

BE EAGER. BE BRAVE. BE STRONG.

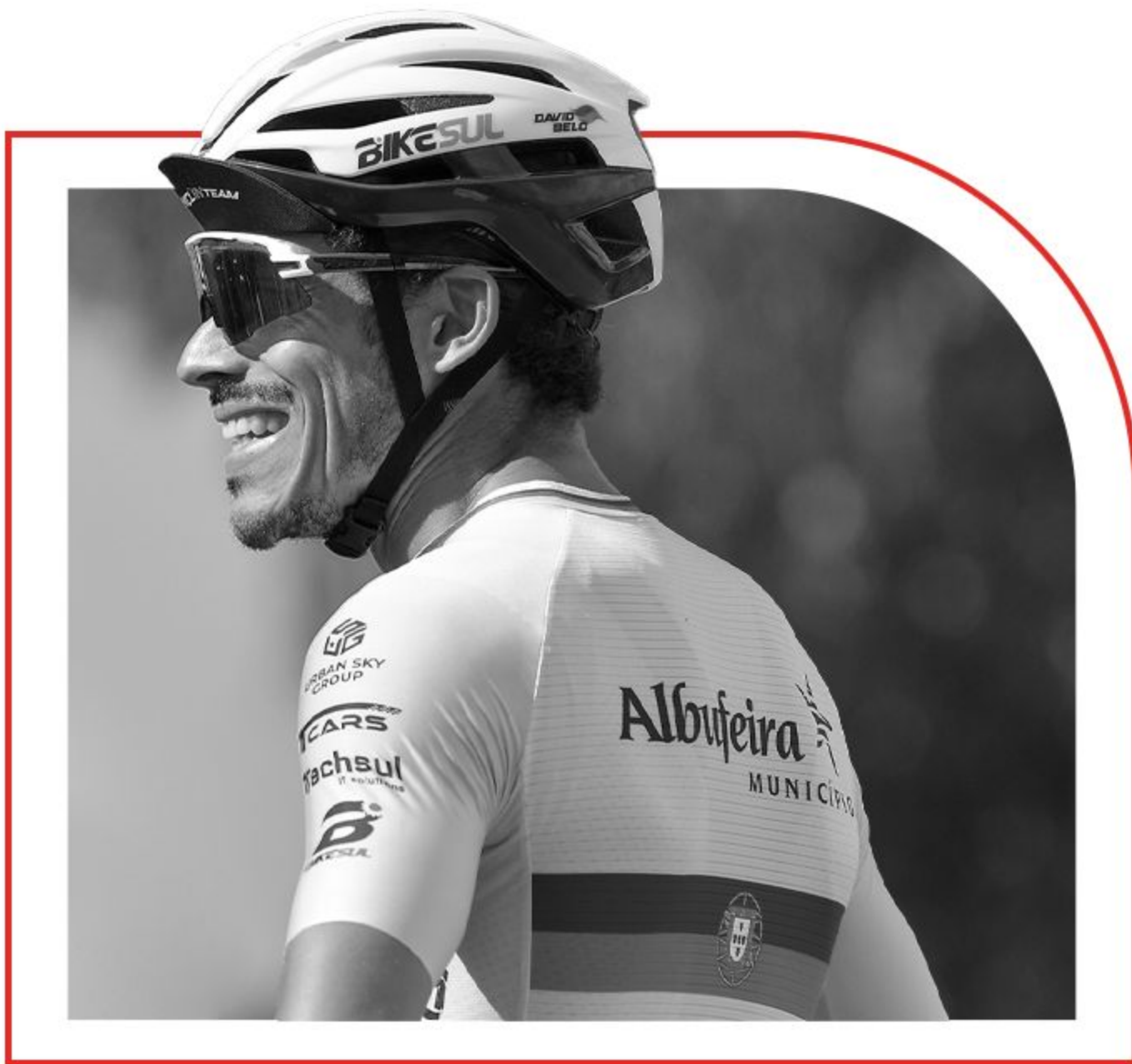


TRITON³
RIO DE JANEIRO

GUIA DO ATLETA
RIO DE JANEIRO

Atualizado em:
29 de Abril de 2024

SOBRE O TRITON 3



Uma das maiores inovações da marca TRITON chega ao Brasil. O **TRITON 3 Rio de Janeiro** acontece em três dias consecutivos, separando natação, ciclismo e corrida, permitindo que o atleta dê tudo de si e tenha a melhor performance em dias distintos.

