

Guia do Atleta

Adulto e Kids



GUARUJÁ

4 e 5 de maio
Praia da Enseada



sococo



**PINK
CHEEKS**



ETAPA 2
FENÍCIA

Provas Etapa Guarujá • 4 e 5 de maio



Natação



Adulto

Kids

Aquathlon



Adulto

Corrida



Adulto

Kids

Stand Up Paddle



Adulto

Atenção



30 de abril - 19h30

Congresso Técnico VIRTUAL

 Live no @circuitomaresbr

04 de maio - 12h às 19h

Casa Mares

Abertura da Arena

 Local: Arena Mares - Praia da Enseada

05 de maio - a partir das 06h30

Abertura da Arena

 Local: Arena Mares - Praia da Enseada

ATLETAS:

Confirmam todos os
seus dados no
BALIZAMENTO.

ATENÇÃO:

Chegar na arena com no
mínimo **1 hora de
antecedência.**

- ✓ **ACOMPANHE O BRIEFING DE SUA PROVA E CONFIRA O PERCURSO DE SUA PROVA ANTECIPADAMENTE NO GUIA ATLETA**
- ✓ A PROVA CONTA COM 20 CAIAQUES/PRANCHAS E 7 BARCOS DE APOIO.
- ✓ NA ARENA CONTAMOS COM UMA TENDA DE PRIMEIROS SOCORROS, UMA AMBULÂNCIA UTI E UMA AMBULÂNCIA COM SOCORRISTA.
- ✓ EVITE CONFRONTO NOS MOMENTOS CRÍTICOS DA PROVA – LARGADA E CONTORNO DE BÓIAS.
- ✓ programe a sua navegação de prova e cumpra o percurso corretamente. SALVATAGEM E ARBITRAGEM ESTARÃO MONITORANDO ESSAS ÁREAS.
- ✓ CASO TENHA DIFICULDADE DE NAVEGAÇÃO OU BAIXA VISÃO, APROXIME-SE DE EMBARCAÇÕES DE SEGURANÇA.
- ✓ EVITE SE DESGARRAR DA ÁREA DE NAVEGAÇÃO DOS PELOTÕES DE NADADORES.
- ✓ AO MENOR SINAL DE DESCONFORTO OU MAL ESTAR, SINALIZE PARA UM CAIAQUE OU BARCO DE APOIO, INTERROMPA A NATAÇÃO IMEDIATAMENTE.
- ✓ AS CONDIÇÕES FÍSICAS PARA COMPLETAR A PROVA VARIAM A CADA DIA E DEPENDEM DE DIVERSOS FATORES QUE FOGEM AO CONTROLE DO ATLETA, RESPEITE OS SINAIS DE SEU CORPO.
- ✓ PARA SINALIZAR ÀS EMBARCAÇÕES DE APOIO BASTA LEVANTAR O BRAÇO.
- ✓ RESPEITE SEUS LIMITES, NÃO COLOQUE SUA VIDA EM RISCO.
- ✓ SE VOCÊ NÃO TEM EXPERIÊNCIA EM ÁGUAS ABERTAS NÃO HESITE EM PEDIR AJUDA OU NADAR COM UM ACOMPANHANTE.
- ✓ ÁGUAS ABERTAS É UMA MODALIDADE QUE ENVOLVE RISCOS, AS AÇÕES PREVENTIVAS DEVEM SER PRATICADAS PELA ORGANIZAÇÃO DO EVENTO E PELO ATLETA PARA MITIGAR ESSES RISCOS.
- ✓ **SEGURANÇA ACIMA DE TUDO!**

