAGEM
Deve ser aplicada no braço ou na perna antes do bike check-in.



ADESIVO DE BIKE
Aplicação abaixo do selim. Não é permitido cortar o adesivo.



NÚMERO DE PEITO
Uso obrigatório apenas na corrida.



ADESIVO DE CAPACETE
Aplicação sempre na parte FRONTAL.



SACOLA BRANCA
Para itens de prova (tênis, óculos etc.). Após a natação, colocar sua roupa de borracha dentro da sacola.

ATENÇÃO!

O chip de cronometragem e a touca serão disponibilizados **APENAS NO DOMINGO**, dia da prova. O atleta encontrará os itens no cesto posicionado abaixo do rack onde sua bicicleta será posicionada.



INSTRUÇÕES PARA EQUIPES DE REVEZAMENTO



1. ENTREGA DE KIT
Um atleta pode retirar o kit de todos os integrantes desde que apresente os documentos conforme orientação geral sobre a entrega de kit. A equipe é responsável por distribuir o material de prova entre si.

2. BIKE CHECK-IN
É obrigatória a presença de todos os integrantes da equipe para verificação da equipe de arbitragem. Para acessar a transição o atleta deve estar com a tatuagem aplicada e com o capacete afivelado.

3. LARGADA
Os atletas de revezamento terão uma cor de touca diferenciada e, obrigatoriamente, serão os ÚLTIMOS a largar. Não será permitida a largada em meio aos atletas da competição individual, sendo passível de desclassificação.

4. TRANSIÇÃO
A troca de uma modalidade para outra é feita obrigatoriamente dentro da Área de Transição, ao lado da bike correspondente à equipe. Faça a transferência do chip de tornozelo para tornozelo e não corra com o chip nas mãos em nenhum momento.

5. CHEGADA
Os atletas devem cruzar a linha de chegada junto ao atleta da corrida para ter acesso à área Finisher. Não será permitido entrada na área de recuperação antes da chegada do corredor.

É OBRIGATÓRIO QUE OS ATLETAS DE REVEZAMENTO SE COMUNIQUEM ENTRE SI.
Cada equipe é responsável por ter seu atleta posicionado no local e horário corretos para troca.



ASSISTIR AO CONGRESSO TÉCNICO É OBRIGATÓRIO

YouTube

UNLIMITED SPORTS BRASIL

Publicação até SEXTA-FEIRA, 6 de novembro de 2026

ARENA TRIDAY

Forte São João de Bertioga
Av. Vicente de Carvalho, s/n - Centro - Bertioga - SP



ESTACIONAMENTO

Sugerimos a parada nas imediações do Forte, nas ruas que ficam entre a Av. Anchieta e a Av. Tomé de Souza. Atenção: trata-se de um local público, portanto, a quantidade de vagas pode ser limitada, por isso, chegue com antecedência para evitar transtornos.

BIKE CHECK-IN

DOMINGO
08

ÁREA DE TRANSIÇÃO

Arena da prova ao lado do Forte

05:30 às 06:15 – STANDARD

08:00 às 08:30 – SPRINT e SUPER SPRINT

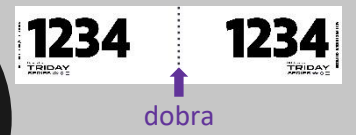


1 **CAPACETE**
Para acessar a transição o atleta deve estar com o capacete afivelado e o numeral aplicado. Aplicação sempre na parte FRONTAL

3 **TATUAGEM**
Para acessar a transição o atleta deve estar com a tatuagem aplicada. Pode ser no braço ou na perna.

2 **PULSEIRA**
Deve ser usada até a premiação. Apenas atletas com pulseira terão acesso à transição, nenhum acompanhante será permitido no local.

4 **ADESIVO DE BIKE**
Aplicação abaixo do selim.
Não é permitido cortar o adesivo.





Treinadores podem solicitar na entrega de kits um crachá para acesso a área de transição, lembrando que é proibida a ajuda externa durante a 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.