Para todas as distâncias, o atleta pode optar por competir o **TRITON 3 SOLO**, disputando individualmente, **REVEZAMENTO** de duas a três pessoas, ou realizar inscrição **INDIVIDUAL** em uma ou mais modalidades.

O TRITON 3 Rio de Janeiro classifica para a final mundial do circuito TRITON World Series que vai acontecer em 2025.

Desafie o seu corpo e sua mente com TRITON.

Making your mind stronger than your body!

CRONOGRAMA



Sexta | 09 de agosto

- | | |
|---------------------|-------------------------|
| 9h às 19h | Entrega de Kit |
| 12h às 15h30 | Guarda-volume (natação) |
| 15h | Largada da Natação |
| 19h | Premiação da Natação |



Sábado | 10 de agosto

- | | |
|---------------------|---------------------------------|
| 6h30 às 7h45 | Entrega de Kit |
| 6h30 às 7h45 | Acesso a concentração das bikes |
| 8h | Largada do ciclismo |
| 9h às 19h | Entrega de Kit |
| 14h | Premiação do ciclismo |
| 15h | Largada Kids |
| 21h | Encerramento do dia |



Domingo | 11 de agosto

- | | |
|---------------------|----------------------|
| 6h30 às 6h45 | Entrega de Kit |
| 7h | Largada da corrida |
| 10h30 | Premiação da corrida |
| 11h | Premiação geral |

*sujeito a alterações

ARENA TRITON



Portobello Resort

Mangaratiba RJ

Rodovia Rio – Santos km 434 | CEP 23860-000

PARCEIRO OFICIAL DE HOSPEGAGEM

Os atletas que se inscreverem no TRITON 3 Rio de Janeiro contam com uma condição exclusiva, um **desconto de 15% na hospedagem no Portobello Resort.**

Para aproveitar o desconto, o atleta deve entrar em contato com o Portobello Resort via e-mail ou telefone informando o número do pedido/inscrição realizada na Ticket Sports;

E-mail: reservas@portobelloresort.com.br

Telefone: 4020-8005 | (21) 2789-8000 | 0800 282-0868

DISTÂNCIA & CATEGORIAS

SHORT

*1000 m de natação, 50 km de ciclismo,
10 km de corrida*

MIDDLE

*2000 m de natação, 100 km de ciclismo,
20 km de corrida*

LONG

*3000 m de natação, 150 km de ciclismo,
30 km de corrida*

KIDS

Somente corrida, de 3 a 14 anos

INDIVIDUAL

Inscrição individual no TRITON 3. O participante disputa todas as modalidades na mesma distância, em dias distintos de competição.

REVEZAMENTO

Disputa em dupla ou trio.
Disponível apenas na prova Middle.

MODALIDADE ÚNICA

O participante opta por se inscrever em uma ou mais modalidades de sua preferência, sem a obrigatoriedade de participar dos 3 dias de competição. A compra de cada modalidade é feita de forma avulsa.

Portador de Necessidades Especiais (PNE)

Masculino:

18 a 24 | 25 a 29 | 30 a 34 | 35 a 39 | 40 a 44 |
45 a 49 | 50 a 54 | 55 a 59 | 60+

Feminino:

18 a 24 | 25 a 29 | 30 a 34 | 35 a 39 | 40 a 44 |
45 a 49 | 50 a 54 | 55 a 59 | 60+

Revezamento Masculino: Middle

Revezamento Feminino: Middle

IMPORTANTE

Não é possível personalizar a distância da sua prova.