Programação

Guarujá • 04 e 05 maio



04 de maio • Sábado

Praia da Enseada

12h às 19h

Entrega de Kit na Arena

12h às 17h

Coletão

Ação de limpeza da praia - Sociedade do Mar

12h às 17h

Sobrasa Kids

Atividade de prevenção de afogamentos

Programação

Guarujá • 04 e 05 maio



04 de maio • Sábado

Praia da Enseada

13h

Largada da Corrida Kids 100m

13h15

Largada da Corrida Kids 200m

13h30

Largada da SUP Race 5km

13h45

Largada da SUP Fun 2,5km

15h15

Largada da Natação Kids 50m

15h30

Largada da Natação Kids 100m

16h

Desafio Mares Revezamento 4x500

Programação

Guarujá • 04 e 05 maio



05 de maio • Domingo

06h30 • Abertura da Arena

07h15 • Cerimônia de Abertura

07h30

Largada Corrida - 5km

Largada do Aquathlon MASCULINO

07h45

Largada do Aquathlon FEMININO e REVEZA

08h

Largada Marathon MASCULINO

08h10

Largada Marathon FEMININO

08h30

Largada Challenge MASCULINO

08h40

Largada Challenge FEMININO

10h30

Largada da prova Short MASCULINO

11h

Largada da prova Short FEMININO

11h45

Largada da prova Start MASCULINO

12h15

Largada da prova Start FEMININO

Retirada de Kits

04/05

De 12h00 às 19h00 (sábado)

05/05

A partir de 6h30 (domingo)

 **Local:** Praia da Enseada

IMPORTANTE TER EM MÃOS:

- documento oficial com foto;
- comprovante digital de inscrição.

Para a retirada de kit por um representante é necessário apresentar o termo de responsabilidade mais uma cópia do documento com foto do atleta no momento da retirada.

[Baixe o termo aqui e preencha.](#)

O tema desta etapa é a Embarcação Fenícia.

**Touca + Camiseta
+ Sacochila**



Percursos

GUARUJÁ

4 e 5 de maio
Praia da Enseada

CIRCUITO
MARES

Atenção:

Os PERCURSOS podem sofrer alteração,
em decorrência de condições climáticas.



Percursos

MARATONA AQUÁTICA

500m | 1km | 2,5km | 5km

Kids 50m | **Kids** 100m

Prova **CHALLENGE**

- 1- Largada em sentido horário.
- 2- Obrigatório contornar boias em todo o percurso.
- 3- Realizar 2 voltas completas;
- 4- Na 2ª passagem pelas boias duplas, ir em direção à praia.

Tempo limite de prova de 2h15min



05/05 - Domingo

- Primeira bateria: **8h30** - Masculino (Todas as categorias)
- Segunda bateria: **8h40** - Feminino (Todas as categorias)



Praia da Enseada
GUARUJÁ • 4 e 5 DE MAIO



Prova **MARATHON 2,5 km**

- 1- Largada em sentido horário.
- 2- Obrigatório contornar boias em todo o percurso.
- 3- Realizar 1 volta completa;
- 3- Na 2º passagem pelas boias duplas, ir em direção à praia.



05/05 - Domingo

- Primeira bateria: **8h0** - Masculino (Todas as categorias)
- Segunda bateria: **8h10** - Feminino (Todas as categorias)



Praia da Enseada
GUARUJÁ • 4 e 5 DE MAIO



Prova **SHORT 1 km**

- 1- Largada em sentido horário.
- 2- Obrigatório contornar boias em todo o percurso.
- 3- Realizar 1 volta completa.



05/05 - Domingo

- Primeira bateria: **10h30** - Masculino (Todas as categorias)
- Segunda bateria: **11h** - Feminino (Todas as categorias)



Praia da Enseada
GUARUJÁ • 4 e 5 DE MAIO



Prova **START 500m**

- 1- Largada em sentido horário.
- 2- Obrigatório contornar boias em todo o percurso.
- 3- Realizar 1 volta completa.



05/05 - Domingo

- Primeira bateria: **11h45** - Masculino (Todas as categorias)
- Segunda bateria: **12h15** - Feminino (Todas as categorias)



Praia da Enseada
GUARUJÁ • 4 e 5 DE MAIO



Prova Kids NATAÇÃO 50m e 100m

Largada 50m

- Percurso paralelo à praia.
- Contornar 1 boia.
- Chegada no Pórtico Mares.