Embaixo do rack, você encontrará uma **cesta** com o seu número. Nela estará a **touca de natação e o chip de cronometragem.**

Todo material do atleta (tênis de corrida, óculos, número de peito etc.) deve estar dentro da cesta. Não será permitida a entrada de mochilas na área de Transição.

ÁREA DE TRANSIÇÃO

Dentro da área de Transição estará disponível



BANHEIROS



ÁGUA



PROTETOR SOLAR

T1 NATAÇÃO CICLISMO

- **O ATLETA É RESPONSÁVEL PELA RETIRADA DE SUA ROUPA DE BORRACHA.**
- Não haverá staff para auxiliar e não será permitida ajuda externa.
- Após a natação, a roupa de Neoprene deve ser colocada dentro da Sacola Branca de Transição.

IMPORTANTE: Não deixar a roupa secando no rack ou solta fora da cesta.

T2 CICLISMO CORRIDA

- Posicione sua bike pelo selim, mantendo a maior parte da bike no mesmo lado de indicação de seu número no rack.
- Mantenha TODO SEU MATERIAL dentro da cesta, evitando interferências nas passagens do corredor e nos materiais dos atletas próximos



PENALTY BOX

Localizado próximo à área de Transição.



NATAÇÃO

	HORÁRIO DE LARGADA	DISTÂNCIA	TEMPO DE CORTE*
STANDARD	06:30 - 06:40	1,5km	50 minutos
SPRINT	08:45 - 08:55	750m	35 minutos
SUPER SPRINT	09:45 – 09:50	375m	25 minutos

*em relação ao horário em que o atleta largou

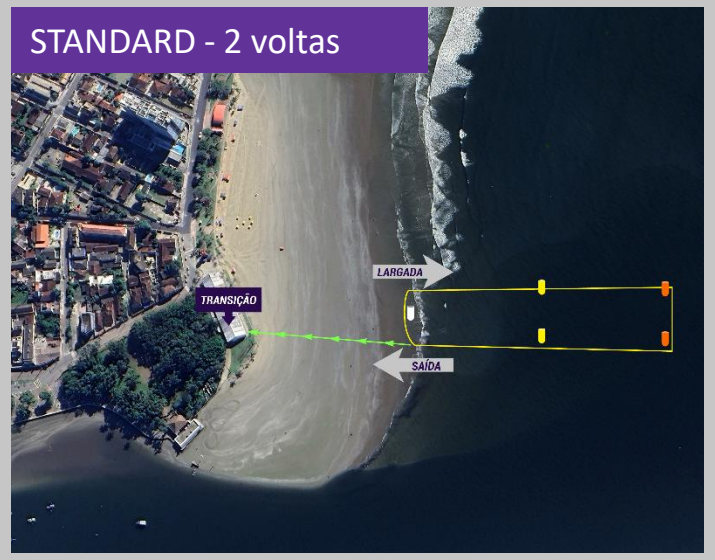
- **LARGADA NO FORMATO ROLLING START**

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. A cada 10 segundos, largam 5 atletas ao mesmo tempo, de acordo com orientação da nossa equipe de staff.

OBS: Os atletas de revezamento terão uma cor de touca diferenciada e, obrigatoriamente, serão os ÚLTIMOS a largar. Não será permitida a largada em meio aos atletas da competição individual, sendo a equipe passível de desclassificação em caso de descumprimento.

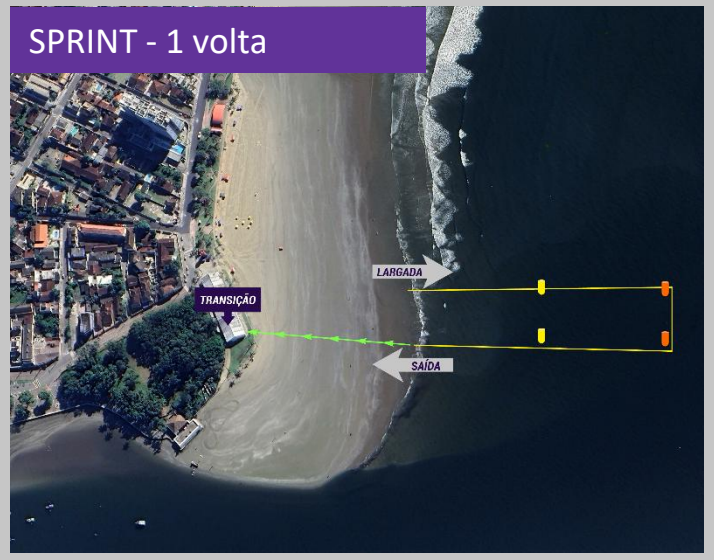
AQUECIMENTO: Permitido até 10 minutos antes da largada de cada distância em local a ser definido pela organização (buscar orientação da equipe de staff).

