

# **REGULAMENTO 10ª EDIÇÃO DO ULTRA DESAFIO 80K de SANA-RJ 2022.**

## **COMEMORAÇÃO DE 10 ANOS**

### **DO ULTRA DESAFIO 80K DE SANA/MACAÉ-RJ**

#### **NOVAS MODALIDADES:**

**PARA QUEM GOSTA DE UM CIRCUITO MAIS CURTO E  
DESAFIADOR, NOVAS MODALIDADES, EASY TRAIL 26K E  
MARATONA TRAIL 42K.**

**A ASCOM (Associação de Corredores de Rua de Macaé), irá realizar o evento, denominado, ULTRA DESAFIO 80K de SANA-RJ.**

A prova acontecerá nos dias três (03) de Setembro de 2022 na região Serrana de Macaé/RJ, o evento será realizado com chuva ou com sol, só podendo ser cancelada em caso de condições de catástrofe que coloquem em risco a integridade física dos atletas e participantes ou por decretos municipal, estadual ou federal.

#### **CONDIÇÕES GERAIS:**

A Prova será regida pelo Regulamento, e aprovada pelo corredor ao inscrever-se no evento.

#### ***Item 1 – A prova:***

O 10º Ultra Desafio 80K de Sana-RJ 2022, está aberto para atletas na categoria solo survivor do percurso de 80Km (**PROVA PRINCIPAL**), na categoria solo survivor do percurso da **Maratona Trail (42K)** e na categoria solo survivor do percurso **EASY Trail (26Km)** na categoria solo survivor.

A prova será nas montanhas da Região Serrana de Macaé-RJ, com subidas, descidas, estradas de chão batido, paralelepípedos, asfalto, riachos e trilhas técnicas nas matas.

Todos os atletas com a intenção de participar da prova principal com o percurso de 80K solo survivor, precisam ter participado pelo menos de uma maratona com o tempo máximo nesta de seis (6) horas, pois a modalidade de 80Km trata-se de uma prova de altíssima resistência e com grau de dificuldade altíssimo.

Todos os atletas com a intenção de participar modalidade da Maratona Trail, no percurso de 42K solo survivor, precisam ter participado pelo menos de uma maratona com o tempo máximo nesta de seis (6) horas, pois o percurso

de 42Km trata-se de uma prova de alta resistência e com grau de dificuldade alto.

Todos os atletas com a intenção de participar na modalidade EASY TRAIL 26K solo survivor, precisam ter participado pelo menos de uma meia maratona com o tempo máximo nesta de quatro (4) horas, pois a modalidade de 26Km trata-se de uma prova de resistência e com grau de dificuldade médio.

Os atletas deverão ser maior de idade (18 anos) e estarem de acordo com o regulamento.

A prova será regida pelo Regulamento, e aprovada pelo atleta ao inscrever-se no evento.

### ***Item 2 – Largada:***

A largada da **EASY TRAIL percurso de 26K** e da **MARATONA TRAIL percurso de 42K**, será em bloco único, na Praça da Igreja em Sana/Macaé-RJ, as oito (08) horas do dia três (03) de Setembro de 2022.

A primeira chamada para a largada será as sete horas e quarenta minutos (07:40h) do dia três (03) de Setembro de 2022.

A segunda e última chamada para a largada será as sete horas e quarenta e cinco minutos (07:45h) do dia três (03) de Setembro de 2022.

A largada da modalidade do percurso de 80K, será em bloco único, na Praça da Igreja em Sana/Macaé-RJ, as quatro (04) horas do dia três (03) de Setembro de 2022.

A primeira chamada para a largada será as três horas e quarenta minutos (03:40h) do dia três (03) de Setembro de 2022.

A segunda e última chamada para a largada será as três horas e quarenta e cinco minutos (03:45h) do dia três (03) de Setembro de 2022.

Nesta última chamada para a largada e será passado as recomendações finais dos percursos, reforçando os itens passados no congresso técnico e em outros meios de informações.

### **ATENÇÃO:**

O atleta que não estiver no local da largada determinado por este regulamento, no momento em que a mesma for realizada, será considerado desistente.

### ***Item 3 – Local de chegada de cada modalidade:***

**Modalidade EASY TRAIL 26K** – Os atletas da modalidade 26K, seguirão o percurso conforme instruções da organização por meio de congresso técnico e outros meios de informações. Nesta modalidade, de 26K todos os atletas disputarão a prova na categoria SURVIVOR, onde os

mesmos deverão estar equipados com mochila de hidratação ou cinto de hidratação e alimentação para percorrer no mínimo 20KM. Todos os atletas deverão estar atentos as marcações do percurso e orientações dos Staffs da prova.

O local da chegada da modalidade dos 26K será na praça de Glicério/Macaé-RJ, mesmo local da modalidade de 80K.

(Obs: Em caso de necessidades técnicas e de segurança, a organização poderá mudar a qualquer momento o percurso).

**Modalidade MARATONA TRAIL 42K** - Os atletas da modalidade 42K, seguirão o percurso conforme instruções da organização por meio de congresso técnico e outros meios de informações. Nesta modalidade, de 80K todos os atletas disputarão a prova na categoria SURVIVOR, onde os mesmos deverão estar equipados com mochila de hidratação e alimentação para percorrer no mínimo 20KM, distância máxima entre os pontos de hidratação. Todos os atletas deverão estar atentos as marcações do percurso e orientações dos Staffs da prova.

**Modalidade ULTRA DESAFIO 80K** - Os atletas da modalidade 80K, seguirão o percurso conforme instruções da organização por meio de congresso técnico e outros meios de informações. Nesta modalidade, de 80K todos os atletas disputarão a prova na categoria SURVIVOR, onde os mesmos deverão estar equipados com mochila de hidratação e alimentação para percorrer no mínimo 20KM, distância máxima entre os pontos de hidratação. Todos os atletas deverão estar atentos as marcações do percurso e orientações dos Staffs da prova.