Largada 100m

- Percurso paralelo à praia.
- Contornar 1 boia.
- Chegada no Pórtico Mares.



04/05 - Sábado

Primeira bateria: **15h15** - Masculino e Feminino

*Pode ser dividida em mais de uma bateria,
conforme numero total de participantes



Praia da Enseada
GUARUJÁ • 4 e 5 DE MAIO





Percurso

DESAFIO MARES

Revezamento misto | 4 x 500m

Prova
DESAFIO MARES 4 x 500m

Revezamento Misto

- 1- Equipes com 4 pessoas;
- 2- Largada em sentido horário;
- 3- Obrigatório contornar as boias em todo o percurso.
- 4- Cada atleta fará um percurso de 500m.

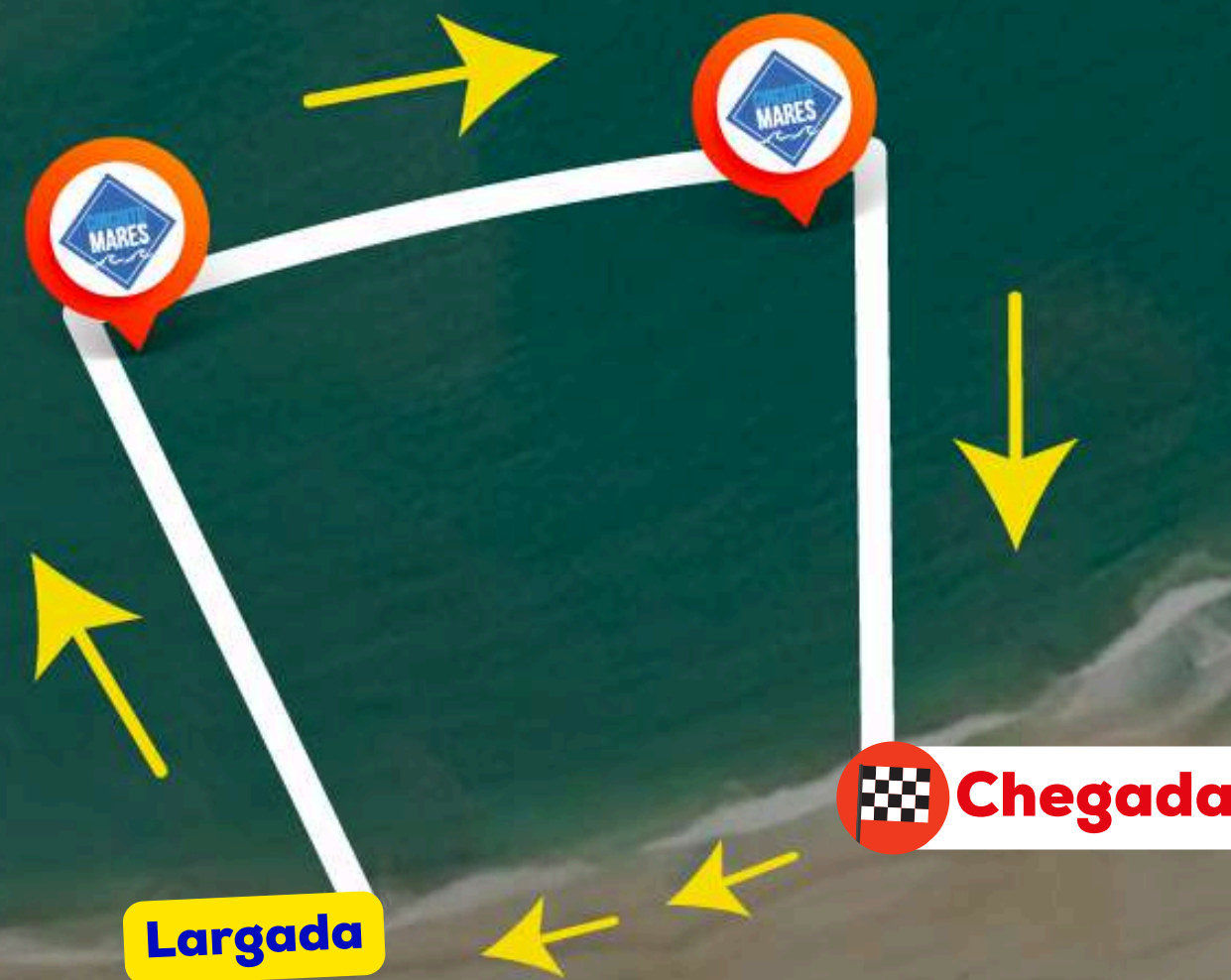
 **04/05 - Sábado**

Horário: **16h** - Misto (masculino e feminino)

*Equipes com 4 pessoas já inscritas no site.



Praia da Enseada
GUARUJÁ • 4 e 5 DE MAIO



Regras de Natação



É obrigatório ao atleta:

- conferir seus dados no **balizamento**.
- estar ciente das informações do **guia atleta e briefing**.
- estar presente no briefing **10 minutos antes** da largada.



Chip Tag preso no óculos.



Tatuagem aplicada no braço direito.

Roupa de borracha liberada!

Caso a temperatura da água esteja acima de 24°C, a organização irá proibir o uso e comunicar durante o brief técnico pré-prova.

Regras de Natação



Chip Tag Atenção para as cores de cada prova!



START
Laranja
500m



SHORT
Amarelo
1 km



MARATHON
Azul
2.5 km



CHALLENGE
Vermelho
5 km

Roupa de borracha liberada!

Caso a temperatura da água esteja acima de 24°C, a organização irá proibir o uso e comunicar durante o brief técnico pré-prova.

Chip Tag

A não devolução do CHIP de cronometragem acarretará uma multa no valor de R\$ 100,00 a ser paga pelo atleta ao final do evento, vetando a participação do atleta e equipe correspondente em outras etapas do CIRCUITO MARES até a quitação do débito.