STANDARD - 2 voltas



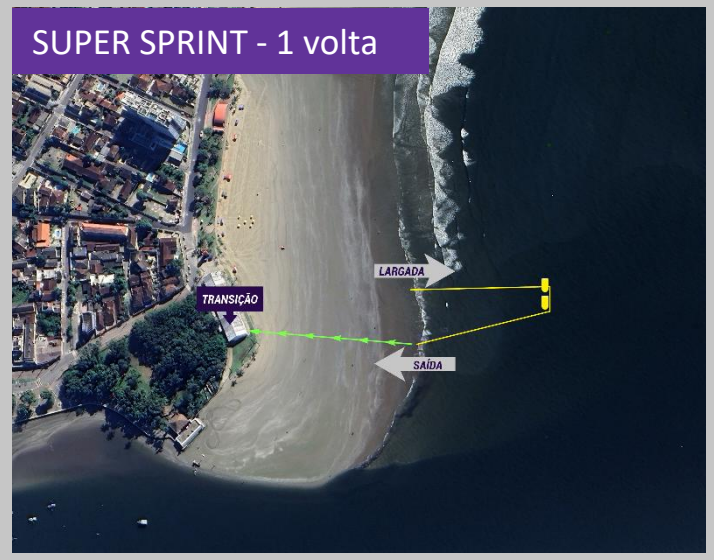
- Boias Laranjas (Ombro direito)
- Boia Amarela (Intermediária, qualquer um dos lados)
- Boia Branca (Ombro direito – o atleta deve sair da água e contornar a boia correndo)

SPRINT - 1 volta



- Boia Amarela (Intermediária, qualquer um dos lados)
- Boias Laranjas (Ombro direito)

SUPER SPRINT - 1 volta



- Boia Amarela (Ombro direito)

CICLISMO

	DISTÂNCIA	Nº DE VOLTAS	POSTO DE HIDRATAÇÃO (km)	TEMPO DE CORTE*
STANDARD	40Km	4	5|15|25|35	2h e 20 min
SPRINT	20Km	2	5|15	1h e 20 min
SUPER SPRINT	10Km	1	5	50 min

**em relação ao horário em que o atleta largou*

DISPONÍVEL NOS POSTOS DE HIDRATAÇÃO:

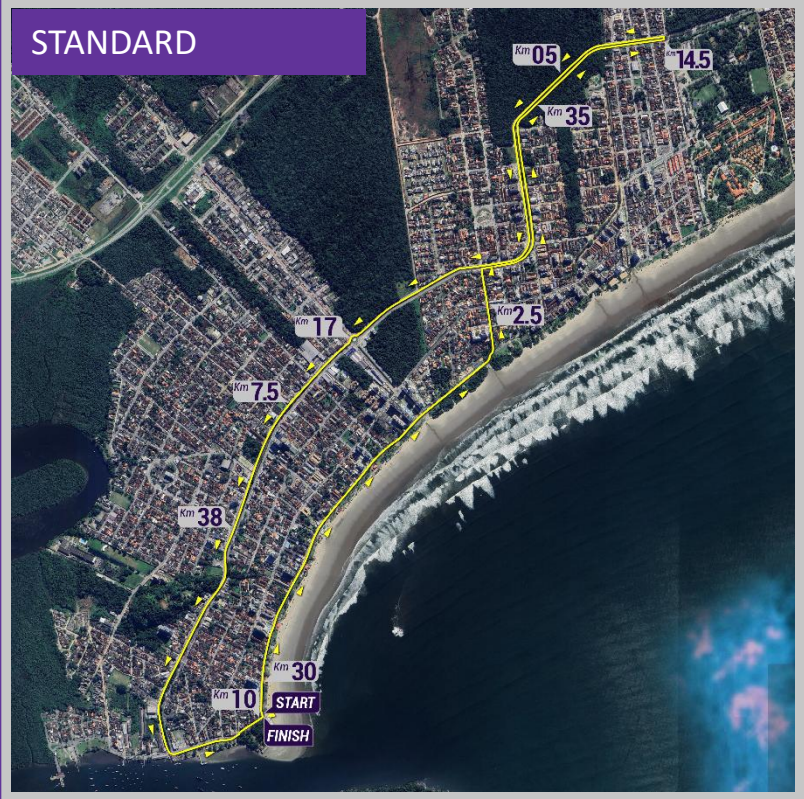
ÁGUA
(Squeeze Branco)

