



CPSUP - MANUAL E REGRAS 2026

O Circuito Paulista de Stand Up Paddle Race é uma organização voluntária de iniciativa privada e sem fins lucrativos dentre as bases e promotores de eventos de Stand Up Paddle do Estado de São Paulo e definirá os critérios e padrões técnicos para as provas do circuito a partir de 2019.

Esta organização visa difundir a prática e o conhecimento da modalidade Stand Up Paddle (SUP), o crescimento de provas e competições, da base à profissional, e consequentemente o mercado como um todo no estado de São Paulo.

Estará aberta para todos os competidores, atletas profissionais, iniciantes, praticantes ou entusiastas, que desejarem dar sua opinião e contribuição para o desenvolvimento da modalidade.

Missão:

Fomentar o Stand Up Paddle no estado de São Paulo afim de criar, apoiar e fortalecer as bases que incentivam a prática e revelam novos atletas buscando a satisfação mútua.

Visão:

Fazer com que o Circuito Paulista de SUP Race seja uma base forte junto aos atletas e apreciadores do esporte para o crescimento da modalidade no estado de São Paulo.

Valores:

O Circuito Paulista de SUP Race traz a possibilidade de fazer com que as pessoas busquem uma qualidade de vida melhor, mais equilibrada, trocando experiências, interagindo entre si e adquirir uma visão de respeito com o meio ambiente e conhecendo as culturas de nossos antepassados pioneiros das modalidades de esportes a remo.

Regras:**1. Responsabilidades**

O Circuito Paulista de Stand Up Paddle Race, define, por esta regulamentação, os critérios e padrões técnicos para as provas a partir de 2019.

As provas do **Circuito Paulista de SUP Race** ficarão sob responsabilidade de cada representante e promotor do evento sendo este responsável por toda sua gestão, organização e cumprimento das regras aqui estabelecidas. O mesmo deve possuir condições mínimas de recursos tendo total liberdade para solicitar apoio ou parceria de qualquer outra base afim de realizar seu evento com qualidade e segurança, visando sempre a satisfação dos atletas, familiares e convidados tanto praticante ou não da modalidade.

2. O Evento.

Cada base terá a responsabilidade de organizar e ter as condições mínimas de recursos tais como banheiros para atletas e convidados sendo separados por masculino e feminino, alimentação para atletas e convidados ficando a critério contratar terceiros ou indicar locais para tal, locais próximos para hospedagem dos atletas e convidados caso o evento dure mais que 01 dia.

Os eventos deverão acontecer aos finais de semana (sábado ou domingo) levando em consideração e respeitando os atletas quanto a distâncias do ponto de referência São Paulo Capital.

2.1 Datas dos Eventos

O agendamento da data deverá respeitar os seguintes critérios:

- Os eventos integrantes do circuito, de preferência não realizar dentro do mesmo mês.
- A data escolhida pelo promotor não poderá coincidir com as datas dos principais eventos do Brasil: CBSUP, CBSURF e demais de SUP.

2.2 Duração dos Eventos

Os eventos deverão acontecer aos finais de semana (sábado ou domingo) podendo ter duração máxima de dois dias, com tempo limite estipulado de 10 horas por dia de evento sempre levando em consideração e respeitando os atletas quanto a distância do ponto de referência São Paulo Capital.

2.3 Calendário Circuito Paulista de SUP Race 2026

Evento	Local	Mês
DESAFIO ITUPARARANGA	Represa Itupararanga-Sorocaba/SP	28/FEV
GREEN ISLANDS	Represa Billings – São Bernardo do Campo/SP	25/ABRIL
REMO LIVRE	Represa Nazaré Paulista/SP	16/MAIO
DESAFIO BAIA DE SV	São Vicente/SP	18/OUTUBRO

Obs: Alguns eventos ainda estão com datas à definir por fatores naturais como nível de água das represas e condições de mar em meses específicos.

