



JOGOS ESCOLARES DO RIO DE JANEIRO

REGULAMENTO ESPECÍFICO TRIATHLON

JOGOS ESCOLARES DO RIO DE JANEIRO

JERJ - 2026

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO



JERJ 2026

JOGOS ESCOLARES DO RIO DE JANEIRO

SUMÁRIO

CAPÍTULO I – Da Participação	3
CAPÍTULO II – Das Normas Técnicas	4
CAPÍTULO III – Da Seleção Para os Jogos da Juventude	10
CAPÍTULO IV – Da Coordenação da Competição	12
CAPÍTULO V – Da Premiação	12
CAPÍTULO VI – Dos Uniformes	12
CAPÍTULO VII – Da Reunião Técnica	13
CAPÍTULO VIII – Das Disposições Gerais	13

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO



CAPÍTULO I – Da Participação

Art. 1º- A competição de Triathlon, nos Jogos Escolares do Rio de Janeiro - JERJ 2026, será realizada de acordo com as regras oficiais da World Triathlon, adotadas pela Confederação Brasileira de Triathlon e seguidas pela Federação de Triathlon do Estado do Rio de Janeiro, salvo o estabelecido neste regulamento.

Art. 2º- A competição será em DISPUTA ÚNICA; tendo seu resultado classificatório a nível Regional concedido pela CRONOMETRAGEM. Esta medida foi tomada em prevenção ao desgaste dos atletas e viabilizando uma competição justa e segura.

Art. 3º - As competições serão disputadas em 2 (duas) categorias:

- Categoria A (11 a 14 anos, nascidos em 2015, 2014, 2013 e 2012) e
- Categoria B (15 a 17 anos, nascidos em 2011, 2010 e 2009).

Art. 4º - As competições serão em disputa individual por sexo.

Art. 5º - Não existirá limite de inscritos por Unidade Escolar.

Art. 6º - O aluno/atleta deverá comparecer ao local da competição com antecedência de no mínimo 01 hora (uma hora) antes do início da competição e devidamente uniformizado e apresentar os seguintes documentos obrigatórios descritos no Regulamento Geral:

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO



Art. 7º - As competições serão realizadas na distância Super Sprint, que compreende as distâncias de 250 a 300 metros de natação, 6,5 a 8 km de ciclismo e 1,7 a 2 km de corrida.

Art. 8º - Todos os participantes do evento (Professores, Técnicos, Aluno/Atletas e Oficiais) deverão ter conhecimento dos regulamentos geral e específico da modalidade, fazer um check list antes de todas as provas, verificar se todos estão com seus uniformes, números de peito, capacetes, sapatilhas, bicicletas etc., lembrando que também são responsáveis pelos atletas que se encontram sob sua tutela no evento.

CAPÍTULO II – Das Normas Técnicas

Art. 9º - Todos os alunos/atletas deverão se retirar da área de transição dentro do horário limite estipulado pela organização do evento, consoante à programação da competição, com a possibilidade de penalização de desclassificação, em função da inobservância desta determinação, com consequente não participação do evento.

Art. 10º - Todo material de competição específico e que seja deixado na área de transição pelo aluno/atleta só poderá ser retirado após a autorização do Delegado Técnico, considerando o horário previsto para a retirada do material. Para essa finalidade, o aluno/atleta deverá estar devidamente identificado através de seu número de competição, por meio de tatuagem e/ou número de peito, bem como o chip de cronometragem.

Art. 11º - A não devolução do chip de cronometragem implicará em uma penalização ao aluno/atleta.

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

Art. 12º - Caso o aluno/atleta observe a ausência de parte de seu material de competição deixado na área de transição, uma imediata comunicação deverá ser feita a qualquer Oficial Técnico e a organização do evento para que sejam tomadas providências, não sendo aceitas comunicações posteriores ao encerramento do evento. A organização do evento não se responsabiliza por nenhum pertence de alunos/atletas extraviados dentro ou fora da área de transição.

Art. 13º - Todos os alunos/atletas deverão completar o percurso de cada um dos segmentos da competição em sua totalidade, evitando assim a possibilidade de penalização de desqualificação da competição pela não conclusão destes.