Eletrólitos LIQUIDZ
(Squeeze verde limão)

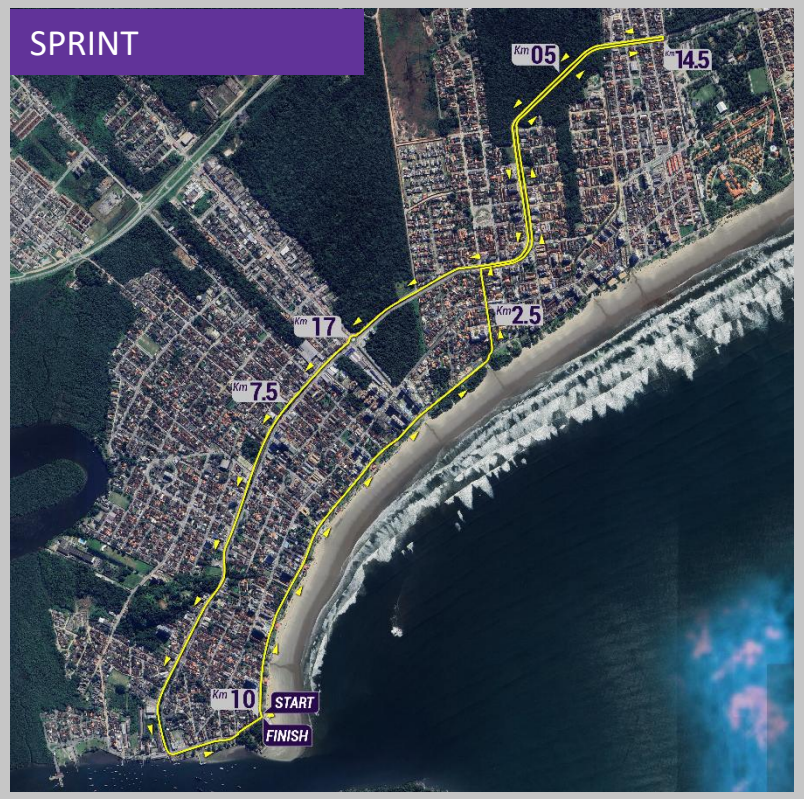
ÁREA DE DESCARTE: 100m antes e 300m após cada posto de hidratação

Auxílio mecânico: O atleta é responsável pela manutenção do próprio equipamento durante o percurso. Não é permitida ajuda externa.