Exemplo: Natação short + bike middle + corrida long.

A única forma para fazer a combinação dos 3 dias com distâncias diferentes será comprando cada uma das modalidades separadas.

Por ser uma prova permitida vácuo, por razões de segurança e para o bom andamento do evento, está terminantemente **proibido o uso de clip na bicicleta speed e a bicicleta contra relógio (TT).**

ENTREGA DE KITS

LOCAL: TRITON ARENA (PORTOBELLO)

Sexta | 09 de Agosto: das 09h às 19h

Sábado | 10 de Agosto: das 09h às 19h

Domingo | 11 de Agosto: das 06h às 06h45



**CAMISA, TOUCA, PULSEIRA,
TATUAGEM E MOCHILA.**

FINISHER: CAMISA FINISHER E MEDALHA

DOCUMENTAÇÃO NECESSÁRIA

Para si:

- Documento de identificação com foto

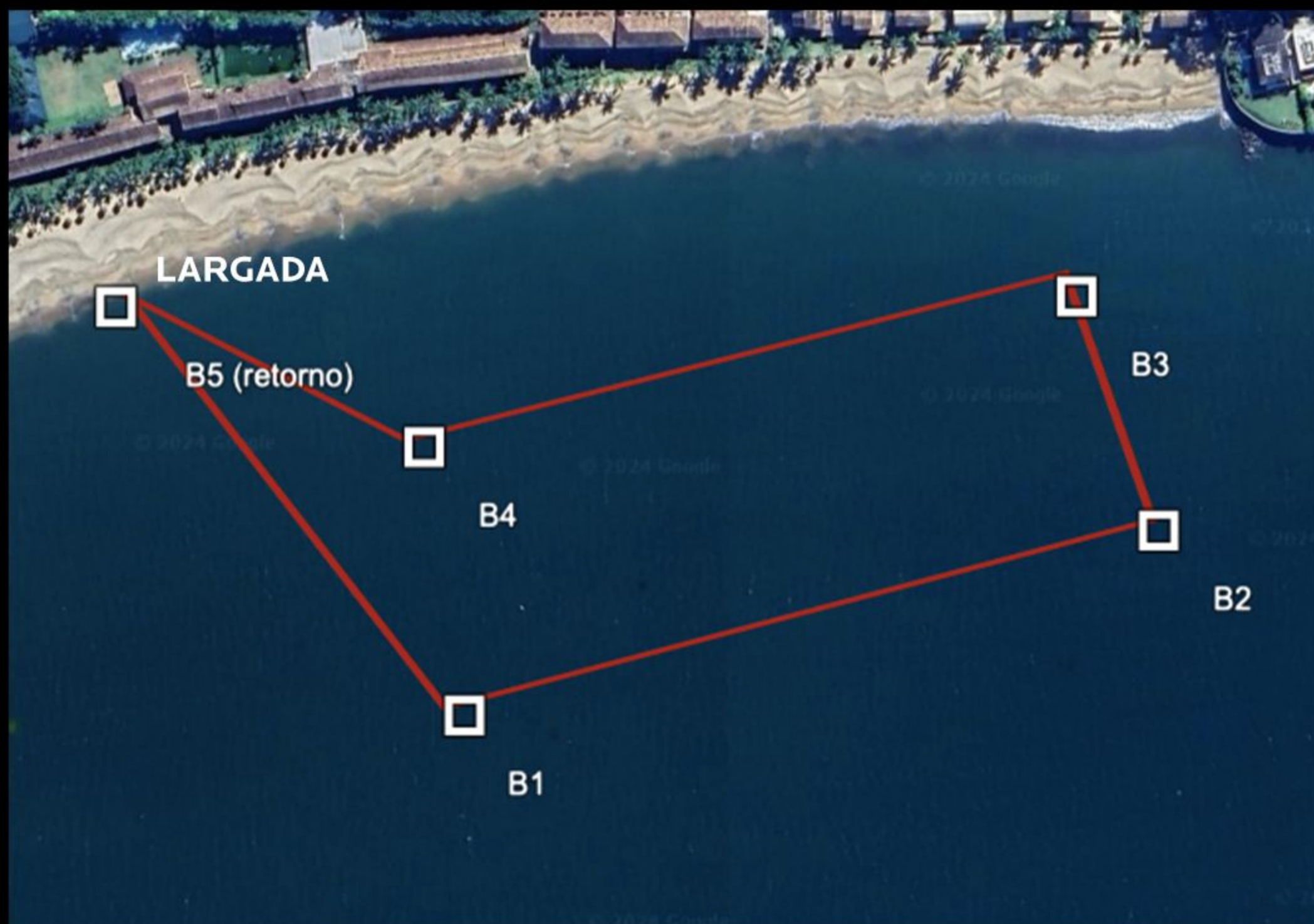
Terceiros:

