



CLUBE NÁUTICO
ARARAQUARA

DATA	LOCAL	INSCRIÇÕES
19-04-2026 (domingo)	CLUBE NÁUTICO ARARAQUARA Rodovia Antonio Machado Sant'Anna, Km 63 SP 255 - Américo Brasiliense - SP	até 10-04-2026 23h59

MODALIDADES		
 Cross Country Corrida Cross Country Percurso de 6 km com obstáculos naturais, subidas e descidas.	 Aquathlon Aquathlon Sprint 750m Natação e 5 km Corrida	 Prova do Anjo Prova do Anjo – Kids e Iniciantes 100m - 250m e 500m de Águas Abertas com acompanhante (evento participativo)
 Prova do Sino Provas de Águas Abertas 2 x 250 m 3 x 500 m 3 x 1000 m onde os participantes saem da água e tocam um sino a cada volta.	 Prova Militar Prova Militar 800m Águas Abertas – exclusivo para guarda-vidas, PMs e Forças Armadas.	 Hero Race Desafio Hero Race 500 m natação + 1 km caiaque + 3 km corrida com largada em baterias (por sorteio)

PRAZOS DE INSCRIÇÃO		
LOTE 1 até 06 MAR	LOTE 2 07 a 31 MAR	LOTE 3 01 a 10 ABR



REGULAMENTO GERAL

Artigo 1º A Federação Aquática Paulista (FAP) tem como finalidade a promoção de eventos de Águas Aquáticas, almejando o desenvolvimento e a difusão da modalidade em todo o Estado de São Paulo.

Artigo 2º O Challenge Adventure Day é realizado em parceria com o Clube Náutico Araraquara e a Federação Paulista de Atletismo, desafiando os competidores em diferentes tipos de prova / modalidades.

Artigo 3º O Challenge Adventure Day será realizado na sede de campo, onde o participante deverá cumprir a distância / percursos e as regras de cada modalidade, estabelecidos pela organização do evento.

Artigo 4º As modalidades em disputa serão:

- Águas Abertas (nas distâncias de 100 m, 250 m, 500 m, 800 m, 1,5 km e 3 km)
- Aquathlon Sprint (750 m natação + 5 km corrida)
- Cross Country (6 km corrida com obstáculos naturais, subidas e descidas)
- Desafio Hero Race (500 m natação + 1 km de caiaque + 3 km de corrida)

Artigo 5º A organização, sob consulta ao órgão de segurança local (Corpo de Bombeiros), poderá determinar a alteração dos percursos, a interrupção das provas e até mesmo o cancelamento das mesmas, mediante situações climáticas desfavoráveis que venham a trazer perigo aos participantes.

Artigo 6º Cabe a organização geral do evento, a execução da parte técnica, a confecção e divulgação do regulamento geral e específico, a convocação da equipe de arbitragem credenciada, o aceite das inscrições, a aquisição da premiação, a divulgação e homologação dos resultados das provas, bem como a segurança geral no evento.

KIT ATLETA

Artigo 7º O KIT ATLETA é composto por uma sacochila, uma camiseta e uma medalha de participação alusiva), será entregue somente ao titular da inscrição de acordo com a programação de retirada, mediante apresentação de documento pessoal. Na sua ausência, perderá o direito ao mesmo.



§ 1º O participante que optar pela aquisição do KIT ATLETA deverá informar o tamanho da sua camiseta (PP-P-M-G-GG-EXG) no ato da inscrição.

AS INSCRIÇÕES

Artigo 8º Ao realizar a inscrição, o atleta fica ciente que deverá cumprir as normas deste regulamento.

Artigo 9º Ao descumprir as regras neste regulamento, o atleta fica ciente que estará suscetível à desclassificação, conforme determinação da equipe de arbitragem e organização.

Artigo 10º As despesas com transporte, estadia e alimentação são de responsabilidade dos participantes.

Artigo 11º As inscrições podem ser realizadas pelo site da FAP (entidades filiadas e vinculadas), pela plataforma www.ticketsports.com.br (avulsos, assessorias e entidades não filiadas), disponível nas redes sociais, de acordo com as instruções e valores discriminados em cada uma delas.