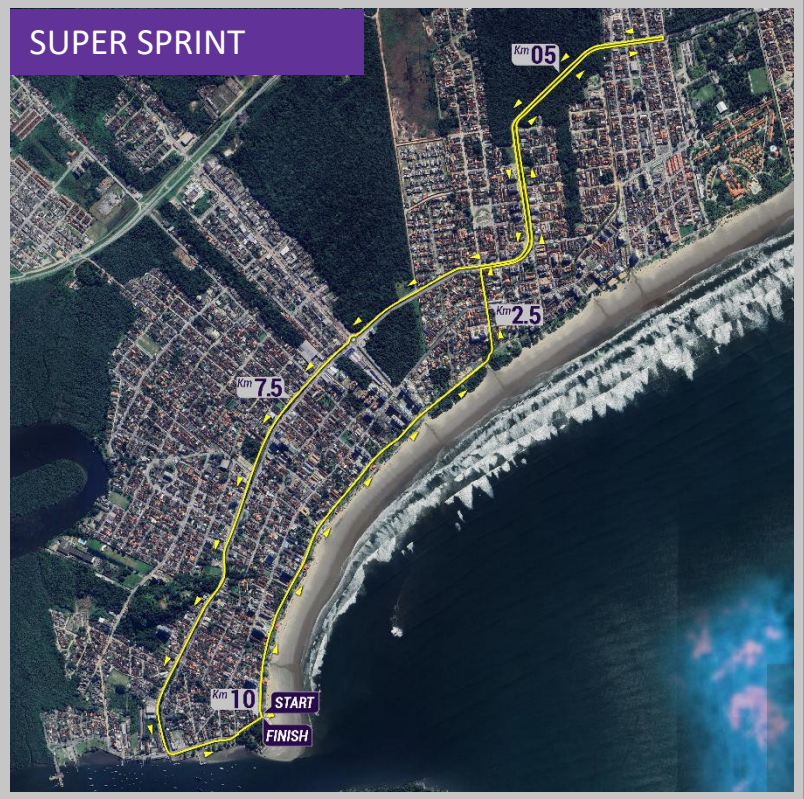
STANDARD



SPRINT



SUPER SPRINT



CORRIDA

	DISTÂNCIA	Nº DE VOLTAS	POSTO DE HIDRATAÇÃO (km)	TEMPO DE CORTE*
STANDARD	10Km	2	P1 - 1,2 | 3,8 | 6,2 | 8,7 P2 - 2,4 | 7,3 P3 - 4,3 | 9,2	4 horas
SPRINT	5Km	1	P1 - 1,2 | 3,8 P2 - 2,4	2 horas
SUPER SPRINT	2,5Km	1	P1 - 1,2	1h10min

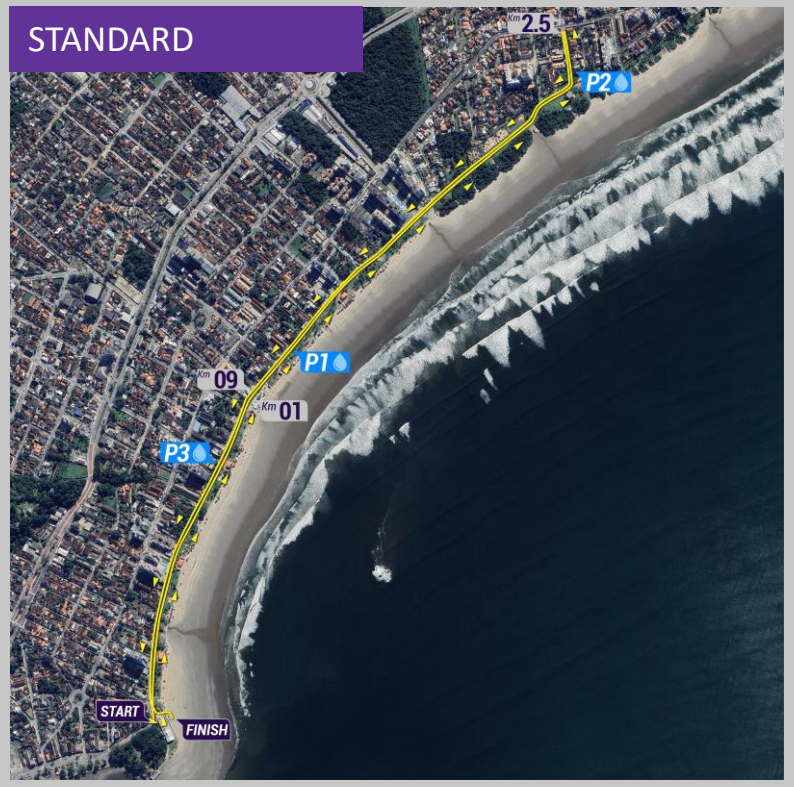
**em relação ao horário em que o atleta largou*

DISPONÍVEL NOS POSTOS DE HIDRATAÇÃO:

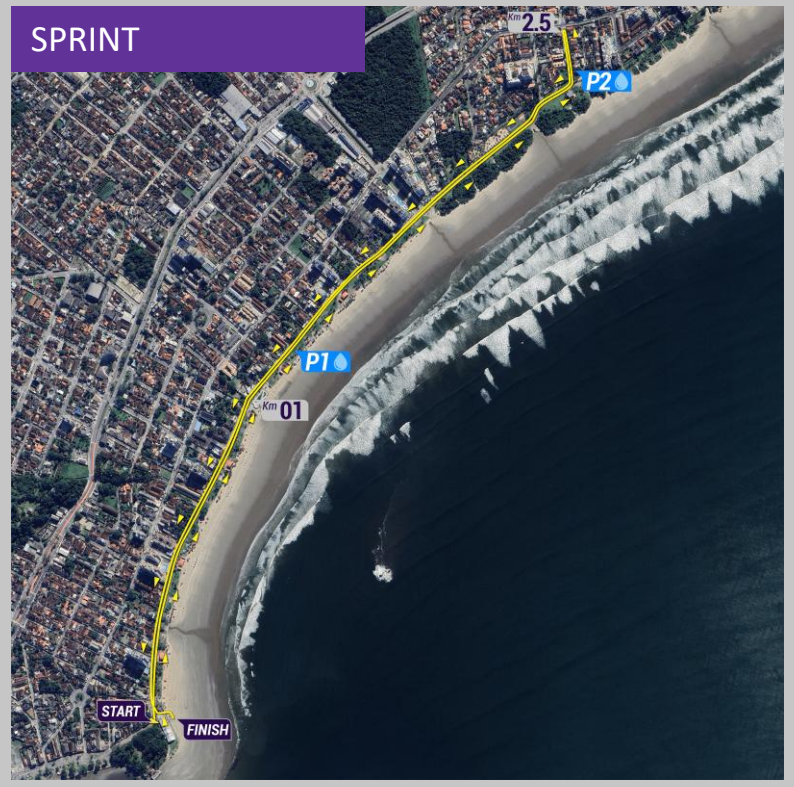
P1	ÁGUA	Eletrólitos LIQUIDZ	Paçoquita
P2	ÁGUA	Eletrólitos LIQUIDZ	Bananinha Tachão de Ubatuba
P3	ÁGUA	Eletrólitos LIQUIDZ	Paçoquita