(Obs: Em caso de necessidades técnicas e de segurança, a organização poderá mudar a qualquer momento o percurso).

Neste percurso de 80K, os atletas seguirão conforme orientações da organização por meio de congresso técnico e outros meios de informação, o percurso largando na localidade de Sana/Macaé-RJ, seguindo em direção a localidade de Frade/Macaé-RJ, onde estará o primeiro posto de controle (PC-01), depois desta seguir em direção a localidade Boa Alegria, depois desta seguir em direção a localidade de Bicuda Pequena/Macaé-RJ, onde estará o segundo posto de controle (PC-2), depois desta seguir em direção a localidade de Bicuda Grande/Macaé-RJ, onde estará o terceiro posto de controle (PC-3).

**- LEMBRANDO: O ATLETA DEVERÁ LEVAR CONSIGO EM TODO O PERCURSO DA PROVA SEUS EQUIPAMENTOS OBRIGATÓRIO E TODOS AQUELES SUGERIDOS, NÃO PODENDO ENVIAR NADA PARA NENHUM POSTO DE CONTROLE, (PC) E NÃO PODENDO DEIXAR QUALQUER QUE SEJA O EQUIPAMENTO NOS POSTOS DE CONTROLE (PC), SEJA POR QUALQUER MOTIVO QUE SEJA,**

### MESMO NOS PONTOS DE BATE E VOLTA DO PERCURSO.

Neste posto de controle ( PC-3) o Staff deste PC estará direcionando os atletas para seguirem para a localidade de Duas Barras/Macaé-RJ, passando pela localidade de Cachoeiras e retornando para a estrada principal, onde encontrarão as marcações direcionando para continuar subindo a serra de Duas Barras até ponto do bate e volta de Duas barras, neste ponto teremos o staff de apoio (PC-4), que entregará a pulseira com o mesmo número de peito do atleta (confirmação que o atleta chegou ao topo da serra de Duas Barras) e receberão novas informações de percurso. Todos os atletas retornarão pelo percurso informado em direção ao (P.C-05), Km 63 localidade de Bicuda Grande/Macaé-RJ, onde o staff deste PC informará o novo direcionamento do percurso e também avisará se o atleta está dentro de tempo de prova ou estará sendo cortado por estar acima do tempo determinado no regulamento ou condições físicas.

OBS: O TEMPO LIMITE PARA QUE TODOS OS ATLETAS PASSASSEM POR ESTE POSTO DE CONTROLE (PC-5), KM63, PONTO DE CORTE, É DE 11 (ONZE) HORAS, OU SEJA, ÀS 15 HORAS DO DIA TRÊS (03) DE SETEMBRO DE 2022.

O local da chegada da modalidade dos 80K será na praça de Glicério/Macaé-RJ, mesmo local da modalidade de 26K.

(Obs: Em caso de necessidades técnicas e de segurança, a organização poderá mudar a qualquer momento o percurso).

### ***Item 4 – Valores das inscrições:***

#### ***Modalidade EASY TRAIL 26K Survivor:***

**(DESCONTO PARA GRUPOS E ASSESSORIAS a partir de 10 atletas lote ÚNICO) - R\$170,00.**

1º Lote: R\$200,00 a partir de 24 de Setembro de 2021 a 30 de Novembro de 2021.

2º Lote: R\$230,00 a partir de 01 de Dezembro de 2021 a 28 de Fevereiro de 2022.

3º Lote: R\$260,00 a partir de 01 de Março de 2022 a 31 de Julho de 2022.

#### ***Modalidade MARATONA TRAIL 42K Survivor:***

**(DESCONTO PARA GRUPOS E ASSESSORIAS a partir de 10 atletas lote ÚNICO) - R\$200,00.**

1º Lote: R\$230,00 a partir de 20 de Maio de 2022 a 30 de Junho de 2022.

2º Lote: R\$260,00 a partir de 01 de Julho de 2022 a 31 de Julho de 2021.

***Modalidade ULTRA DESAFIO 80K Survivor:***

**(DESCONTO PARA GRUPOS E ASSESSORIAS a partir de 10 atletas lote ÚNICO) - R\$270,00.**

1º Lote: R\$300,00 a partir de 24 de Setembro de 2021 a 30 de Novembro de 2021.

2º Lote: R\$350,00 a partir de 01 de Dezembro de 2021 a 28 de Fevereiro de 2022.

3º Lote: R\$380,00 a partir de 01 de Março de 2022 a 31 de Julho de 2022.

***Item 5 – Finalização das inscrições:***

***As inscrições serão encerradas no dia 31 de Julho de 2022 ou quando o número de atletas atingir o limite.***

***Item 6 – Limite de Atletas por modalidades:***

**Modalidade EASY TRAIL 26K – Limite de 300 atletas.**

**ATESTADO MÉDICO SUGERIDO, NÃO É OBRIGATÓRIO.**

**Modalidade MARATONA TRAIL 42K – Limite de 300 atletas.**

**ATESTADO MÉDICO SUGERIDO, NÃO É OBRIGATÓRIO.**

**Modalidade ULTRA DESAFIO 80K – Limite de 300 atletas.**

**ATESTADO MÉDICO É OBRIGATÓRIO.**

***Item 7 – Tempo limite para cada modalidade:***

**Modalidade EASY TRAIL 26K – Tempo limite da modalidade de 26K será de cinco (5) horas. Finalizando as treze (13) horas do dia três (3) de**

Setembro de 2022 na praça de Glicério/Macaé-RJ.