Artigo 12º O valor da taxa de inscrição individual seguirá de acordo com as tabelas abaixo:

VALORES		
INSCRIÇÃO COM KIT	LOTE 1 até 06 MAR	LOTE 2 de 7 a 31 MAR
Prova do Sino: Águas Abertas: 500m – 1,5 k – 3 k	R\$ 195,00	R\$ 215,00
Prova do Anjo: Águas Abertas: 100m – 250m – 500m	R\$ 175,00	R\$ 195,00
Aquathlon: 750 natação + 5 km corrida	R\$ 215,00	R\$ 235,00
Cross Country: 6 km Corrida	R\$ 225,00	R\$ 245,00
Prova Militar: 800m Águas Abertas	R\$ 165,00	R\$ 185,00
Desafio Hero Race: nadar + remar + correr	R\$ 245,00	R\$ 265,00

VALORES			
INSCRIÇÃO SEM KIT	LOTE 1 até 06 MAR	LOTE 2 de 7 a 31 MAR	LOTE 3 de 1 a 10 ABR
Prova do Sino: Águas Abertas: 500m – 1,5 k – 3 k	R\$ 170,00	R\$ 190,00	R\$ 215,00
Prova do Anjo: Águas Abertas: 100m – 250m – 500m	R\$ 150,00	R\$ 160,00	R\$ 200,00
Aquathlon: 750 natação + 5 km corrida	R\$ 190,00	R\$ 210,00	R\$ 240,00
Cross Country: 6 km Corrida	R\$ 200,00	R\$ 220,00	R\$ 250,00
Prova Militar: 800m Águas Abertas	R\$ 140,00	R\$ 160,00	R\$ 190,00
Desafio Hero Race: nadar + remar + correr	R\$ 220,00	R\$ 240,00	R\$ 270,00

Artigo 13º Um desconto especial será oferecido para GRUPOS, EQUIPES E ASSESSORIAS:

§ único A cada 15 inscrições a 16ª inscrição é gratuita. Caso tenha 30 inscrições = 2 inscrições gratuitas (e assim por diante). Inscrições precisam ser feitas num só lote / planilha. Entre em contato com nosso representante pelo whatsApp 011-99378-2203 para maiores informações.



Artigo 14º Inscrição em prova extra possui um valor único de R\$ 100,00 (não dá direito à 2 KITS).

Artigo 15º A troca de prova pode ser realizada mediante solicitação por e-mail (moliveira@aquaticapaulista.org.br) e pagamento de uma taxa adicional de R\$ 50,00, desde que esteja dentro do prazo de inscrição.

ASSOCIADOS DO CLUBE NÁUTICO ARARAQUARA POSSUEM DESCONTO EXCLUSIVO

Artigo 16º Condições exclusivas para sócios:

§ 1º As inscrições de associados do Clube Náutico Araraquara serão realizadas exclusivamente na secretaria do clube – prazo limite vai até 31 de março de 2025.

§ 2º A condição de associado ativo será validada mediante confirmação de dados junto à secretaria do clube.

Artigo 17º Inscrições realizadas na plataforma ticketsports não serão somadas às agremiações filiadas inscritas pelo sistema on-line da FAP (para efeito de desconto).

Artigo 18º O pagamento das inscrições realizadas pelo sistema FAP deverá ser feito por **PIX (Chave CNPJ: 43.290.816.0001-00)**, enviando o comprovante para financeiro@aquaticapaulista.org.br e moliveira@aquaticapaulista.org.br identificando a agremiação, o evento, seu nome e prova.

§ único O pagamento da taxa de inscrição de associados deverá ser feito diretamente no Clube Náutico.

Artigo 19º As inscrições realizadas pela plataforma www.ticketsports.com.br terão um acréscimo referente a taxa de conveniência.

Artigo 20º Não será aceito inscrições fora dos prazos estabelecidos neste regulamento.

Artigo 21º A FAP, através da Supervisão de Águas Abertas e a diretoria do Clube Náutico Araraquara, reservam-se ao direito do parecer final sobre o aceite das inscrições recebidas.

CONVITE DE ENTRADA NO CLUBE PARA ACOMPANHANTES – CONDIÇÕES:

Artigo 22º Para crianças até 12 anos de idade, a entrada no clube é gratuita.

Artigo 23º Para entrada de acompanhante, o valor do convite individual é de R\$ 50,00. Venda direto na portaria do clube.

Artigo 24º A entrada de acompanhantes só é permitida mediante a aquisição do convite. O mesmo, dá direito ao day-use nos espaços de lazer do clube (cachoeira, campo de futebol, quadra de beach-tenis, quadra de areia, playground, tênis de mesa, skate, etc.). Para uso da piscina é necessário fazer exame médico (disponível no período entre 11h00 e 12h30) – taxa R\$ 10,00 por pessoa.

