



INFORMAÇÕES GERAIS:

- Data: domingo, 17 de outubro de 2021.
- Distâncias/Percursos:

7k - Curto: <https://strava.app.link/kBlfD8Huljb>

15k - Intermediário: <https://strava.app.link/DcTvRyLuljb>

25k - Longo: <https://strava.app.link/L9RZExNuljb>

50k - Ultramaratona:

<https://strava.app.link/AY11PUwzyjb>

- Local: Parque Ecológico LAGO AZUL, Eng. Paulo de Frontin / RJ – Brasil.
- Horário das largadas:

50K às 05h30

25K às 6h00

15K às 6h30

7K às 07h00

PREMIAÇÃO:

Geral - Troféus do 1º ao 5º geral feminino e masculino. (Não receberão troféus nas categorias).

Categoria - Troféus do 1º ao 5º de cada categoria feminina e masculina.

- Todas as colocações (GERAL e de todas as CATEGORIAS) serão definidas pela apuração do tempo bruto, gasto por cada atleta para completar o percurso.
- Os atletas que não se encontrarem presentes na cerimônia e, tenham sido ganhadores de troféus, poderão retirá-los por intermédio de uma pessoa autorizada, por escrito, somente na cerimônia de premiação. Não serão enviados troféus via correio.

ENTREGA DE KITS:

sábado, 16/10/2021, véspera da prova, das 10h às 20h;

Local: Pousada Green Garden (Hotel Oficial)

<https://goo.gl/maps/oxG7mtNRaSi3jAidA>

Hotel sede da UTR Rei dos Picos - 17/10/21

POUSADA GREEN GARDEN - Alto do Chafre - Eng. Paulo de Frontin-RJ (no topo da Serra).

Suítes + Café da manhã.

Valores das diárias (com desconto para os atletas e familiares):

Casal - R\$ 220,00 (ar condicionado).

Casal - R\$ 190,00 (ventilador).

Cama extra:

0 a 5 anos - grátis.

+ de 5 anos - R\$ 60,00

+ de 15 anos - R\$ 90,00

No mesmo lugar serão realizados:

- Entrega de kits e
- Simpósio técnico

Distâncias aproximadas:

3,5km do centro da cidade;

6km da largada da prova.

Reservas: 21 99847 5671 (Edgar).

Obs.: Não deixe de mencionar que está na UTR Rei dos Picos.

- Para retirar seu número, chip e kit deve **apresentar OBRIGATORIAMENTE:**
- Documento de identificação original, com foto.
- Termo de responsabilidade preenchido e assinado.*
- Certificado médico assinado - para os atletas dos 50K (arquivo/modelo disponível no site oficial) contendo:

a. Nome completo do atleta.

b. Modalidade que irá participar.

c. Confirmação de aptidão física e médica para uma prova de Trail Run, na distância de 50k.

d. Carimbo, legível, e assinatura do médico responsável.

e. Data (o certificado não poderá ter data superior a 13 meses).

f. Dados do plano de saúde (seguradora e número da apólice), caso o atleta o possua.

g. Telefone de um responsável em caso de emergência.

CERTIFICADO MÉDICO - 50K:

<https://greenadventuresports.com.br/wp-content/uploads/2021/01/CERTIFICADO-MEDICO-UTR-REI-DOS-PICOS.pdf>

- Em nenhuma hipótese será entregue o kit atleta sem algum desses documentos.
- A retirada do kit por terceiros será possível, apenas, com apresentação de todos os itens citados neste artigo (**junto com a autorização correspondente, o termo de responsabilidade - assinado pelo atleta/competidor - e uma fotocópia do seu documento**).

RETIRADA DE KIT - TERCEIRO:

<https://greenadventuresports.com.br/wp-content/uploads/2021/01/TERMO-DE-RETIRADA-DE-KIT-POR-TERCEIROS.pdf>

- Não haverá entrega de kits de participação no dia do evento, nem após o mesmo.

TEMPO LIMITE para CONCLUSÃO de PROVA:

12 horas - prova de 50k (na qual haverá 2 pontos de corte no percurso - 1º com 6h e 30 min., no km 22 e o 2º com 8h e 30min. de prova, no km 34);

6 horas - provas de 7k 15k;

8 horas - prova de 25k.

EQUIPAMENTOS OBRIGATÓRIOS:

O número de peito atribuído é de uso obrigatório, e deve estar afixado na parte frontal e perfeitamente visível, para todas as distâncias.

- O participante que abandonar a competição está obrigado a retirar o número e comunicar aos staff, fiscais ou organizadores o seu abandono, entregando o respectivo número.

7k

- Recipiente para abastecimento nos postos de hidratação (mochila de hidratação, garrafa de água, copo, etc.). Haverá, apenas, 1 ponto de reabastecimento.

15k

- Sistema de hidratação, com capacidade de, **no mínimo, 500ml** (mochila de hidratação, caramanhola, squeeze). Haverá, 3 pontos de reabastecimento: km 4,5 - 11,7 e 14,5.

25k

- Sistema de hidratação, com capacidade de, **no mínimo, 1l** (mochila de hidratação, caramanholas, squeezes). Haverá, 5 pontos de reabastecimento: km 4,5 - 11,7 - 18 - 20,8;

- Apito;
- Celular (carregado e em funcionamento);
- Headlamp (lanterna de cabeça), em perfeito estado de funcionamento e com pilhas/baterias extra;
- Kit de "primeiros socorros" contendo:
 - a. Rolo de esparadrapo
 - b. Ibuprofeno;
 - c. Antiestamínico
 - d. Par de luvas cirúrgicas
 - f. Pacote de gaze estéril
 - g. Rolo de atadura 10cm x 1,8m) 2 unidades

50k

- Sistema de hidratação, com capacidade de, **no mínimo, 1l** (mochila de hidratação, caramancholas, squeezes). Haverá, 7 pontos de reabastecimento: km 4,5 - 11,7 - 19 - 22 - 28,7 - 34,2 - 47,2;
- Apito;
- Celular (carregado e em funcionamento);
- Manta térmica (cobertor de alumínio) ;
- Headlamp (lanterna de cabeça), em perfeito estado de funcionamento e com pilhas/baterias extra;
- Blusa de manga longa (podendo ser: segunda pele, anorak, corta vento);
- Kit de "primeiros socorros" contendo:
 - a. Rolo de esparadrapo
 - b. Ibuprofeno;
 - c. Antiestamínico
 - d. Par de luvas cirúrgicas
 - f. Pacote de gaze estéril
 - g. Rolo de atadura 10cm x 1,8m) 2 unidades.

Complemente seu kit de primeiros socorros com os produtos que julgar necessários.

- **Os itens OBRIGATÓRIOS devem ser levados durante toda a corrida** e podem estar na mochila ou sendo usados pelo atleta durante a prova.

O atleta que for flagrado sem algum elemento de seu equipamento obrigatório será desclassificado.

- Haverá inspeção dos itens obrigatórios, nos seguintes momentos:
 - Na retirada do kit atleta;
 - Durante o percurso, em pontos específicos determinados pela organização.

RECOMENDAÇÕES:

- Purificador de água;
- Bastão de caminhada;
- Protetor solar;
- Repelente;
- Alimentação própria, de acordo com suas necessidades, para o percurso escolhido.

- Além dos postos de hidratação, ofertados para cada distância, há vários pontos de hidratação NATURAL nos percursos (nascentes, bicas, piscina natural etc). Estes serão apontados em um Mapa de Percurso, transmitido pela organização posteriormente.
- Este pequeno briefing não substitui a participação do atleta no SIMPÓSIO TÉCNICO - a se realizar no dia 16, às 20h, no Hotel Sede da Prova (Pousada Green Garden).

Será realizada, ainda, a Live Briefing, (pelo Instagram) para o bate papo e orientações, pré evento, entre a organização e os atletas.

Para mais informações sobre percursos: 024-999076529 (Luiz de Mendes - Diretor Técnico).