- "Autorização de Retirada por Terceiros" preenchida e assinada pelo proprietário da inscrição. (inserir modelo clicável)
- Cópia do documento com foto

Menor:

- "Termo de autorização para Menores" preenchida e assinada pelo responsável. (inserir modelo clicável)
- Cópia do documento com foto do responsável e do menor

PERCURSO NATAÇÃO



B: BOIAS

*sujeito a alterações sem prévio aviso

PERCURSO CICLISMO



LARGADA

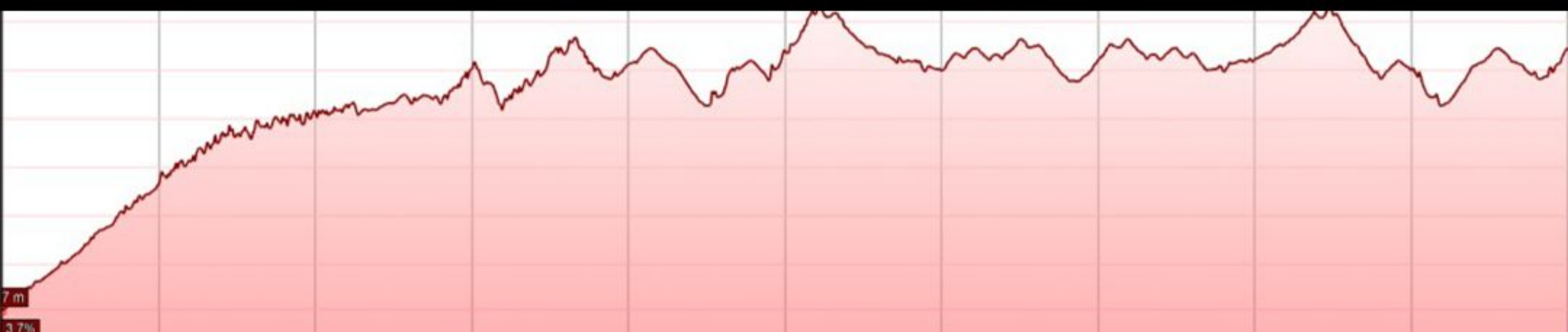
RETORNO
50 KM

SERRA DO PILOTO

CHEGADA

DISTÂNCIA: 50 KM
ELEVAÇÃO: 7.460.631 M
GANHO/PERDA DE ELEVAÇÃO: 2504 M/ -1962 M

INCLINAÇÃO MÁXIMA: 20,8% . -19,3%
INCLINAÇÃO MÉDIA: 5,6% . -5,6%
ELEVAÇÃO MÁXIMA: 631 M



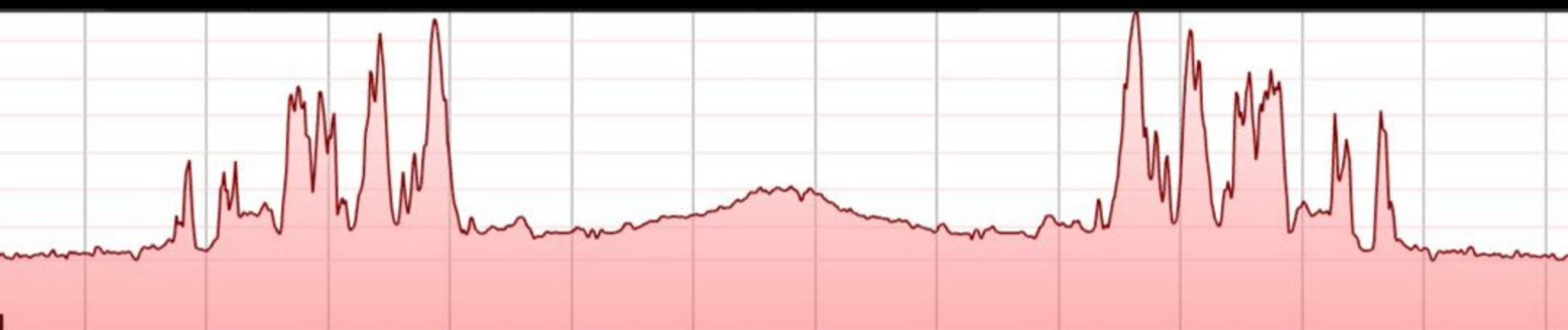
*sujeito a alterações sem prévio aviso

PERCURSO CORRIDA



DISTÂNCIA: 10,1 KM
ELEVAÇÃO: 1.734 M
GANHO/PERDA DE ELEVAÇÃO: 378 M / -378 M

INCLINAÇÃO MÁXIMA: 40,3% . -38,2%
INCLINAÇÃO MÉDIA: 5,1% . -5,1%
ELEVAÇÃO MÁXIMA: 34 M



*sujeito a alterações sem prévio aviso

POSTOS DE HIDRATAÇÃO

CICLISMO

Aproximadamente a cada 15 Km

- ÁGUA
- ISOTÔNICO