Art. 14º - Quaisquer tipos de agressões físicas ou morais providas de alunos/atletas, direcionadas a qualquer um dos membros da organização da competição, serão penalizadas com desqualificação imediata do aluno/atleta agressor nos eventos do Triathlon nos Jogos Escolares.

Art. 15º - É de uso obrigatório a utilização do chip de competição durante todo o transcurso desse e em todos os momentos.

Art. 16º - As penalizações aplicadas aos atletas em qualquer um dos segmentos da competição por parte dos Oficiais Técnicos atuantes no evento estarão em conformidade com as Regras de Competição ("Competition Rules") mais atualizada da World Triathlon, sendo que todos os alunos/atletas, de todas as categorias, além dos técnicos destes, deverão obrigatoriamente ter ciência dessas regras, suas aplicações e implicações.

Art. 17º - Em caso de abandono de competição (por qualquer motivo ou razão), o aluno/atleta obrigatoriamente deverá informar os Oficiais Técnicos e a organização

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO



do evento de sua retirada voluntária da competição, visando a própria segurança do aluno/atleta e dos demais.

Art. 18º - Na hipótese de divergência entre o Regulamento Geral e Regulamento Específico da modalidade, prevalecerá o disposto no Regulamento Específico da modalidade.

Seção I – Natação

Art. 19º - A distância da etapa de natação será de 250 a 300 metros, preferencialmente em águas abertas. Nas etapas que estejam previstas a natação em águas abertas e, por qualquer motivo, exista algum risco e/ou perigo para os atletas, a natação será cancelada e a prova transformada em Duathlon, no formato corre X pedala X corre. A primeira corrida será, em distância, a metade da segunda corrida, conforme descrito nas Regras de Competição da World Triathlon.

Art. 20º- O tempo limite para conclusão da etapa de natação será de 10 (dez) minutos, contados a partir do horário de largada do atleta. Nos casos de extrapolação deste tempo, o atleta será retirado da água por motivos de segurança e não poderá continuar na competição.

Art. 21º- Todos os alunos/atletas deverão se posicionar próximos a área de largada com alguma antecedência ao horário previsto na programação do evento e, no caso de ocorrerem eventuais alterações na programação horária, informações atualizadas serão transmitidas através dos meios de comunicação local e deverão ser observadas em detalhe pelos alunos/atletas.

Art. 22º - O percurso da natação será marcado por bóias náuticas de tamanho e

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

coloração destacados, sendo obrigatório aos alunos/atletas realizar o contorno destas, conforme detalhado pela organização do evento durante o briefing técnico. A inobservância desta obrigação acarretará na possibilidade de penalização de desclassificação do atleta, consoante as Regras de Competição da World Triathlon.

Art. 23º - É obrigatório o uso da touca de natação oficial do evento.

Art. 24º - É proibida a utilização de qualquer equipamento que auxilie a natação do aluno/atleta, exceto óculos de natação e roupa de borracha (wetsuit), no caso de ser permitida em razão da baixa temperatura da água.

Art. 25º - Nos casos de permissão do uso da roupa de borracha (wetsuit), serão observadas e aplicadas as Regras de Competição da World Triathlon para a natação e seu respectivo detalhamento de utilização.

Art. 26º- Não será permitido o auxílio de quaisquer pessoas externas à competição e terceiros, em momento algum na natação, sendo caracterizado como ajuda externa, com possibilidade de penalização de desclassificação do aluno/atleta, consoante as Regras de Competição da World Triathlon.

Seção II – Ciclismo

Art. 27º- A distância da etapa de ciclismo será de 6,5 a 8 km em percurso asfaltado e, nos casos de condições de realização desta modalidade que ofereçam risco aos participantes, esta poderá ser cancelada e o evento será transformado em Aquathlon, conforme descrito nas Regras de Competição da World Triathlon.

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO



Art. 28º- O tempo limite para a conclusão da etapa do ciclismo é de 40 (quarenta) minutos contados a partir do horário de largada do aluno/atleta, já somado ao tempo limite da natação. Em casos de extrapolação desse tempo, o aluno/atleta será retirado do percurso por motivos de segurança e não poderá continuar na competição.