ÁREA DE DESCARTE: 30m antes e 50m após cada posto de hidratação

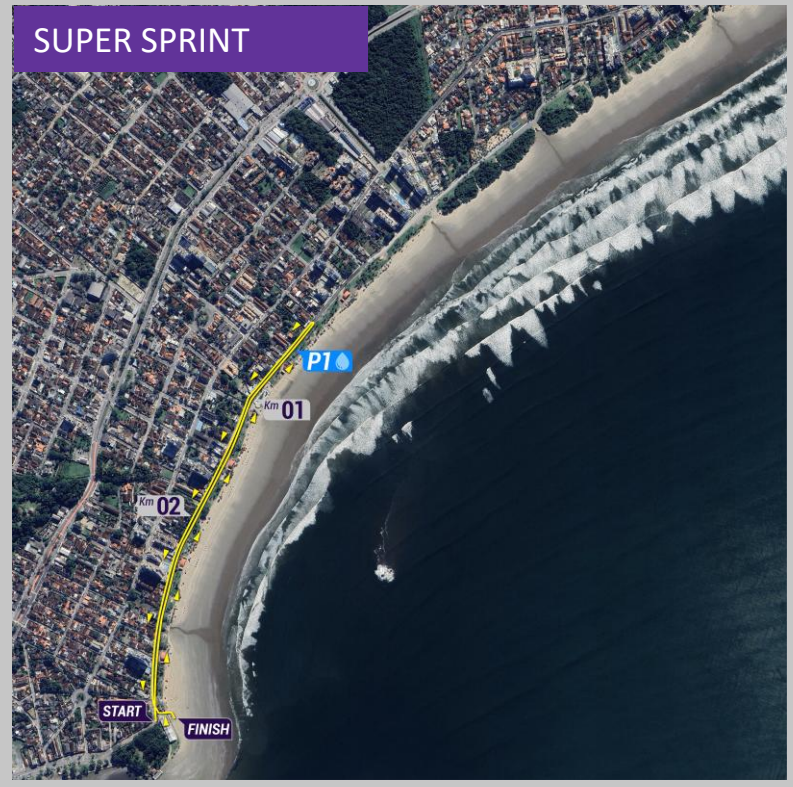
STANDARD



SPRINT

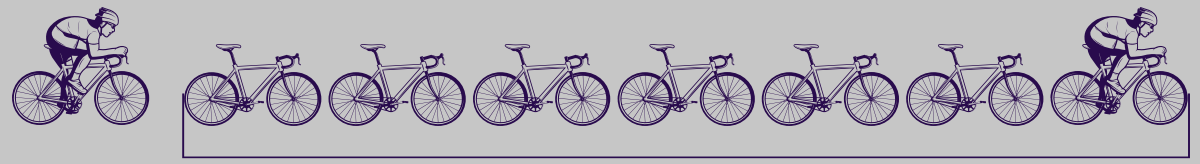


SUPER SPRINT



REGRAS GERAIS

VÁCUO PROIBIDO



12 metros (distância mínima)
Completar a ultrapassagem em 25 segundos.
Pedale sempre à direita. Ultrapasse pela esquerda.

PENALIZAÇÕES

	CARTÃO AMARELO			CARTÃO AZUL			CARTÃO VERMELHO
	SUPER SPRINT	SPRINT	STANDARD	SUPER SPRINT	SPRINT	STANDARD	
TEMPO NO **PENALTY BOX**	**5 seg.**	**10 seg.**	**15 seg.**	**30 seg.**	**30 seg.**	**1 min.**	
CICLISMO	PEDALAR SEM CAMISETA USO DE EQUIPAMENTO DE SOM AJUDA EXTERNA			VÁCUO DESCARTE DE RESÍDUOS FORA DA ZONA			ACÚMULO DE 3 CARTÕES AZUIS ou DESACATO DESCUMPRIMENTO DA REGRA PENALTY BOX
CORRIDA	CORRER SEM CAMISETA USO DE EQUIPAMENTO DE SOM AJUDA EXTERNA			DESCARTE DE RESÍDUOS FORA DA ZONA			ACÚMULO DE 3 CARTÕES AZUIS ou DESACATO

PENALTY BOX
Na saída da ÁREA DE TRANSIÇÃO
Antes do Monte/Desmonte

Cada atleta é responsável por sua parada no Penalty Box (PB). 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 usar o banheiro, fazer ajustes no equipamento, ou qualquer tipo de manutenção na bike, e trocar de roupa.

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

No circuito Nubank Ultravioleta TRIDAY Series,
o uso de **Boia de Segurança e Roupa de Borracha é permitido em todas as distâncias.**



Atenção, acompanhantes e familiares!

É proibida a entrada de acompanhante(s), incluindo 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.



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. O descumprimento pode acarretar na desclassificação do atleta infrator.

PÓS-PROVA

ÁREA FINISHER


ÁGUA


FRUTAS


LANCHE NATURAL BOALI


ÁREA MÉDICA


MASSAGEM


BANHEIROS

PARCEIROS:

Creatina Relaxmedic, Whey Vitafor, Bananinha Tachão de Ubatuba, Paçoquita e Água de Coco Sococo.

BIKE CHECK OUT

DAS 09:15 ÀS 09:45 - STANDARD
DAS 10:30 ÀS 11:10 - SPRINT E SUPER SPRINT

Para realizar o Bike Check-out o atleta deverá estar com a pulseira de atleta e apresentar seu chip de cronometragem.
A não devolução do chip de cronometragem implicará na cobrança de uma taxa de R$ 350 (TREZENTOS E CINQUENTA 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.



PREMIAÇÃO

TOP 3 EM CADA CATEGORIA FAIXA ETÁRIA E REVEZAMENTO.
ASSESSORIA COM MAIS ATLETAS E ASSESSORIA COM MAIS PONTOS.