3. Filiações.

Todos os atletas que quiserem participar das competições oficiais do Circuito Paulista de SUP Race estarão automaticamente filiados ao circuito e ranking no ato da inscrição.

No momento de sua filiação, o atleta será registrado e um número de cadastro será gerado sendo esse número pessoal e intransferível, e sempre que o atleta fizer sua inscrição para uma competição oficial do Circuito Paulista de SUP Race, esse número será utilizado como seu numeral oficial de prova.

4. Valores e Descontos.

Atletas das categorias Kids, Idosos acima de 60 anos e PCDs pagarão 50% de taxas de inscrição, devendo os pais ou responsáveis legais preencher o formulário e/ou termo de responsabilidade. Será obrigatório a apresentação ou envio de documento com foto comprovando a data de nascimento para o contato de cada organizador das etapas. Para as demais categorias deverá ser critério de cada base decidir pelos descontos ou não.

5. Exigências básicas técnicas e mídia.

5.1 Estrutura dos Eventos

O evento deve possuir estrutura mínima para acomodação de atletas e convidados, devendo assim o promotor garantir os seguintes itens:

- Instalações com sanitários para uso dos atletas e convidados, sendo separados para uso masculino e feminino;
- Área para alimentação do público do evento, ficando a critério do promotor contratar ou formar parcerias com terceiros. Caso não haja possibilidade é de responsabilidade do promotor listar opções para tal.
- Área exclusiva para atletas estando disponível água e frutas;
- Área de premiação, estruturada com Backdrop;
- Localização do evento de fácil acesso aos atletas e convidados;
- Estacionamento no local, quando não houver o promotor deverá indicar um local apropriado e próximo ao local do evento;

5.2 Estrutura de Integridade física

- Ambulância contendo o mínimo de: um socorrista e um técnico de enfermagem presente no local durante todo o evento;
- Guarda Vidas exclusivo para o momento de realização das provas (mínimo um);
- Embarcação de apoio (madrinha) sendo mínimo de duas para varredura de Raia e dependendo no número de inscritos e formato da raia essa quantidade pode aumentar para até 4 embarcações visando a segurança dos atletas;

5.2 Mídia

- Contratação de equipe de locução de arena;
- Contratação de juiz técnico;
- Fiscal de largada e chegada;
- Fiscal de boia ou equipe técnica de acompanhamento na água durante o percurso;
- Cronometrista;
- Fotógrafos oficiais para o evento;
- Video maker oficial para o evento é recomendado, porém não obrigatório;

Aplicação da logomarca CPSUP nos materiais de divulgação conforme estabelecido abaixo:

- Inserção da logomarca no pôster oficial do evento
- Inserção da logomarca em fotografias oficiais, conforme padrão estabelecido pelo Circuito Paulista neste documento;
- Inserção da logomarca em vídeo oficial, caso haja;
- Inserção da logomarca no Backdrop de premiação;
- Inserção da logomarca nas camisetas ou lycras do evento conforme padrão estabelecido neste documento;



6. Categorias, distâncias e idades

6.1 Categorias

As categorias que devem obrigatoriamente estar presentes no evento são as descritas abaixo, pois elas compreendem o Circuito Paulista SUP Race 2026.

- Categoria Elite/Profissional 14'
- Categoria Race Amador 14'
- Categoria SUP FUN (qualquer tipo de prancha, inflável, SUP FUN, SUP race 12,6'e SUP Race 14')
- Categoria Estreante (pranchas SUP FUN até 12,2)*
- Categoria Paddleboard Open
- Categoria SUP Junior (pranchas 12'6) *
- Categoria SUP Kids

Obs: As categorias são divididas entre Masculino e Feminino.

*** CATEGORIA ESTREANTE NÃO PONTUA NO CIRCUITO.**

*** CATEGORIA JR EM EXPERIÊNCIA COM OS SUPS 12'6.**

Dentre as categorias obrigatórias já descritas, o promotor do evento poderá estabelecer outras categorias conforme entenda que agregará ao seu evento e ao SUP Paulista.

A escolha de categoria com divisão de idade (SUP Race Amador ou Profissional 14') deve acontecer no ato da inscrição. Isto é, o atleta que se inscrever em categorias com divisão de idade só irá pontuar e receber prêmio de pódio na categoria inscrita. **Os atletas Master e Super Master que optarem pela categoria OPEN, automaticamente, abrem mão da categoria Master e Super Master.**

6.2 Distâncias

6.2.1 Nomenclatura das distâncias

Os eventos devem seguir um padrão de nomenclatura nas distâncias, onde as bases decidirão a raia a ser usada. São elas:

- Kids – à definir pela organização
- estreante – até 1,8km
- turismo – até 3km
- competidor – de 6km à 12km
- Profissional – de 9km à 20km

6.2.2 Divisões das distâncias

- Categoria Estreante – até 1,8km
- Categoria Turismo para qualquer prancha e Junior - 3km
- Categoria Competição Race Amador – pranchas 14 pés (com divisão de idades) – de 05 à 6km
- Categoria Paddleboard - 6 à 09 km
- Categoria Elite/Profissional – pranchas 14'pés (com divisão de idades) - 9 à 20km

IMPORTANTE: As distâncias e percursos deverão ser adaptados conforme a proposta de cada evento e condição de raia a ponto que não excedam um tempo limite, para que se mantenha a integridade física dos atletas e não atrapalhe as demais largadas do evento.

6.2.3 Classes por idades

- Kids até 12 anos;
- Junior de 13 até 17 anos;
- Open de 18 à 60 anos;
- Master de 40 à 49 anos;
- SuperMaster de 50 à 59 anos;
- Legends acima de 60 anos;

6. Pontuação e Ranking do Circuito

- O ranking do **Circuito Paulista de SUP Race** será contabilizado pelo posicionamento do atleta em cada prova e a soma dos resultados durante todo o ano;
- Serão computados os melhores resultados considerando a regra de descartes que funciona a partir de 3 provas, sendo 1 o descarte e a partir de 4 provas a regra de 50% das provas + 1 prova exemplo: 7 provas 3 descartes, 6 provas 2 descartes, 8 provas 3 descartes.....
- Caso o atleta não compareça em uma ou mais etapas, o mesmo não irá pontuar, ficando como AUSENTE no campo relacionado a etapa na tabela geral de classificação.
- O vencedor será o atleta que obtiver a Maior pontuação durante o circuito;
- No caso de empate, o critério para desempate, será considerada a pontuação e o tempo na última prova do circuito.

ATENÇÃO: Atletas de outros estado poderão competir as provas do Circuito Paulista de Sup Race e tornar-se campeões do Circuito Paulista.

Em até 15 dias úteis após o final da prova, o ranking, classificação e os tempos deverão ser publicados.

7. Pontuação (exemplo)

Colocação	Etapa 1	Etapa 2	Etapa 3	Etapa 4	Etapa 5	Total
1º	5	5	5	5	5	25
2º	4	4	4	4	4	20
3º	3	3	3	3	3	15
4º	2	2	2	2	2	10
5º	1	1	1	1	1	5

8. Premiação

Todas as categorias serão premiadas com medalhas de pódio, do primeiro ao terceiro colocado em todas as modalidades Masculino e Feminino.

Para que uma categoria seja premiada, esta devem conter o número mínimo de 3 atletas inscritos em determinada categoria, sendo masculino e/ou feminino.

Todos os atletas receberão medalhas de participação pela sua conquista em terminar a prova.

Caso o atleta não termine a prova por qualquer motivo, o mesmo não receberá sua medalha e não irá pontuar no ranking e seus custos com inscrição não serão reembolsados.

Cada base terá autonomia para decidir sobre a premiação em dinheiro aos atletas.

9. Largadas

As largadas das categorias “Profissional” 14 pés masculino e feminino, com todas as divisões de idades serão as primeiras a largarem, serão provas separadas da divisão Amador com o objetivo de todos amadores e platéia assistirem as disputas de seus professores ou atletas profissionais para poderem ter uma referência do que são as disputas em competições profissionais. Isso irá incentivar os demais atletas a se empenharem em seus treinos nas bases e seus treinadores poderem trabalhar seus atletas para que possam se preparar para tornarem-se profissionais.

As largadas das categorias “Amadoras” masculino e feminino com todas as divisões de idades deverão ser feitas após o término da categoria “Profissional”, visando o fomento através de facilitação logística e apoio mútuo entre atletas.

As largadas das categorias “Juniors” masculino e feminino poderão ser feitas juntos da categoria amador.

As largadas da categoria “Kids” ficam sob responsabilidade do organizador do evento em definir o melhor momento em realizá-la, visando sempre a segurança das crianças.

As largadas para provas longas em rios, represas e mar serão feitas de dentro da água, sentado ou em pé na prancha, com áreas de alinhamento limitadas visualmente.

As largadas para técnicas com percursos de curvas de boias, quando em mar, serão feitas com corrida na areia e, quando em lagos e represas, essas largadas deverão ser feitas com os atletas sentados na prancha e largando com o som da buzina em um alinhamento perfeito.

*De acordo com as necessidades técnicas, condições do tempo e ou número de inscritos poderão ser feitas largadas em outras formatações, conforme decisão dos organizadores e corpo técnico (diretores de prova do evento).

10. Chegadas

Para as provas longas em rios, represa e mar as chegadas serão contabilizadas e finalizadas entre boias localizadas onde será considerado o bico da prancha como o vencedor. Para as provas técnicas a chegada deverá ser finalizada pelo atleta com o remo em mãos, cruzando a linha de chegada, seu tempo e colocação serão computados a partir da passagem de parte do corpo na linha de chegada.

11. Numeral de competição

- Cada atleta deverá fazer seu cadastro na inscrição da primeira etapa do ano, esse número de cadastro será seu numeral de competição em todo circuito e em todos os anos seguintes.
- O atleta receberá o numeral fixado em uma camiseta na primeira prova do ano, ficando o mesmo responsável por usar em todas as etapas do circuito. Em caso de não utilização da camiseta do circuito durante as etapas, o atleta será desclassificado e não pontuará no ranking.
- É de responsabilidade do atleta zelar pela sua camiseta durante o ano corrente.
- O numeral deverá aparecer na camiseta definida pelos organizadores das etapas, e com logo do Circuito e apoadores.

IMPORTANTE: Importante o atleta sempre usar a camiseta com o numeral na frente.

12. Uso de Esteira nas competições.

O uso e a prática da esteira é livre no Circuito Paulista de SUP.

13. Disciplinas e Condutas

Todos e qualquer atleta que venham a causar danos ou destruição a integridade do local do evento, usar de agressão física, ofensas verbais à outros atletas e organizadores, ou até mesmo danificar o equipamento de outro atleta intencionalmente e, isto sendo comprovado através de imagens ou vídeos, será responsável por arcar com os custos e será automaticamente desclassificado, punido com a eliminação automática do circuito e não podendo participar das competições daquele ano.

Todos os atletas deverão usar a camiseta oficial do evento durante sua prova, caso não esteja em tal situação o mesmo será desclassificado automaticamente da prova e não terá o valor de investimento ressarcido.

14. Direito de Imagem

Todos os atletas, a partir de sua inscrição cedem autorização plena aos eventos e organização o direito de divulgar as imagens e vídeos colhidos durante o evento, abrindo mão de indenizações por direito de imagens. O uso de imagem está autorizado em sites, redes sociais, mídias televisivas e mídias online.