**Modalidade MARATONA TRAIL 42K** – Tempo limite da modalidade de 42K será de dez (10) horas. Finalizando as treze (18) horas do dia três (3) de Setembro de 2022 na praça de Glicério/Macaé-RJ.

**Modalidade ULTRA DESAFIO 80K** – Tempo limite da modalidade de 80K será de dez (15) horas. Finalizando as dezenove (19) horas do dia três (3) de Setembro de 2022 na praça de Glicério/Macaé-RJ.

***Item 8 – Local e tempo de corte para cada modalidade:***

**Modalidade EASY TRAIL 26K** – O horário de corte do atleta da modalidade de 26K, será as doze horas e trinta minutos (13:30) horas do dia três (03) de Setembro de 2022, no PC-1, Km 20 (localidade de Frade/Macaé-RJ).

**Modalidade MARATONA TRAIL 42K** – O horário de corte do atleta da modalidade de 42K, será as quinze horas (15) horas do dia três (03) de Setembro de 2022, no PC-5, Km 63 (localidade de Bicuda Grande/Macaé-RJ).

**Modalidade 80K** – O horário de corte do atleta da modalidade de 80K, será as quinze horas (15) horas do dia três (03) de Setembro de 2022, no PC-5, Km 63 (localidade de Bicuda Grande/Macaé-RJ).

**ATENÇÃO:**

O atleta que decidir continuar na prova após a fiscalização comunicá-lo que está cortado, seja por tempo limite excedido ou por avaliação técnica de condições de saúde, estará assumido todo e qualquer risco isentando a organização da prova de qualquer responsabilidade.

**Dever Social do Cidadão:**

Todo lixo produzido pelo atleta deverá permanecer em sua mochila e descartado nos bairros por onde passar em local apropriado. Passaremos por vários lugares de preservação ambiental, o mau uso do local poderá impedir outra edição do evento, vamos preservar. Guarde seu lixo com você e entregue a um carro de apoio ou de outro staff ou organização.

**A NATUREZA AGRADECE.**

***Item 9 - Orientação Diurna e Noturna:***

A marcação do percurso é feita com SETAS AMARELAS PINTADAS (Atenção: As marcações podem estar em qualquer lugar, tais como: Postes, Moirões, Barrancos, Arvores, Muros, Guias, Pedras ou no Chão) e também com PLACAS AMARELAS COM SETAS PRETAS, fitas em cores de fácil

visualização para marcação noturna.

Estes estarão colados em todas as curvas acentuadas, saídas laterais, esquinas e bifurcações juntamente com as setas amarelas pintadas. Os pontos estarão dispostos em sequência indicando a direção a seguir.

Colocaremos “X” Amarelo Pintado ou em placa amarela com X em locais de risco para indicar o erro de percurso.

### **Regras Básicas de navegação diurna e noturna:**

1-Parar em todo lugar onde houver dúvida e procurar a marcação, ela vai estar lá.

2-Em entradas laterais, porteiras e outras saídas da rota sem marcação (Pontos pintados ou fitas) NÃO ENTRE, siga na rota principal.

3-Seguir somente as marcações da prova, no local existe outras marcações, setas de outras cores que não devem ser seguidas.

4-Respeite as regras de trânsito, siga pela direção do fluxo, evite andar na contra mão, segurança sempre. Atenção - Grande parte do percurso é em estradas, algumas são estreitas e merecem atenção redobrada do atleta.

### ***Item 10 – Desistência***

Em caso de desistência o atleta deverá comunicar a organização assim que possível.

O atleta deverá avaliar a distância percorrida entre os postos de controle (P.C) e o tempo de prova para verificar de acordo com este regulamento o encerramento de cada posto de controle (P.C) e a possibilidade de prosseguir até o próximo posto de controle (P.C) ou se é mais seguro e viável retornar ao posto de controle (P.C) anterior.

### ***Item 11 – Denúncias Reclamações:***

A denúncia de irregularidade ou de fraude deve ser feita por escrito de próprio punho e deverá constar o documento de identidade, número de peito e assinatura do atleta reclamante e também o número de peito ou nome do atleta acusado. Este procedimento deverá ser feito em até uma (01) hora após a chegada do reclamante. Para o atleta entrar com um recurso ele deverá adotar o mesmo procedimento acima e anexar o nome e documento de duas testemunhas e ou apresentar provas concretas, tais como: foto, filmagem ou flagrante que deverá ser comunicado ao fraudador no ato do ocorrido. Se for instaurado o recurso o resultado oficial da prova será suspenso até a apuração dos fatos, acareação será feita entre as partes.

### ***Item 12 – Regras para cortes e desistências:***

- O atleta que for cortado o desistente da prova entre a largada e o KM20, sem ser por motivo de lesão ou saúde, o mesmo deverá se dirigir até o posto de controle no KM20, na localidade de Frade/Macaé-RJ, onde o staff daquele posto orientará o atleta a pegar um ônibus da localidade, que circula a cada

hora, de Frade para Glicério/Macaé-RJ no local da chegada de todas as modalidades. (A organização orienta todos os atletas a levarem documentos válidos e dinheiro, para sua alimentação nas comunidades e para necessidade de transportes).