Artigo 25º Não há cobrança de taxa de estacionamento.

PROVAS, CATEGORIAS E PREMIAÇÃO:

Artigo 26º Seguirá de acordo com as tabelas abaixo:



MODALIDADE	CATEGORIA	FAIXA ETÁRIA	PREMIAÇÃO
AQUATHLON 750m natação + 5k corrida	FEM E MASC ABSOLUTO	2013 em diante	1º ao 5º Lugar Geral Fem e Masc em cada modalidade
CORRIDA CROSS COUNTRY 6k corrida			
DESAFIO HERO RACE 500m natação + 1k caiaque + 3k corrida			

MODALIDADE	PROVA	CATEGORIA	FAIXA ETÁRIA	PREMIAÇÃO
PROVA DO ANJO 1 participante + 1 anjo acompanhando	100m natação	KIDS	2012 a 2019	Por participação
	250m natação	INÍCIO	2013 em diante	
	500m natação	FÔLEGO		

MODALIDADE	PROVA	CATEGORIA	FAIXA ETÁRIA	PREMIAÇÃO
PROVA DO SINO SPRINT	2x 250m natação	SPRINT 1	2014 e 2015	3 primeiros colocados FEM e MASC de cada categoria
		SPRINT 2	2012 e 2013	
		SPRINT 3	2011 em diante	
PROVA DO SINO AMADOR	3x 500m natação	INFANTIL	2012 e 2013	
		JUVENIL	2010 e 2011	
		JUNIOR	2007 a 2009	
		SENIOR	2002 a 2006	
		MASTER 1	1992 a 2001	
		MASTER 2	1982 a 1991	
		MASTER 3	1972 a 1981	
		MASTER 4	1962 a 1971	
		MASTER 5	1961 em diante	
PROVA DO SINO ELITE	3x 1000m natação	ELITE 1	2010 a 2013	
		ELITE 2	2002 a 2009	
		ELITE 3	1982 a 2001	
		ELITE 4	1962 a 1981	
		ELITE 5	1961 em diante	

MODALIDADE	CATEGORIA	FAIXA ETÁRIA	PREMIAÇÃO
PROVA MILITAR 800m natação	FEM ABSOLUTO	ADULTO	1º ao 5º Lugar Geral
	MASC ABSOLUTO		



REGULAMENTO ESPECÍFICO

AQUATHLON

- 1) A prova é individual e o participante deverá cumprir a distância total de 750m natação e 5 k de corrida.
- 2) O participante concorre na categoria absoluta (sem divisão de faixa etária). Os atletas do masculino e feminino participam de provas distintas. A idade mínima para participar é de 13 anos (2013 em diante).
- 3) Cada atleta deve apresentar seu material de prova na área de transição no horário determinado pela organização, dentro de um recipiente próprio (caixa ou bolsa).
- 4) O percurso de natação será realizado na forma de circuito, utilizando-se boias de contorno para cumprir o trajeto total.
- 5) O uso de roupa de borracha / wetsuit, maiôs com zipper é livre.
- 6) As largadas poderão acontecer na forma de baterias a fim de proporcionar maior assistência aos participantes no transcorrer da prova.
- 7) Ao terminar o trajeto aquático o participante deve dirigir-se à área de transição determinada pela organização.
- 8) A corrida deve iniciar com o participante usando tênis de corrida e camiseta. A sua identificação de prova (numeral de peito) deve permanecer sempre visível na frente do corpo.
- 9) O trajeto da corrida deve ser feito de acordo com as informações da organização.
- 10) Haverá pontos de controle de passagem a fim de assegurar que o percurso seja cumprido na totalidade.
- 11) Ao completar a corrida, o participante deverá fazer a retirada do seu material na área de transição. Apenas o próprio atleta poderá fazê-lo.
- 12) Somente embarcações e veículos da prova são permitidos no perímetro da mesma.
- 13) É obrigatória a presença do atleta na premiação. Ao não fazê-lo, o atleta perderá o direito a mesma.
- 14) A classificação final será absoluta (não havendo divisão de categorias),
- 15) Serão premiados os 5 primeiros colocados no geral, feminino e masculino.

CORRIDA CROSS COUNTRY

- 1) A prova é individual e o participante deverá cumprir a distância total da 6 k de corrida.
- 2) O participante concorre na categoria absoluta (sem divisão de idade). Os atletas do masculino e feminino participam de provas distintas. A idade mínima para participar é de 13 anos (2013 em diante).
- 3) O percurso poderá ser disputado em terra, asfalto, piso duro, misto, trilhas, com obstáculos naturais, etc.