Art. 29º - Conforme descrito nas Regras de Competição da World Triathlon, os modelos de bicicleta permitidos são speed. Para ambas as categorias, a utilização de capacete duro e afivelado será obrigatória sempre que o aluno/atleta estiver em contato com sua bicicleta.

Caso não seja observada essa obrigatoriedade, o aluno/atleta poderá receber uma penalização de desclassificação.

Art. 30º - Não será permitido em momento algum que o aluno/atleta esteja competindo de torso nu. O descumprimento desta regra abre a possibilidade de penalização de desclassificação do aluno/atleta.

Art. 31º - O número de competição deverá estar sempre visível na bicicleta e no capacete do aluno/atleta, em todos os momentos do ciclismo e não poderá ser alterado de sua forma original. Caso não seja cumprida esta observação, o aluno/atleta receberá uma punição por tempo.

Art. 32º - Conforme descrito nas Regras de Competição da World Triathlon, todos os alunos/atletas deverão conduzir suas bicicletas desmontados até a linha de monte, para ingressar no percurso de ciclismo, e deverão desmontar e conduzir suas bicicletas desmontados depois da linha de desmonte, sempre mantendo o capacete afivelado em todos os instantes. Caso não seja cumprida esta

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO



observação, o aluno/atleta receberá uma penalização por tempo.

Art.33º- A competição terá vácuo liberado, conforme descrito nas Regras de Competição da World Triathlon.

Art. 34º- É proibida a utilização de qualquer equipamento que não se caracterize como destinado a prática de ciclismo (ex. equipamento de som). Caso não seja cumprida esta observação, o aluno/atleta receberá uma penalização por tempo.

Art. 35º- Não será permitido o auxílio de quaisquer pessoas externas à competição e terceiros, em momento algum do ciclismo, sendo caracterizado como ajuda externa, com a possibilidade de desclassificação do aluno/atleta, consoante as Regras de Competição da World Triathlon.

Seção III – Corrida

Art. 36º - A distância da corrida será de 1,7 a 2 km em percurso asfaltado e, nos casos de condições de realização dessa etapa que ofereçam risco aos participantes, esta modalidade poderá ser cancelada e o evento será transformado em um Aquabike, conforme descrito nas Regras de Competição da World Triathlon.

Art. 37º- O tempo limite para a conclusão da etapa de corrida é de 60 minutos contados a partir do horário de largada do aluno/atleta, já somado o tempo limite da natação e ciclismo juntos. Nos casos de extrapolação deste tempo, o aluno/atleta poderá ser retirado do percurso por motivos de segurança e não poderá continuar na competição.

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

Art. 38º - A utilização do número de competição é obrigatória. Esse número deve ser posicionado na frente do corpo do competidor de forma visível, sem qualquer alteração, em todos os momentos. Caso não seja cumprida esta observação, o aluno/atleta receberá uma penalização por tempo.

Art. 39º - Não será permitido em momento algum que o aluno/atleta esteja competindo com o torso nu. O descumprimento desta regra abre a possibilidade de penalização de desclassificação do aluno/atleta.

Art. 40º - É proibida a utilização de qualquer equipamento que não se caracterize como destinado a prática de corrida (ex. equipamento de som). Caso não seja cumprida esta observação, o aluno/atleta receberá uma penalização por tempo.

Art. 41º - É proibido o descarte de copos d'água para hidratação fornecidos pela Organização do evento fora dos locais indicados próximos aos postos de hidratação. Caso não seja cumprida esta observação, o aluno/atleta receberá uma penalização por tempo.

Art. 42º - Não será permitido o auxílio de quaisquer pessoas externas à competição e terceiros, em momento algum da corrida, sendo caracterizado como ajuda externa, com possibilidade de penalização de desclassificação do aluno/atleta, consoante as Regras de Competição da World Triathlon.

CAPÍTULO III – Da Seleção Para os Jogos da Juventude

Art. 43º - Todos os alunos/atletas, que forem selecionados para participar dos Jogos Escolares Brasileiros e para os Jogos da Juventude, deverão estar

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

devidamente filiados à Federação de Esportes Estudantis do Rio de Janeiro (FEERJ) no ano de 2026. Será de competência da Comissão Organizadora do JERJ 2026 a operação de regularização de todos os componentes selecionados perante a FEERJ.