**OBS: NESTES CASOS NÃO RETORNEM, SIGAM EM FRENTE ATÉ O PRÓXIMO POSTO DE CONTROLE (P.C). TODOS OS ATLETAS PRECISAM PASSAR PELOS POSTOS DE CONTROLE (P.C) PARA QUE SEJA FEITA A CONTAGEM DE ATLETAS PARA CONTROLE DE PROVA E SEGURANÇA DE TODOS. É DE RESPONSABILIDADE DO ATLETA INFORMAR A DIREÇÃO DA PROVA SUA DESISTÊNCIA E SUA DECISÃO PARA QUAL DIREÇÃO E TRANSPORTE QUE ESTARÁ UTILIZANDO.**

- O atleta que for cortado o desistente da prova entre o KM20 (P.C-1) e o KM40 (P.C-02), sem ser por motivo de lesão ou saúde, o mesmo deverá fazer a seguinte avaliação: ( verificar o horário e a distância percorrida e se atentar para o horário de encerramento dos postos de controle e dentro destes parâmetros avaliar se pode retornar para o (P.C-01) na localidade de Frade/Macaé-RJ, onde fica mais fácil para acessar o transporte urbano da localidade para ir até a chegada da prova na praça de Glicério/Macaé-RJ ou continuar subindo em direção os (P.C-02) na localidade de Bicuda Pequena/Macaé-RJ, onde neste posto o atleta receberá as orientações do staff para aguardar até o encerramento daquele posto de controle ou vai sugerir que o atleta utilize o transporte urbano da localidade de Bicuda Pequena/Macaé-RJ até a localidade de Bicuda Grande/Macaé-RJ onde fica o PONTO DE CORTE DA PROVA.

- (A organização orienta a todos os atletas a levarem documentos válidos e dinheiro, para sua alimentação nas comunidades e para necessidade de transportes).

**TODOS OS ATLETAS PRECISAM PASSAR PELOS POSTOS DE CONTROLE (P.C) PARA QUE SEJA FEITA A CONTAGEM DE ATLETAS PARA CONTROLE DE PROVA E SEGURANÇA DE TODOS.**

**É DE RESPONSABILIDADE DO ATLETA INFORMAR A DIREÇÃO DA PROVA SUA DESISTÊNCIA E SUA DECISÃO PARA QUAL DIREÇÃO E TRANSPORTE QUE ESTARÁ UTILIZANDO.**

- O atleta que for cortado o desistente da prova entre o KM40 (P.C-2) e o KM50 (P.C-03), sem ser por motivo de lesão ou saúde, o mesmo deverá seguir para o (P.C-03) na localidade de Bicuda Grande/Macaé-RJ até a localidade de Bicuda Grande/Macaé-RJ onde o mesmo também se transforma no PONTO DE CORTE DA PROVA, no retorno da Serra de Duas Barras/Macaé-RJ.

Neste posto será feito a contagem de todos os atletas que passaram e continuaram a prova e os atletas que não passaram, que foram cortados ou desistentes. O encerramento destes posto será as quinze horas (15) do dia 03



de setembro de 2022.

O transporte de retorno dos atletas desistentes e cortados sairá em direção a praça de Glicério/Macaé-RJ, local da chegada de todas as modalidades.

- (A organização orienta a todos os atletas a levarem documentos válidos e dinheiro, para sua alimentação nas comunidades e para necessidade de transportes).

**TODOS OS ATLETAS PRECISAM PASSAR PELOS POSTOS DE CONTROLE (P.C) PARA QUE SEJA FEITA A CONTAGEM DE ATLETAS PARA CONTROLE DE PROVA E SEGURANÇA DE TODOS.**

**É DE RESPONSABILIDADE DO ATLETA INFORMAR A DIREÇÃO DA PROVA SUA DESISTÊNCIA E SUA DECISÃO PARA QUAL DIREÇÃO E TRANSPORTE QUE ESTARÁ UTILIZANDO.**

- O atleta que for cortado o desistente da prova entre o KM50 (P.C-2) e o KM63 (P.C-04), PONTO DE CORTE DA PROVA, sem ser por motivo de lesão ou saúde, o atleta deverá seguir de qualquer ponto deste trecho para o posto de controle Bicuda Grande/Macaé-RJ, (P.C-05) onde fica o PONTO DE CORTE DA PROVA.

- (A organização orienta a todos os atletas a levarem documentos válidos e dinheiro, para sua alimentação nas comunidades e para necessidade de transportes).

**TODOS OS ATLETAS PRECISAM PASSAR PELOS POSTOS DE CONTROLE (P.C) PARA QUE SEJA FEITA A CONTAGEM DE ATLETAS PARA CONTROLE DE PROVA E SEGURANÇA DE TODOS.**

**É DE RESPONSABILIDADE DO ATLETA INFORMAR A DIREÇÃO DA PROVA SUA DESISTÊNCIA E SUA DECISÃO PARA QUAL DIREÇÃO E TRANSPORTE QUE ESTARÁ UTILIZANDO.**

- O atleta que for cortado o desistente da prova entre o KM63 (P.C-5) PONTO DE CORTE DA PROVA e o KM72 (P.C-06) saída da mata da Serra Escura, sem ser por motivo de lesão ou saúde, o atleta deverá seguir de qualquer ponto deste trecho para o posto de controle (P.C-06) no alto da Serra Escura, onde neste local faltam apenas oito (8) KM de descida até a praça de Glicério/Macaé-RJ, local da chegada da prova e aguardar junto aos staffs o encerramento daquele posto de controle (P.C) para que os mesmos os conduzam até o transporte na entrada da fazenda. O encerramento deste posto de controle (P.C) será as dezoito (18) horas do dia 03 de setembro de 2022.

### ***Item 13 – Transporte de retorno:***

A organização oferecerá aos atletas inscritos na modalidade de 80K, o serviço

de transporte de retorno. Sendo este serviço exclusivo para os atletas que forem cortados ou desistentes no PC-2, (Km 40), na localidade de Bicuda Pequena/Macaé-RJ, para os atletas cortados ou desistentes no PC-3 e PC-4, (Km 50 e Km 63). Este serviço será realizado a partir destas localidades acima citadas até o local oficial da chegada da prova principal do evento, na praça de Glicério/Macaé-RJ.