- FRUTAS
- BISCOITOS

ÁREA DE DESCARTE:
200 metros após os postos



CORRIDA

Aproximadamente a cada 2 km

- ÁGUA
- ISOTÔNICO
- FRUTAS
- BISCOITOS

ÁREA DE DESCARTE:
200 metros após os postos

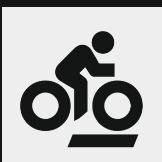
RESULTADOS E PREMIAÇÕES



PREMIAÇÃO NATAÇÃO

Início previsto para:

Sexta | 09 de agosto : 19h



PREMIAÇÃO CICLISMO

Início previsto para:

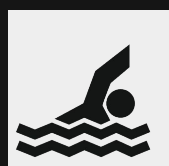
Sábado | 10 de agosto : 14h



PREMIAÇÃO CORRIDA

Início previsto para:

Domingo | 11 de agosto : 10h30



PREMIAÇÃO GERAL

Início previsto para:

Domingo | 11 de agosto : 11h

*sujeito a alterações sem prévio aviso

INSCRIÇÕES E VALORES



LOTE 1



SHORT

R\$550,00

MIDDLE

R\$700,00

LONG

R\$900,00

Revezamento Middle (masc e fem): R\$1.000,00

Kids | lote único: R\$90,00

INSCRIÇÕES E VALORES

Por modalidade individual



Natação

Short R\$ 220,00

Middle R\$ 270,00

Long R\$330,00



Ciclismo

Short R\$450,00

Middle R\$650,00

Long R\$ 850,00



Corrida

Short R\$ 230,00

Middle R\$280,00

Long R\$330,00



BE EAGER. BE BRAVE. BE STRONG.