Na retirada do seu Kit confira:

- Número de chip;
- Dados pessoais;
- Prova.

Roupa de borracha liberada!

Caso a temperatura da água esteja acima de 24°C, a organização irá proibir o uso e comunicar durante o brief técnico pré-prova.



Percursos
**AQUATHLON E
REVEZAMENTO**

1km natação + 5km corrida

Prova **AQUATHLON** 1 km Natação + 5km Corrida

Nível: Intermediário

- 1- Largada em sentido horário.
- 2- Obrigatório contornar boias em todo o percurso.
- 3- Realizar 1 volta;
- 4- Na passagem pelas boias próximo à praia, virar a esquerda em direção à praia à transição.
- 5- Ir em direção à área de transição e se preparar para a corrida;
- 6- Percurso de corrida misto, com variação de piso entre areia de praia, ruas com asfalto.

 **05/05 - Domingo**

- Primeira bateria: **7h30** - Masculino (Todas as categorias)
- Segunda bateria: **7h45** - Feminino (Todas as categorias) e todos os Revezamentos (Masc / Fem / Misto)



Praia da Enseada
GUARUJÁ • 4 e 5 DE MAIO



Regras Aquathlon



É obrigatório ao atleta:

- conferir seus dados no **balizamento**
- estar ciente das informações do **guia atleta e briefing**.
- estar presente no **briefing 10 minutos antes da largada**

TEMPO LIMITE para completar a prova 1h40

No **REVEZAMENTO** o atleta de corrida deve aguardar na área de transição em espaço determinado para troca de atletas.

O atleta **NÃO PODE** receber ajuda externa na área de transição.

Acesso a área de transição: 7h às 07h25



Tatuagem aplicada no braço direito.



Obrigatório uso de camiseta ou macaquinho. O numeral deverá estar visível a frente do tronco.



O chip está fixado no numeral de peito. O tempo da transição será contado com a natação.