Para os atletas cortados ou desistentes na modalidade de 26K, no (PC-1) (Km 20), na localidade de Frade/Macaé-RJ, o serviço de transporte será por conta do atleta fazendo uso do transporte urbano da cidade, que funciona com intervalos de aproximadamente a cada hora, de Frade/Macaé-RJ para Glicério/Macaé-RJ.

### **Regra de saída do transporte de cada localidade:**

O transporte terá seu horário de saída do PC-2 Km 40, na localidade de Bicuda Pequena/Macaé-RJ para o PC-3 e PC-4 (Km50 e Km 63), na localidade de Bicuda Grande/Macaé-RJ, as doze (12) horas ou na passagem do último atleta por este PC.

O transporte terá seu horário de saída do PC-3 e PC-4 (Km50 e Km 63), na localidade de Bicuda Grande/Macaé-RJ, para o local oficial da chegada da prova principal do evento, na praça de Glicério/Macaé-RJ, as quinze horas e trinta minutos (15:30) horas, horário este que já compreende o tempo limite da modalidade de 50K e tempo de corte da modalidade de 80K.

Os atletas tem inteira liberdade de usar outros transportes para o retorno, como veículos particulares, veículos alugados ou transportes urbanos da cidade, sendo estes de inteira responsabilidade do atleta, em seus custos, horários, itinerários e sua segurança. Uma vez fazendo uso destes transportes que não são oferecidos pela organização, o atleta isenta de qualquer responsabilidade a organização da prova.

**OBS: MAS ESSA LIBERDADE NÃO ISENTA O ATLETA DA RESPONSABILIDADE DE COMUNICAR A ORGANIZAÇÃO DA PROVA, BEM COMO SEUS FISCAIS DE PERCURSO, ( STAFFS ), A SUA DESISTÊNCIA, CORTE E SUA DECISÃO DE ESCOLHA DE TRANSPORTE. COMUNICAÇÃO ESTA QUE DEVER SER FEITA REGISTRANDO SEU NÚMERO DE PEITO E NOME COMPLETO.**

### ***Item 13 – Penalidades:***

Haverá postos de checagem ao longo do percurso, onde a organização considerar necessário o controle da passagem do atleta.

Haverá batedores no percurso apoiando e fiscalizando.

A organização se reserva no direito de tomar decisões que dizem respeito à

operacionalização do evento, inclusive de punir com acréscimo no tempo final ou até mesmo com desclassificação do atleta decorrentes das seguintes situações:

Números de identificação não visíveis;

Suspeita que o atleta está sendo acompanhado mesmo de longe por carro, moto ou bicicleta;

Suspeita de pontos estratégicos que não são permitidos neste regulamento.

Comportamento antidesportivo;

#### **Desclassificação:**

Ser transportado por veículo a motor ou de qualquer outro meio de transporte.

Atalhar o percurso;

Cortar caminho;

Receber apoio de qualquer acompanhante que não esteja devidamente inscrito na prova (pace).

Receber apoio de pessoas localizadas em pontos estratégicos da prova.

#### ***Item 14 – Regras solo survivor:***

- 1- Cada atleta (solo survivor) somente pode disponibilizar de apoio da organização nos PCs e durante o percurso da prova.
- 2- Cada atleta (solo survivor), deverá levar durante todo o percurso da prova, todo o equipamento obrigatório e sugerido, não podendo enviar para nenhum PC ou ponto estratégico da prova sob risco de desclassificação.
- 3- Cada atleta (solo survivor), deverá levar hidratação e alimentação para percorrer no máximo 20Km, que é a distância máxima entre PCs.

#### ***Item 15 – Retirada dos kits:***

A retirada dos kits será no dia três (03) de Setembro de 2022, a partir das dezesseis (16) horas até as dezenove (19) horas, na localidade de Sana/Macaé-RJ, próximo ao local da largada. O local será definido pela organização e informado posteriormente até uma (01) semana antes do evento nos canais de comunicação do evento.

Os itens obrigatórios, atestado médico e termo de responsabilidade assinado, deverão ser apresentados na retirada do kit, caso falte algum item o kit não será entregue e o atleta deverá providenciar e apresentar à organização.

O atleta que não apresentar o atestado médico não poderá participar de nenhuma das modalidades da prova.

- PARA AS MODALIDADES EASY TRAI 26K E MARATONA TRAI 42K, NÃO É OBRIGATÓRIO O ATESTADO. PORÉM A

**ORGANIZAÇÃO RECOMENDA QUE TODOS OS ATLETAS TENHAM A SEGURANÇA E A CERTEZA DE ESTAREM PREPARADOS FISICAMENTE E GOZANDO DE UMA EXCELENTE SAÚDE.**

***Item 16–Composição do Kit:***

Uma (01) camisa do evento, um (01) número de peito, quatro (04) alfinetes de fixação do número de peito.

Poderá a organização oferecer no kit possíveis brindes dos patrocinadores.

***Item 17– Itens obrigatórios para todas as modalidades:***

**OBRIGATÓRIO: mochila ou cinto de hidratação, apito, lanterna. RECOMENDÁVEL - Bastão, boné, filtro solar, corta vento, óculos escuros.**

Obs: A lanterna será usada na largada por esta ser na madrugada do dia três (03) de setembro de 2022 e também será necessária para atravessar a Serra Escura, para os atletas que passarem no ponto de corte as quinze horas (15h). Porque a partir desse horário a mata fica escura. Onde se farão necessários, o corta vento e a lanterna.