- 4) O mapa do percurso será apresentado aos participantes no briefing que antecede a largada.
- 5) O percurso será disputado na forma de circuito (voltas de 2 k), completando-se as voltas necessárias para alcançar a distância final da prova.
- 6) Haverá pontos de controle de passagem para garantir que o percurso seja cumprido na sua totalidade.
- 7) A largada poderá ser realizada em bloco único ou separando o naipe masculino do feminino.
- 8) O atleta deve competir usando tênis de corrida e camiseta. A sua identificação de prova (numeral de peito) deve permanecer sempre visível na frente do corpo.
- 9) O trajeto da corrida deve ser feito de acordo com as informações da organização.
- 10) Somente veículos da prova são permitidos no perímetro da mesma.
- 11) É obrigatória a presença do atleta na premiação. Ao não fazê-lo, o atleta perderá o direito ao mesmo.
- 12) Serão premiados os 5 primeiros colocados (fem e masc).

DESAFIO HERO RACE

- 1) A prova é individual e o participante deverá cumprir a distancia total de cada modalidade (500m de natação – 1 k de caiaque – 3 k de corrida) para completar a prova.
- 2) O participante concorre na categoria absoluta (sem divisão de categorias). Os atletas do masculino e feminino participam de provas distintas. A idade mínima para participar é de 13 anos (2013 em diante).
- 3) Os atletas devem possuir seu próprio caiaque, e deverão apresentá-lo na área de transição da natação / caiaque (margem da represa). O modelo de caiaque permitido para a prova é o individual (sem sistema de pedal, hélice e leme)
- 4) Cada atleta deve apresentar seu material de prova (tênis, camiseta, hidratação, etc) na área de transição seca, nos horários determinados pela organização, dentro de um recipiente próprio (caixa ou bolsa).
- 5) O mapa do percurso será apresentado aos participantes no briefing que antecede a largada
- 6) O percurso de natação será realizado na forma de circuito, utilizando-se boias de contorno para cumprir o trajeto total.
- 7) O uso de roupa de borracha / wetsuit, maiôs com zipper é livre.
- 8) As largadas poderão acontecer na forma de baterias a fim de proporcionar maior assistência aos participantes durante a prova.
- 9) Ao terminar o trajeto aquático o participante deve dirigir-se à área de transição situada na margem da represa para dar início à prova de caiaque.
- 10) O percurso de caiaque será realizado na forma de circuito, utilizando-se boias de contorno para cumprir o trajeto total.



- 11) Ao finalizar o trajeto de caiaque, o competidor deve dirigir-se à área de transição seca, para dar início à corrida.
- 12) A corrida deve iniciar com o participante usando tênis de corrida e camiseta. A sua identificação de prova (numeral de peito) deve permanecer sempre visível na frente do corpo.
- 13) O trajeto da corrida deve ser feito de acordo com as informações da organização.
- 14) Haverá pontos de controle de passagem afim de assegurar que o percurso seja cumprido na totalidade.
- 15) Ao completar a corrida, o participante deverá fazer a retirada do seu material na área de transição seca e molhada (junto à represa). Apenas o próprio atleta poderá fazê-lo.
- 16) Somente embarcações e veículos da prova são permitidos no perímetro da prova.
- 16) A classificação final será absoluta (não havendo divisão por faixa etária).
- 17) Serão premiados os 5 primeiros colocados no geral, feminino e masculino.
- 18) É obrigatória a presença do atleta na premiação. Ao não fazê-lo, o atleta perderá o direito a mesma.

PROVA DO ANJO

- 1) A prova do anjo é destinada aos iniciantes na modalidade de Águas Abertas, estimulando a sua participação nas provas com conforto e segurança.
- 2) O participante tem direito a um acompanhante (anjo), sendo este um atleta experiente, um professor, treinador, familiar / amigo que vai acompanhar e incentivar o participante a concluir a prova.
- 3) O anjo não paga taxa de inscrição e não recebe medalha de participação, e deverá adquirir o convite individual para acessar o Clube Náutico Araraquara – com direito ao day-use.
- 4) A prova será realizada em 3 diferentes distâncias / faixas etárias:
 - 100m - KIDS - nascidos entre 2012 e 2019**
 - 250m - INÍCIO - nascidos em 2013 em diante**
 - 500m - FÔLEGO - nascidos em 2013 em diante**
- 5) O mapa do percurso será apresentado aos participantes no briefing que antecede cada largada.
- 6) O percurso será realizado na forma de circuito, utilizando-se boias de contorno para cumprir o trajeto.
- 7) O anjo sob hipótese alguma deve empurrar ou puxar o participante. Seu papel é dar escolta e o apoio motivacional necessário para seu parceiro (a), sem interferir no contexto da prova e na participação dos demais nadadores.
- 8) A prova do anjo tem caráter apenas participativo não havendo classificação final.
- 9) Somente embarcações oficiais e de apoio da prova são permitidas no perímetro aquático.