Obrigatório o uso de tênis na corrida.



Para o **REVEZAMENTO** haverá uma pulseira no kit, que deve ser passada do nadador para o corredor na área de transição.

Roupa de borracha liberada!

Caso a temperatura da água esteja acima de 24°C, a organização irá proibir o uso e comunicar durante o brief técnico pré-prova.



Percursos
CORRIDA

5km | Kids 100m • 200m

Prova **CORRIDA 5km**

Nível: Intermediária

- 1- Percurso de corrida misto, com variação de piso entre areia de praia, ruas com bloquete e terra batida e passagem por leito de água.
- 2- Corrida com 2 voltas.
- 3 - Saída e chegada do mesmo ponto.

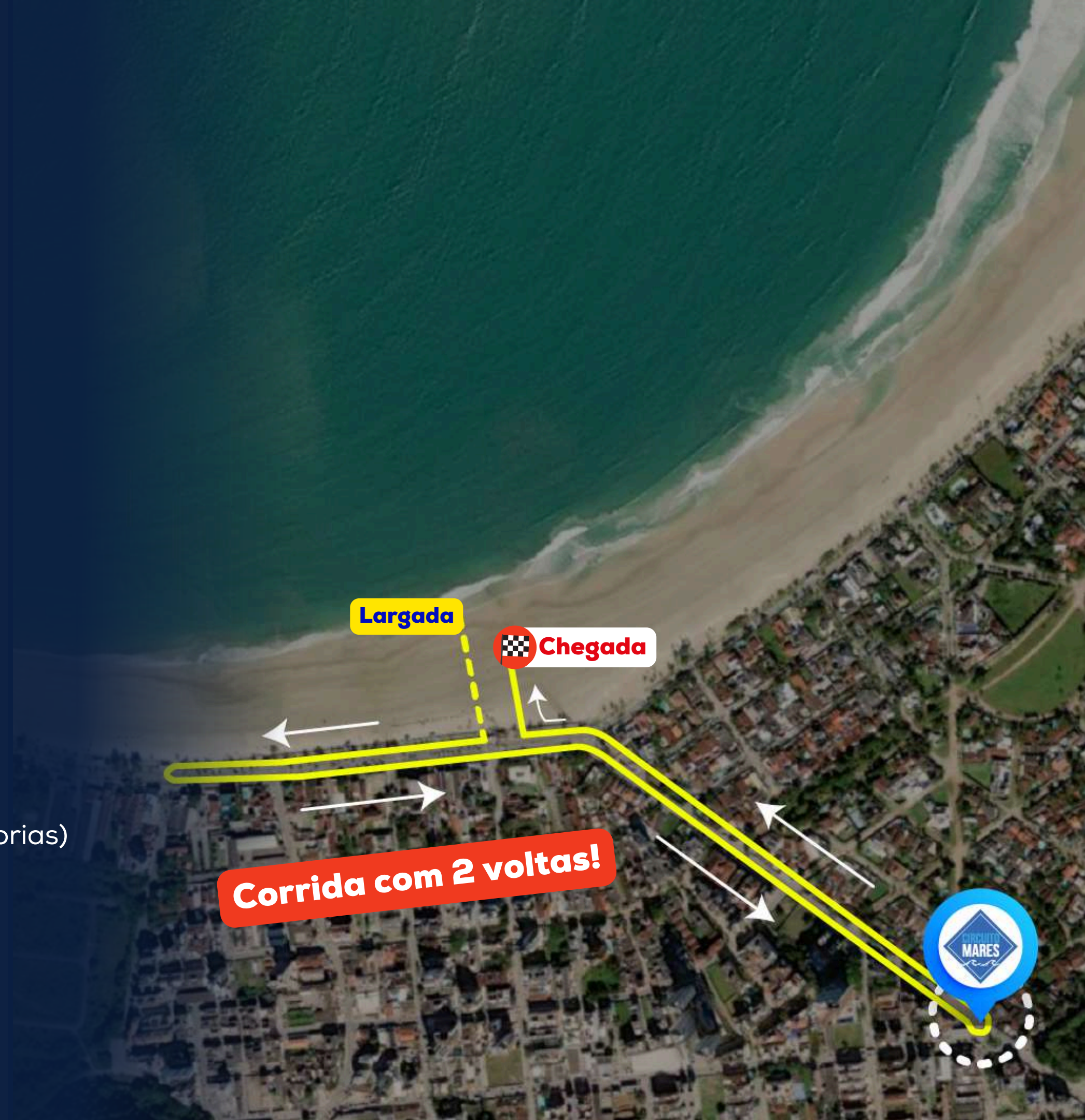


05/05 - Domingo

- Largada única, masculino e feminino: **7h30** (Todas as categorias)



Praia da Enseada
GUARUJÁ • 4 e 5 DE MAIO



Prova **Kids** **CORRIDA 100m e 200m**

Largada 100m

- Corrida na faixa de areia
- Chegada no Pórtico Mares

Largada 200m

- Corrida na faixa de areia
- Chegada no Pórtico Mares



04/05 - Sábado

- **100m:** Primeira bateria: **13h** - Masculino e Feminino
- **200m:** Primeira bateria: **13h15** - Masculino e Feminino

*Pode ser dividida em mais de uma bateria, conforme numero total de participantes



Praia da Enseada
GUARUJÁ • 4 e 5 DE MAIO



Regras da Corrida



É obrigatório ao atleta:

- conferir seus dados no **balizamento**
- estar ciente das informações do **guia atleta e briefing**.
- estar presente no briefing **10 minutos antes** da largada



Obrigatório uso de numeral visível a frente do tronco.



Obrigatório o uso de tênis.



Obrigatório uso de camiseta ou uso do macaquinho.

Prova será realizada no sábado, 04/05

- corrida na areia