***Item 18 – PCs, Hidratação e Alimentação:***

PC-1 (Km 20) - Frade/Macaé-RJ – Controle, apoio, orientação, hidratação e alimentação.

PC-2 (Km 40) - Bicuda Pequena/Macaé-RJ – Controle, apoio, orientação, hidratação e alimentação.

PC-3 (Km 50) - Bicuda Grande/Macaé-RJ – Controle, apoio, orientação, hidratação, alimentação.

PC-4 (Km 57) - Duas Barras/Macaé-RJ – Controle, apoio, entrega da pulseira e orientação.

PC-5 (Km 63) - Bicuda Grande/Macaé-RJ – Controle, orientação, hidratação, alimentação e ponto de corte a partir das quinze horas (15h) para os atletas da modalidade de 80K.

PC-6 (Km 72) - Serra Escura/Macaé-RJ – Controle, apoio e orientação.

***ATENÇÃO***

Nos pontos de controle, (PC-4, PC-6 ), não haverá hidratação e alimentação. Postos somente de controle, apoio e orientação.

**Item 19 – Premiação:**

**TODOS OS CAMPEÕES DE CADA MODALIDADE, GANHARÃO COMO PRÊMIO A INSCRIÇÃO DO PRÓXIMO EVENTO E A CAMISA PERSONALIZADA DE CAMPEÃO/CAMPEÃ DA RESPECTIVA MODALIDADE. PODENDO RECEBER A CAMISA NO DIA DA PREMIAÇÃO OU NA RETIRADA DO KIT DO PRÓXIMO EVENTO.**

**Modalidade EASY TRAIL 26K** – Serão premiados com troféu os cinco (05) primeiros colocados na geral masculino e feminino. A partir da sexta colocação, todos os atletas que finalizarem a prova dentro dos parâmetros estabelecidos neste regulamento, serão premiados com medalhas personalizadas ou troféus por ordem de chegada.

**Modalidade MARATONA TRAIL 42K** – Serão premiados com troféu os cinco (05) primeiros colocados na geral masculino e feminino. A partir da sexta colocação, todos os atletas que finalizarem a prova dentro dos parâmetros estabelecidos neste regulamento, serão premiados com medalhas personalizadas ou troféus por ordem de chegada.

**Modalidade 80K** – Serão premiados com troféus diferenciado os cinco primeiros colocados na geral masculino e feminino. A partir da sexta colocação, todos os atletas que finalizarem a prova dentro do tempo limite estabelecidos neste regulamento, serão premiados com troféus por ordem de chegada.

**Para a modalidade de 80K, haverá a disputa de cinturão para quebra do recorde da prova.**

Todos os atletas de cada modalidade, que concluírem o percurso dentro do tempo limite estabelecido neste regulamento, **receberão medalhas FINISHER.**

Não haverá premiação por faixa etária, todos os atletas que concluírem a prova dentro do tempo limite estabelecido neste regulamento, receberá sua premiação por ordem de chegada, não sendo necessário aguardar a cerimônia de premiação.

**Todos os atletas receberão suas premiações no local FINISHER de suas provas.**

**EASY TRAIL 26K** – Praça de Glicério/Macaé-RJ

**MARATONA TRAIL 42K** – Praça de Glicério/Macaé-RJ

**ULTRA DESAFIO 80K** – Praça de Glicério/Macaé-RJ

**Item 20 – Atletas desistentes ou cortados:**

**Todos os atletas de cada modalidades, que NÃO concluírem o percurso na qual estão inscritos dentro do tempo limite estabelecido neste regulamento, NÃO farão jus a nenhuma das premiações.**

***Item 21 – Encerramento dos postos de controle (PCs):***

PC-1 (Km 20) - Frade/Macaé-RJ – Será encerrado as oito horas e trinta minutos (08:30h) do dia três (03) de Setembro de 2022. **(PARA A MODALIDADE DE 80K).**

PC-1 (Km 20) - Frade/Macaé-RJ – Será encerrado as doze horas e trinta minutos (12:30h) do dia três (03) de Setembro de 2022. **(PARA A MODALIDADE DE 26K).**

PC-2 (Km 40) - Bicuda Pequena/Macaé-RJ – Será encerrado as doze horas (12:00h) do dia três (03) de Setembro de 2022.

PC-3 (Km 50) - Bicuda Grande/Macaé-RJ – Será encerrado as quinze horas (15:00h) do dia três (03) de Setembro de 2022.

PC-4 (Km 57) - Duas Barras/Macaé-RJ – Será encerrado as quinze horas (15:00h) do dia três (03) de Setembro de 2022.

PC-5 (Km 63) - Bicuda Grande/Macaé-RJ – Será encerrado as quinze horas (15h) do dia três (03) de Setembro de 2022.

PC-7 (Km 57) - Serra Escura/Macaé-RJ – Será encerrado as dezoito horas (18:00h) do dia três (03) de Setembro de 2022.

**Todos os encerramentos dos PCs poderão ser antecipados de acordo com a evolução da prova e por necessidades técnicas.**

***Item 22 – Cronograma:***

No dia 02/09/2022 das 16 horas as 19 horas – Entrega dos Kits para todas as modalidades.

No dia 02/09/2022 das 19 horas as 19:30 horas – Congresso Técnico.

No dia 03/09/2022 as 03:40 horas – Primeira chamada para a largada.

No dia 03/09/2022 as 03:45 horas – Segunda chamada para a largada.

No dia 03/09/2022 as 03:50 horas – Última chamada para a largada e resumo das orientações da prova conforme passado no congresso técnico.

No dia 03/09/2022 as 04:00 horas – LARGADA DO ULTRA DESAFIO 80K DE SANA.