- 10) Apenas o atleta inscrito deve cruzar alinha de chegada, tocando na placa do pódio de chegada. O anjo / acompanhante deve passar pela lateral do portico de chegada.
- 11) Todos atletas que completarem a prova receberão uma medalha FINISHER do evento.

PROVA DO SINO

- 1) Trata-se de uma prova individual de Águas Abertas realizada na forma de circuito, utilizando-se boias de contorno na água e um circuito água / terra para completar cada volta.
- 2) A prova terá 3 diferentes distancias:

2x 250m	- SPRINT	- 2015 em diante
3x 500m	- AMADOR	- 2013 em diante
3x 1000m	- ELITE	- 2013 em diante
- 3) O mapa dos percurso será apresentado aos participantes no briefing que antecede cada largada.
- 4) Cada distância possui uma subdivisão específica de categorias, de acordo com a faixa etária.
- 5) O pódio de volta estará posicionado numa área seca demarcada pela organização, e o participante deverá sair da água (cerca de 10 metros), passar por este pódio, tocar o sino, e retornar para completar o número de voltas referente ao percurso total de sua prova.
- 6) A chegada será realizada sob um pódio aquático, onde o nadador deverá tocar na placa de chegada para finalizar a prova.
- 7) O uso de roupa de borracha / wetsuit, maiôs com zipper é livre.
- 8) As largadas poderão acontecer na forma de baterias dependendo do número de inscritos em cada distância (masculino, feminino ou por categoria), a fim de proporcionar maior assistência aos participantes durante a prova.
- 9) Somente embarcações oficiais são permitidas no perímetro da prova.
- 10) A classificação final será feita por categoria e sexo. Serão premiados os 3 primeiros colocados de cada prova, categoria e sexo.
- 11) É obrigatória a presença do atleta na premiação. Ao não fazê-lo, o atleta perderá o direito a mesma.

PROVA MILITAR

- 1) A prova é individual e o participante deverá cumprir a distância de 800m de natação equipada (com nadadeira). O quesito primordial de participação é ser guarda-vidas, GCM, PM ou militar das Forças Armadas (na ativa) para estar apto a se inscrever.
- 2) O participante concorre na categoria absoluta (sem divisão por faixa etária). Os atletas do masculino e feminino participam de provas distintas.



- 3) Na prova militar equipada o participante deve fazer uso de nadadeira. Este material não será fornecido pela organização, e o nadador se responsabilizará em apresentar à organização o mesmo no início da prova. O uso de snorkel é opcional. Qualquer outro tipo de material não é permitido (palmar, etc).
- 4) Caso o participante opte por fazer a prova sem equipamento, o mesmo vai concorrer normalmente com os demais participantes equipados.
- 5) O percurso único de 800m de natação será realizado na forma de circuito, utilizando-se boias de contorno para cumprir o trajeto total.
- 6) O mapa do percurso será apresentado aos participantes no briefing que antecede a largada.
- 7) O uso de roupa de borracha / wetsuit, maiôs com zipper é livre.
- 8) As largadas poderão acontecer na forma de baterias a fim de proporcionar maior assistência aos participantes durante a prova.
- 9) Somente embarcações oficiais e de apoio da prova são permitidas no perímetro aquático.
- 10) A chegada será realizada sob um pórtico aquático, onde o nadador deverá tocar na placa de chegada para finalizar a prova.
- 11) A classificação final será feita pela ordem de chegada. Serão premiados os 5 primeiros colocados de cada naipe (feminino e masculino).
- 12) É obrigatória a presença do atleta na premiação. Ao não fazê-lo, o atleta perderá o direito a mesma.

PREMIAÇÃO GERAL

Artigo 27º Não haverá premiação por equipes. Cada modalidade possui sua PREMIAÇÃO INDIVIDUAL específica.