11:00 - STANDARD
11:30 - SPRINT
12:00 - SUPER SPRINT

DICA PARA AMIGOS E FAMÍLIA:

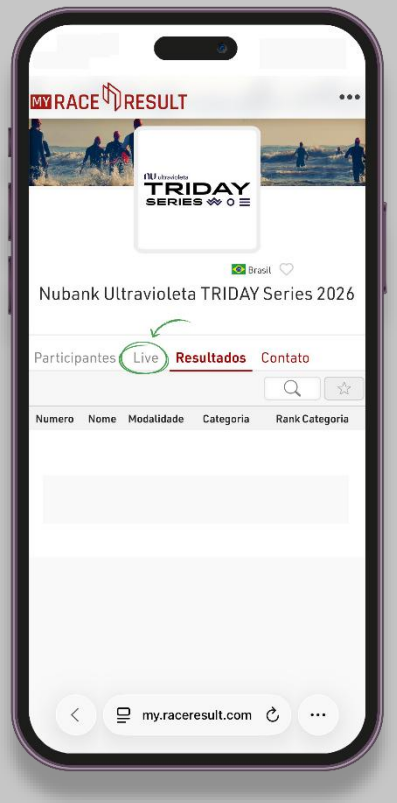
ACOMPANHE SEU ATLETA EM TEMPO REAL

Agora, amigos e familiares poderão acompanhar os atletas inscritos no Nubank Ultravioleta TRIDAY Series ao vivo durante toda a prova!

No dia do evento, basta acessar o link pelo QR Code e acompanhar:

- ❑ Passagens pelas etapas da prova
- ❑ Tempos parciais
- ❑ Posição do atleta

Na aba **“LIVE”**, será possível seguir toda a jornada do atleta até a linha de chegada.



LINK - TRACKER

Compartilhe este QR Code ou o link para que sua torcida possa acompanhar você durante a prova!

SUGESTÃO DE CHECK LIST

PARA RETIRADA DE KIT

- ❑ Documento oficial com foto (RG, CNH, Passaporte)
- ❑ Comprovante de inscrição
- ❑ Comprovante de pagamento Day Use / Carteirinha da Federação
- ❑ Termo médico online assinado

ITENS GERAIS

- ❑ Confirmar horário do bike check-in
- ❑ Relógio GPS carregado
- ❑ Itens do kit aplicados
- ❑ Vaselina e protetor solar
- ❑ Macaquinho ou roupa de prova

NATAÇÃO

- ❑ Macaquinho
- ❑ Maiô ou sunga
- ❑ Óculos de natação (incluindo 01 reserva)
- ❑ Touca da prova (será entregue no bike check-in)
- ❑ Chip de cronometragem (será entregue no bike check-in)
- ❑ Roupa de Borracha (verificar liberação)
- ❑ Toalha
- ❑ Tampões de ouvido/nariz

CICLISMO

- ❑ Capacete
- ❑ Sapatilha
- ❑ Meia
- ❑ Óculos de sol
- ❑ Pneus calibrados
- ❑ Caramanhola com água
- ❑ Kit para reparos básicos
- ❑ Câmara ou pneu reserva
- ❑ Suplementação (géis e outros)
- ❑ Protetor Solar

CORRIDA

- ❑ Tênis
- ❑ Meia reserva
- ❑ Boné ou viseira
- ❑ Óculos de sol
- ❑ Porta número de peito ou alfinetes
- ❑ Número de Peito
- ❑ Suplementação (géis e outros)
- ❑ Protetor Solar



Track & Field





LA ROCHE-POSAY
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

Relaxmedic
ESPECIALISTA EM BEM-ESTAR

Omint
SAÚDE E SEGUROS

VOLVO

VITAFOR

parmalat FIT

LIQUIDZ

DUX
HUMAN HEALTH

BLUE 70

Boali
Healthy Food

TACHÃO
de UBATUBA

Paçoquita

sococo

Bertioga
Aqui nosso coração bate mais forte!

UNLIMITED SPORTS



NOS VEMOS NA LINHA DE CHEGADA

#tridayseries @tridayseries
www.tridayseries.com.br