No dia 03/09/2022 das 05:00 horas até as 07:00 horas – Entrega de kits das modalidades EASY TRAIL 26k E MARATONA TRAIL 42K.

No dia 03/09/2022 as 07:40 horas – Primeira chamada para a largada Easy Trail 26K e da Maratona Trail 42K.

No dia 03/09/2022 as 07:45 horas – Segunda chamada para a largada Easy Trail 26K e da Maratona Trail 42K.

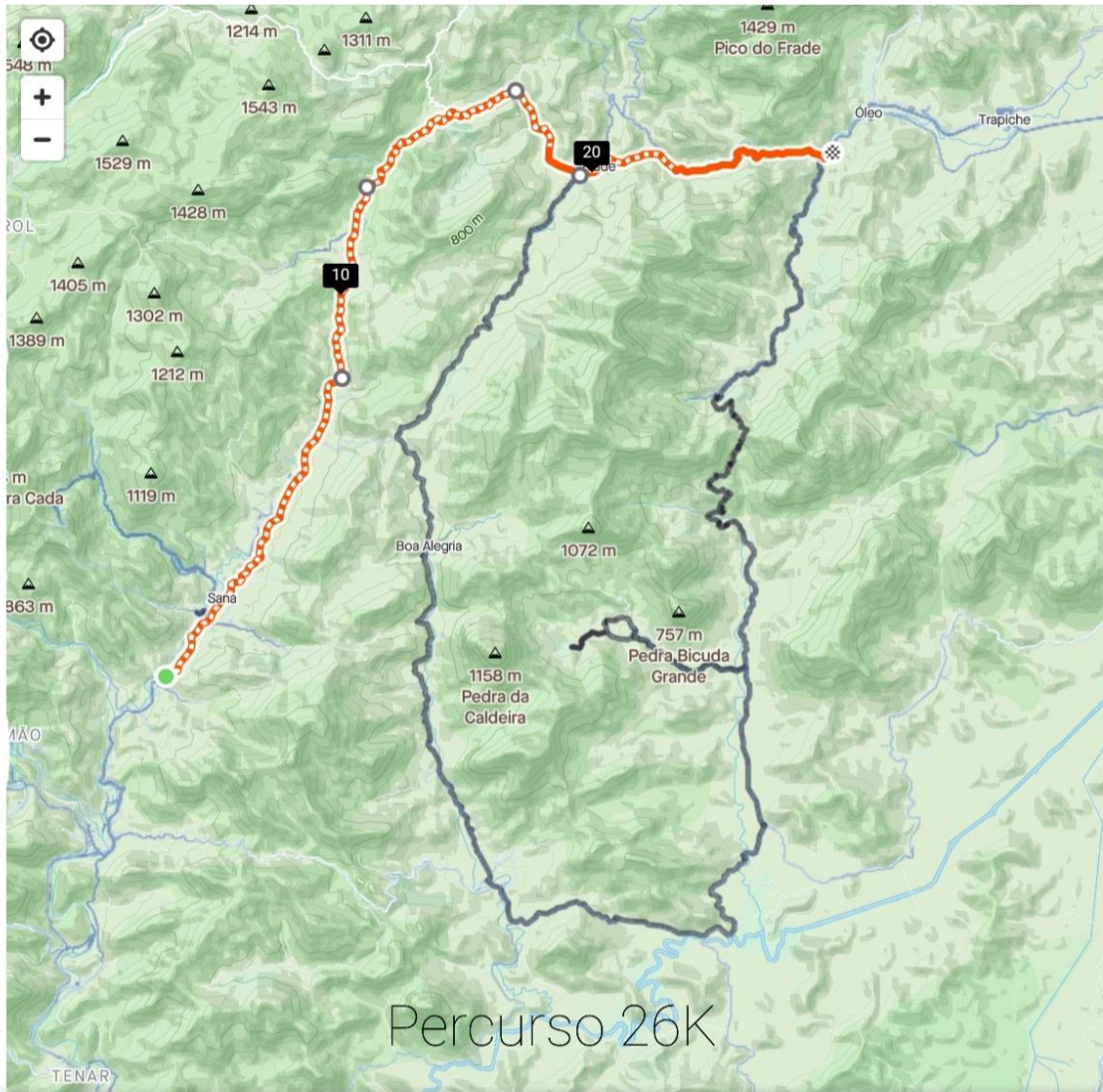
No dia 03/09/2022 as 07:50 horas – Última chamada para a largada Easy Trail 26K e da Maratona Trail 42K e resumo das orientações da prova conforme passado no congresso técnico.

No dia 03/09/2022 as 08:00 horas – LARGADA DA EASY TRAIL 26K E DA MARATONA TRAIL 42K DE SANA.