- concentração em frente ao **backdrop**.
- largada pode ser fracionada em baterias por número de corredores.

Corrida 100m - até 6 anos

Corrida 200m - de 7 a 13 anos



Obrigatório uso de numeral visível a frente do tronco.



Obrigatório o uso de tênis.



Obrigatório uso de camiseta.



Percursos
STAND UP PADDLE

2,5km • 5km

Prova
SUP RACE 5 km

 **04/05 - Sábado**

• Primeira bateria: **13h45** - Masculino e Feminino

*Pode ser dividida em mais de uma bateria,
conforme numero total de participantes

Prova
SUP FUN 2,5 km

 **04/05 - Sábado**

• Primeira bateria: **13h30** - Masculino e Feminino

*Pode ser dividida em mais de uma bateria,
conforme numero total de participantes

- 1- Largada em sentido horário;
- 2- Obrigatório contornar boias em todo o percurso;
- 3- SUP Fun com 1 volta completa;
- 4- SUP Race com 2 voltas completas.



Praia da Enseada
GUARUJÁ • 4 e 5 DE MAIO



Regras SUP



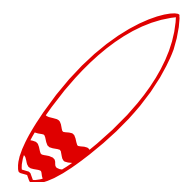
É obrigatório ao atleta:



*Obrigatório o uso de Leash.

1234

*Obrigatório o uso do numeral de peito visível a frente do tronco durante toda a prova.



*Apresentar seu equipamento no local de largada com 30 minutos de antecedência para checagem e identificação obrigatória.



*Obrigatório cruzar a linha de chegada empunhando o seu remo.

Ordem de largadas



04/05 • SÁBADO

CORRIDA KIDS • 100m

- Primeira bateria: **13h** • Masculino e Feminino
- *Pode ser dividida em mais de uma bateria conforme número total de participantes.

CORRIDA KIDS • 200m

- Primeira bateria: **13h15** • Masculino e Feminino
- *Pode ser dividida em mais de uma bateria conforme número total de participantes.

SUP RACE • 5km

- Primeira bateria: **13h45** • Masculino e Feminino
- *Pode ser dividida em mais de uma bateria conforme número total de participantes

SUP FUN • 2,5km

- Primeira bateria: **13h30** • Masculino e Feminino
- *Pode ser dividida em mais de uma bateria conforme número total de participantes

NATAÇÃO KIDS • 50m

- Primeira bateria: **15h15** • Masculino e Feminino
- *Pode ser dividida em mais de uma bateria conforme número total de participantes

NATAÇÃO KIDS • 100m

- Primeira bateria: **15h30** • Masculino e Feminino
- *Pode ser dividida em mais de uma bateria conforme número total de participantes

DESAFIO MARES - REVEZAMENTO 4x500m

- Primeira bateria: **16h** • Masculino e Feminino
- *Pode ser dividida em mais de uma bateria conforme número total de participantes

05/05 • DOMINGO

CORRIDA • 5km

- Largada única: **7h30** • Masculino e Feminino

AQUATHLON • 1km água + 5km terra

- Primeira bateria: **7h30** • Masculino (Todas as categorias)
- Segunda bateria: **7h45** • Feminino (Todas as categorias) e todos os revezamentos (Masc / Fem / Misto)

MARATHON • 2,5km

- Primeira bateria: **8h** • Masculino (Todas as categorias)
- Segunda bateria: **8h10** • Feminino (Todas as categorias)

CHALLENGE • 5km

- Primeira bateria: **8h30** • Masculino (Todas as categorias)
- Segunda bateria: **8h40** • Feminino (Todas as categorias)

SHORT • 1km

- Primeira bateria: **10h30** • Masculino (Todas as categorias)
- Segunda bateria: **11h** • Feminino (Todas as categorias)

START • 500m

- Primeira bateria: **11h45** • Masculino (Todas as categorias)
- Segunda bateria: **12h15** • Feminino (Todas as categorias)

Certificado



Certificado disponível
para impressão na
página de resultados
do nosso site.

Certificado

ETAPA 2
GUARUJÁ
04 e 05 maio 2024

Circuito Mares - 2º Etapa de 2024 | AQUATHLON
Praia da Enseada • 04 e 05 de Maio de 2024

Andrea Gonzalez

00:52:59.101

INTERATIVA
ESPORTE

Geral 75° / 220 | Sexo 13° / 31 | Categoria 2° / 4

FENÍCIA SPEEDO Prefeitura de Guarujá amino VITAL

É obrigatório consultar seu resultado logo após o término de sua prova

Não serão aceitas contestações de resultados após o início da premiação da prova.

Opções de consulta

- Retire seu resultado impresso na chegada da prova.
- Consulte por celular via QR-Code, que estará espalhado na arena.
- Mural com resultados impressos..

Haverá cerimônia de premiação no pódio

Congresso Técnico



30 de abril , às 19h30  Instagram: @circuitomaresbr

- esclarecimentos sobre o percurso;
- esclarecimentos sobre o regulamento do campeonato;
- comunicados importantes.

IMPORTANTE!

O Congresso Técnico será SOMENTE VIRTUAL e ficará salvo no Instagram do Circuito Mares.

Alterações de percurso ou horários de largadas por questões climáticas ou estruturais, poderão ser realizadas e serão comunicadas durante o congresso técnico virtual ou briefing que antecede a largada.

SPEEDO 

**VOCÊ NUNCA
NADOU COM
NADA IGUAL**

CONFORTO E REDUÇÃO DOS REFLEXOS



CONHEÇA E ADQUIRA ÓCULOS DAS LINHAS

FLOW E SWELL

ESTAREMOS NA 2ª ETAPA DO CIRCUITO MARES:



ARENA MARES

PRAIA DA ENSEADA
GUARUJÁ - SP

Aproveitem também nossa loja no evento, onde poderão adquirir os óculos Speedo e diversos produtos de alta qualidade para aprimorar sua prática esportiva.

VISITE NOSSA LOJA ONLINE





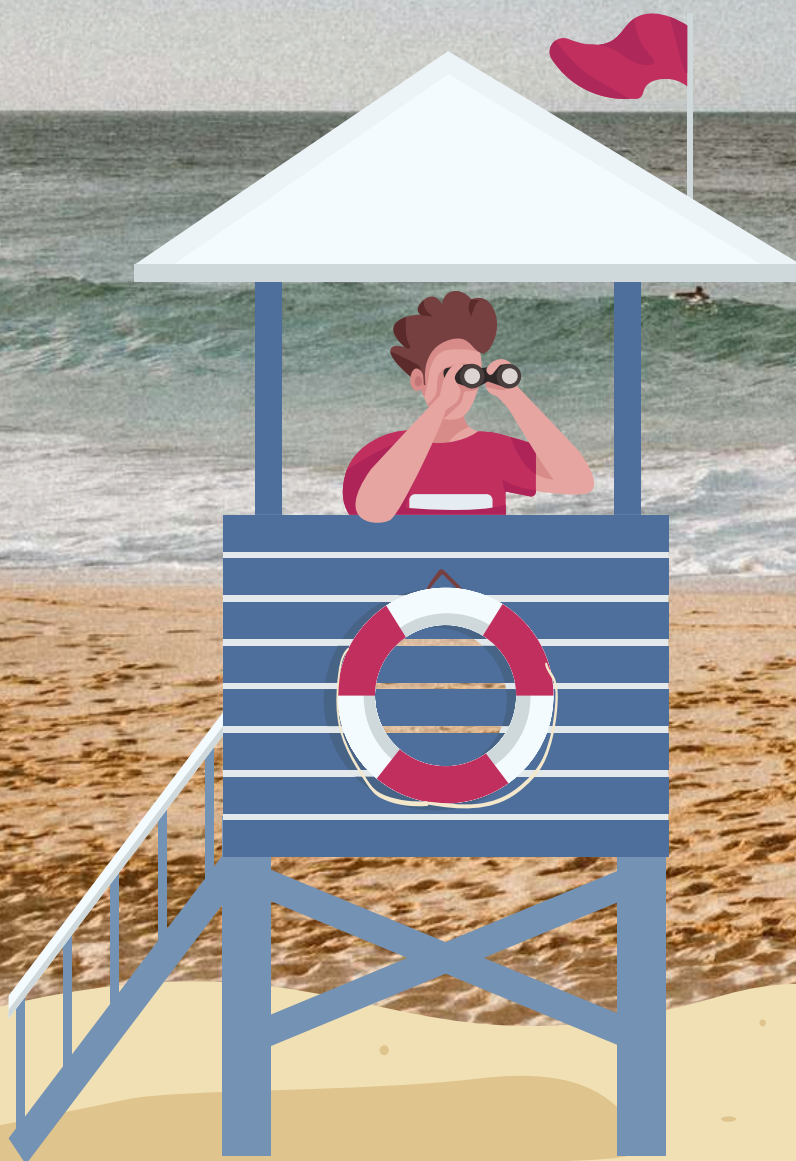
Uma tarde de brincadeiras de prevenção em afogamento na praia.



sobrasa.org



Sobrasa Kids



04/05 • De 12h às 18h
05/05 • De 7h30 às 12h
Praia da Enseada • Guarujá - SP

Vagas limitadas!





Durante o evento, na Arena Mares

COLETÃO Ação de coleta de resíduos

04/05 • De 12h às 18h. | 05/05 • De 7h30 às 12h

Praia da Enseada • Guarujá – SP



VENHA FAZER história



Realização



Temporada 2024



- ✓ **Caraguatatuba** • 2 e 3 Março
-  **Guarujá** • 4 e 5 Maio
- São Sebastião** • 29 e 30 Junho
- Ilhabela** • 28 e 29 Setembro
- Ubatuba** • 23 e 24 Novembro

Saiba mais!

Boa
PROVA

 circuitomaresbr

 Circuito Mares

#circuitomares