MOTIVOS DE DESCLASSIFICAÇÃO:

Artigo 28º É passivo de desclassificação:

- § 1º O atleta que não estiver com a devida identificação correspondente à sua modalidade / prova.;
- § 2º O atleta, seu acompanhante, ou treinador (a) que cometer ato de indisciplina, desacato ou ofensa;
- § 3º O atleta que não cumprir o trajeto pré-determinado de sua modalidade / prova;
- § 4º O atleta que participar fora de sua respectiva categoria, bateria ou prova;
- § 5º O atleta que desobedecer as orientações da organização / arbitragem / corpo de bombeiros;
- § 6º O atleta que deixe de cumprir qualquer regra específica da sua modalidade / prova.



§ 7º A equipe, cujo treinador, acompanhante ou torcedor desrespeite os membros da organização, o bom andamento das provas, bem como as orientações sobre os espaços permitidos aos mesmos.

BOIA DE SEGURANÇA

Artigo 29º A FAP oferecerá uma boia de segurança (opcional) para os nadadores que eventualmente necessitem deste equipamento (provas aquáticas).

Artigo 30º O participante de posse da boia individual deverá devolvê-la junto à organização do evento, tão logo termine a sua prova. Caso não o faça, deverá arcar com o custo de R\$ 200,00.



TERMO DE RESPONSABILIDADE E DIREITO DE IMAGEM

Artigo 31º No ato da inscrição para o evento, o participante e/ou seu responsável toma ciência deste regulamento e declara:

Estar ciente, concordando, e assumindo total responsabilidade por seus atos, isentando os organizadores, patrocinadores e apoiadores de qualquer responsabilidade ou ressarcimento, conforme o conteúdo deste documento.

- 1) Declaro estar em plena condição física e mental para participar do evento, estando também ciente dos riscos inerentes à atividade física e das especificidades da modalidade;
- 2) Como responsável legal, assumo total responsabilidade pelos meus atos durante o evento, bem como, por quaisquer danos, sejam eles moral ou material, causados por mim a terceiros, isentando a instituição organizadora do evento;
- 3) Autorizo, de forma espontânea, gratuita, irrevogável e irretratável a captação e fixação de imagens e gravações de áudio e vídeo durante o evento. A instituição organizadora, patrocinadores e parceiros estão autorizados a usar estes dados para finalidade legítima de incentivo ao esporte, a qualquer tempo, em número ilimitado de vezes e em qualquer meio de comunicação;
- 4) Declaro estar ciente que os pertences do atleta são de sua exclusiva responsabilidade;
- 5) O participante deve seguir rigorosamente as recomendações da organização durante a realização do evento.

DISPOSIÇÕES GERAIS

Artigo 30º A organização do evento irá dispor de uma área GUARDA VOLUMES específica para atendimento dos atletas inscritos. .

Artigo 31º O evento Challenge Adventure Day tem característica de provas competitivas e de participação, abrangendo assim participantes de todos os níveis de treinamento.



Artigo 32º O Árbitro Chefe, poderá, se assim julgar necessário, constituir um Conselho Técnico ou Disciplinar a fim de deliberar sobre os casos omissos no regulamento.

Artigo 33º A FAP, mediante consulta dos órgãos de segurança, poderá alterar o horário, distancia e percurso das provas afim de resguardar a integridade física dos participantes.

Artigo 34º Fica o participante ciente que mediante o cancelamento das provas por fatores climáticos, o evento será realizado na semana seguinte, com data e horários a serem confirmados.

Artigo 35º Revogam-se as disposições em contrário.

PROGRAMAÇÃO

Dia 19 de abril (dom)

07h as 15h - RETIRADA DE KITS – No Clube Náutico Araraquara

07h45 - Abertura Oficial

08h00 - Largada Corrida Cross Country

08h15 - Abertura da Área de transição da prova Hero Race

09h00 - Largada Hero Race (natação + caiaque + corrida)

11h00 - Largada Prova do Anjo (com acompanhante)

12h45 - Abertura da Área de transição da prova de Aquathlon

13h30 - Largada Aquathlon (natação + corrida)

14h00 - Largada Prova Militar Equipada (com nadadeira)

15h00 - Largada Prova do Sino (Águas Abertas)

IMPORTANTE: Os participantes deverão se dirigir à tenda da organização com 1 hora de antecedência para a largada de sua prova para retirada de número de peito e decalques (utilizados na identificação dos participantes). O uso de identificação é obrigatório em todas as provas.