**OBS: O congresso técnico poderá ser de forma online ou por envio de informações por outros meios.**







Distância  
**26,11 km**

Ganho de elevação  
**535 m**

Perda de elevação  
**762 m**

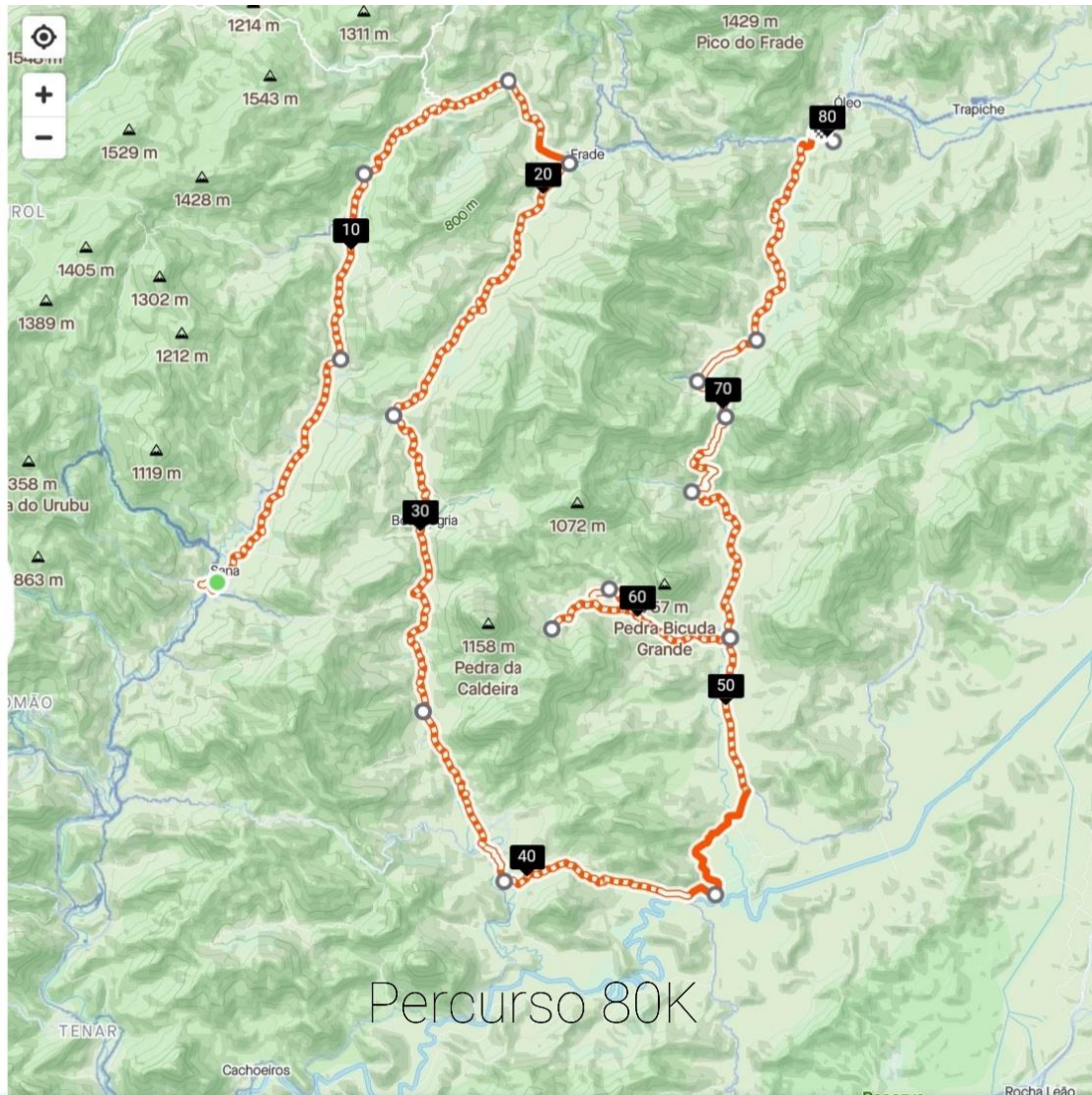
Tipo de superfície

22% PAVIMENTADO 78% DE TERRA 0% NÃO ESPECIFICADO



**Item 23 – Mapa percurso 26K:pa percurso 26K:**

## Item 24 – Mapa percurso 80K:



Distância  
**80,68 km**

Ganho de elevação  
**2.431 m**

Perda de elevação  
**2.642 m**

Tipo de superfície

8% PAVIMENTADO 83% DE TERRA 9% NÃO ESPECIFICADO



### ***Item 25 – Cancelamento de Inscrição:***

As inscrições confirmadas e pagas poderão ser canceladas mediante envio formal pôr o e-mail para [verinhaexpress@yahoo.com.br](mailto:verinhaexpress@yahoo.com.br). Havendo antecedência mínima de 45 dias do evento, o atleta terá o valor de cinquenta por cento (50%) do valor do primeiro lote transformado em CRÉDITO para utilizações futuras em qualquer evento realizado pela organização. O valor não será REEMBOLSADO em nenhuma hipótese. Sendo a solicitação realizada com tempo inferior à 45 dias do evento, o valor pago não será restituído.

As inscrições são intransferíveis, o atleta não poderá transferir em hipótese alguma sua inscrição para outro atleta.

Em caso de troca de modalidade, o atleta deverá comunicar com antecedência mínima de 60 dias do evento mediante a envio formal pôr e-mail para [verinhaexpress@yahoo.com.br](mailto:verinhaexpress@yahoo.com.br). Solicitando a troca de modalidade, onde o atleta deverá arcar com os valores da seguinte forma: se a modalidade na qual ele está inscrito for de valor menor do que a modalidade na qual ele pretende efetuar a troca, o mesmo deverá pagar o valor da diferença, pois somente após o pagamento a mesma será realizada. Ou se a modalidade qual ele está inscrito for de valor maior do que a modalidade na qual ele pretende efetuar a troca, os valores excedente não serão reembolsados, sendo transformado em CRÉDITO para utilizações futuras em qualquer evento realizado pela organização.

### ***Item 25 – Futuras alterações necessárias:***

Este regulamento poderá sofrer alterações visando à necessidade de segurança e proteção aos atletas. Adaptações serão feitas se necessário, nos reservamos o direito de alteração e inclusão de itens neste regulamento a qualquer momento sem prévio aviso.

Diretor da prova: Adenilson Aprígio dos Santos – (22) 99767-8557

Financeiro: Vera Lúcia Mota – (22) 99915-5355

[verinhaexpress@yahoo.com.br](mailto:verinhaexpress@yahoo.com.br)