Art. 44º - Apenas os campeões da etapa Final Estadual da Categoria B (15 a 17 anos) de ambos os sexos, serão selecionados para a Seleção do JERJ.

Art. 45º - Por padrão, apenas 1 (um) Técnico acompanhará a equipe de Triathlon na competição. Caso exista a possibilidade da convocação de um segundo Técnico, ao menos um dos convocados deverá ser do sexo feminino.

Art. 46º - O(s) Técnico(s) que irá(ão) acompanhar os aluno/atletas na competição será(ão) nomeado(s) pela Comissão Organizadora do JERJ.

Art. 47º - Exclusivamente para a participação no Jogos da Juventude, para representar o estado do Rio de Janeiro, ao Técnico(a) caberá:

I. Apresentar os seguintes documentos à baixo, para a sua Inscrição no COB:

Carteira do Conselho Regional de Educação Física (CREF) na sua forma original, com prazo de validade em dia ou documento válido, original, de conclusão de curso de formação profissional de treinadores ministrado pela organização nacional que administra e regula a respectiva modalidade esportiva.

II. Apresentar Certidão de Antecedentes Criminais.

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

III. Realizar e apresentar os certificados de conclusão dos cursos promovidos pelo Instituto Olímpico Brasileiro (IOB), abaixo relacionados:

Curso Esporte Antirracista;

Curso de Prevenção e Enfrentamento do Assédio e Abuso no Esporte;

Curso Equilibrando o Jogo: Igualdade de Gênero no Esporte.

Curso Combate a Manipulação de Resultados.

CAPÍTULO IV – Da Coordenação da Competição

Art. 48º - A Coordenação da Competição será composta por um Coordenador Geral, um Coordenador de Arbitragem e uma equipe de Oficiais Técnicos.

CAPÍTULO V – Da Premiação

Art. 49º - Serão oferecidas medalhas para os 3 (três) primeiros lugares masculinos e para os 3 (três) primeiros lugares femininos de cada categoria.

Art. 50º - Todos os atletas que completarem a prova receberão medalha de participação no evento.

CAPÍTULO VI – Dos Uniformes

Art. 51º - Todos os alunos/atletas deverão competir com vestimenta específica para o triathlon (macaquinho de lycra/trisuit). Não serão exigidos uniformes no padrão da seleção brasileira, podendo todos os atletas vestirem os uniformes de suas Unidade Escolar/Assessorias. Os uniformes poderão ser do tipo sem ou com manga, a critério do aluno/atleta

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

Art. 52º - O uso do capacete **rígido** é obrigatório, sem o qual o aluno/atleta será impedido de participar da competição.

CAPÍTULO VII – Da Reunião Técnica

Art. 53º - A reunião técnica da modalidade será realizada de maneira remota, a ser divulgado posteriormente no Boletim Oficial do evento. Durante as reuniões técnicas, será apresentado a condução da competição, programação da modalidade e outros assuntos relacionados à modalidade, sem a possibilidade de qualquer alteração deste regulamento.

Art. 54º - Os aluno/atletas e representantes dos aluno/atletas participantes deverão assistir a Reunião Técnica da modalidade, que tratará exclusivamente de assuntos ligados à competição, tais como: normas gerais, confirmação ou ratificação de inscrições (se aplicável), além de outros assuntos correlatos.

Art. 55º - Na reunião técnica será divulgado o “start list” definitivo, podendo ainda, a critério da Organização ser encaminhado por boletim oficial ou qualquer outra forma de comunicação oficial da Organização, inclusive suas redes sociais.

CAPÍTULO VIII – Das Disposições Gerais

Art. 56º - Somente será aceita solicitação de substituição de técnico, esta solicitação deverá obedecer ao Regulamento Geral dos Jogos Escolares do Rio de Janeiro 2026.

Art. 57º - Casos omissos e situações excepcionais serão decididos pela Comissão Organizadora dos Jogos Escolares do Rio de Janeiro 2026.

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO