

## **REGULAMENTO 10ª ULTRAMARATONA 12 HORAS / 6 HORAS MACAÉ E PROVA DE 3 HORAS NOS DIAS 25 E 26 MARÇO 2023.**

**A ASCOM (Associação de Corredores de Rua de Macaé), irá realizar o evento, denominado, ULTRAMARATONA 12 e 6 HORAS E PROVA DE 3 HORAS.**

A prova acontecerá nos dias 25 e 26 de março de 2023 em 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.

### **COMPETIÇÃO:**

A Ultramaratona 12 horas/ 6 horas e 3 horas será uma corrida pedestre, de única etapa, com total liberdade de ritmo, a duração será de 3 horas, 6 horas e 12 HORAS, serão declarados vencedores os atletas que percorrem a maior quilometragem no prazo definido de cada prova.

### **CONDIÇÕES GERAIS:**

As Provas serão regidas pelo Regulamento, e aprovada pelo corredor ao inscrever-se no evento.

### **CONDIÇÃO DE ADMISSÃO DOS PARTICIPANTES:**

Será admitido como participante inscrito nas provas, toda pessoa maior de 18 anos de idade, de qualquer nacionalidade, que cumpra as exigências deste regulamento.

O atleta deverá apresentar um atestado de liberação médica, bem como entregar assinado o termo de responsabilidade no qual isenta a organização da prova de qualquer responsabilidade, tanto realizadores e patrocinadores, em seu nome e de seus sucessores, os documentos poderão ser enviados via e-mail ou entregues na retirada de kit.

Eventuais despesas médicas e hospitalares, resultantes do desgaste físico dos atletas, serão de inteira responsabilidade do atleta.

Qualquer atleta poderá ser submetido a exame antidoping.

Não será permitida a participação de Corredores PACE, “atletas ajudando a dar ritmo a outro atleta”

### **LIMITE DE PARTICIPANTES:**

Individual modalidade de 12 horas: 150 atletas

Individual modalidade de 6 horas: 100 atletas

Individual modalidade de 3 horas: 50 atletas

### **REGRAS DE PARTICIPAÇÃO:**

Liberdade de ritmo / liberdade de paradas para apoio e descanso / não é permitida a

Ausência do atleta do recinto da prova (com pena de desclassificação), qualquer motivo de saída do recinto da prova deverá ser comunicado a organização.

IAU (nternational Associaton of Ultra Runners ), toda quilometragens acima de 42.195 km caracteriza Ultramaratona.

## PROGRAMAÇÃO

DIA 25 março 2023.

A entrega de kit dos atletas será das 14:00hs as 17:00hs no local do evento, (Hotel Paradiso).

Congresso técnico será 17:00 às 18:00h no local do evento, (Hotel Paradiso).

ATENÇÃO: Os Kits só serão entregues mediante a apresentação do atestado médico e termo de responsabilidade assinado.

Congresso técnico será 17:00 às 18:00h no local do evento, (Hotel Paradiso). Todos devem estar com máscara.

Dia 25/03/2023 as 19:30h, chamada dos atletas para a linha de largada das 12 horas.

Dia 25/03/2023 as 20:00h, Largada da prova de 12 horas.

Dia 26/03/2023 as 01:30h, chamada dos atletas para a linha de largada das 06 horas.

Dia 26/03/2023 as 02:00h, Largada da prova de 06 horas.

Dia 26/03/2023 as 04:30h, chamada dos atletas para a linha de largada das 03 horas.

Dia 26/03/2023 as 05:00h, Largada da prova de 03 horas.

Dia 26/03/2023 as 9 horas, cerimônia de premiação.

Premiação: iniciando com 12h, 6 horas e finalizando com a prova de 3 horas.

### INSCRIÇÕES PARA PROVA DE 12HORAS:

Primeiro Lote: R\$ 330,00 + taxa, do dia 10 de Fevereiro 2022 até 31 de Junho de 2022.

Segundo Lote: R\$ 400,00 + taxa, do dia 01 de Julho 2022 até 30 Outubro de 2022.

Terceiro Lote: R\$ 450,00 + taxa, do dia 01 Novembro 2022 até 20 Fevereiro de 2023.

### INSCRIÇÕES PARA PROVA DE 06 HORAS:

Primeiro Lote: R\$ 290,00 + taxa, do dia 10 de Fevereiro 2022 até 31 de Junho de 2022.

Segundo Lote: R\$ 320,00 + taxa, do dia 01 de Julho 2022 até 30 Outubro de 2022.

Terceiro Lote: R\$ 300,00 + taxa, do dia 01 Novembro 2022 até 20 Fevereiro de 2023.

### INSCRIÇÕES PARA PROVA DE 03 HORAS:

Primeiro Lote: R\$ 200,00 + taxa, do dia 10 de Fevereiro 2022 até 31 de Junho de 2022.

Segundo Lote: R\$ 220,00 + taxa, do dia 01 de Julho 2022 até 30 Outubro de 2022.

Terceiro Lote: R\$ 380,00 + taxa, do dia 01 Novembro 2022 até 20 Fevereiro de 2023.

### \*Descontos:

Para Idoso: 30% (desconto oferecido pela Ascom)

\*Não haverá inscrições posteriormente.

- Somente o pagamento garante a inscrição do atleta, portanto, após ser atingido o número máximo de atletas serão desconsiderados. Serão 5 atletas para prova de 3 HORAS, 100 atletas para a prova de 6 HORAS e 150 atletas para prova de 12 HORAS.
- **O Valor de toda inscrição depois de confirmada, não será devolvido em nenhuma hipótese.**
- Em caso de desistência por parte do atleta após confirmação da inscrição não será feito reembolso em hipótese alguma, por tanto antes de confirmar a inscrição tenha certeza de que leu o regulamento, pois o pagamento é a confirmação da inscrição, confirma também que o atleta leu e aceitou os termos deste regulamento.
- Em caso de cancelamento da prova por decretos municipal, estadual ou federal, fica a organização com o direito de remarcar a nova data da prova após a liberação feita pelos órgãos públicos que decretaram o impedimento da realização da prova, em data que a organização encontrar a disponibilidade para a realização da mesma. O que não obrigará a organização a devolver nenhum valor pago caso o atleta não participe da prova na nova data escolhida.

### **IDENTIFICAÇÃO DO ATLETA:**

O atleta receberá UM número que deverá fixar em local visível de sua vestimenta e UM número reserva para colocar em outras vestimentas a sua escolha. O atleta das 6 horas receberá número de peito diferente.

O não uso do chip, por esquecimento ou em local inadequado por qualquer outro motivo acarretará na perda de voltas (Dados da Cronometragem) que não serão corrigidos.

Todo atleta se compromete a respeitar rigorosamente esse item sob pena de desclassificação sumária.

### ***PATROCÍNIO***

Respeitada a utilização do número oficial frontal na vestimenta, o atleta poderá utilizar outro espaço das suas vestimentas para seus patrocinadores individuais (calção, bonés, camiseta, outros).

Não será permitido a atletas inscritos correr “sem camisa” e sem o número fixado em local visível, o não cumprimento, acarretará em uma 1º advertência, 2º advertência, 3º advertência desclassificação sumária.

### ***ORDEM DE LARGADA***

A largada se dará em grupo total de participantes, sem preferências de idade, sexo ou Categoria.

Os atletas que competirem na Prova de 3 horas, quando der 00:5horas entra na pista. Ultra de 6 horas, quando der 00:2horas entra na pista (Faltando 10 minutos para as 12 HORAS a linha de chegada será fechada acumulando os atletas da última volta, no momento em que o relógio marcar 08:00 todos cruzarão a linha de chegada) confraternização dos atletas e equipes.

**Percurso:**

Cada volta completa tem 1.600m.

**PREMIAÇÃO GERAL PARA AS 12 Horas E 6 Horas E 3 Horas:**

**PROVA DE 12 HORAS:** Será premiado com troféu os 5 PRIMEIROS (M e F) NO GERAL e todos os demais participantes receberão também Troféu na ordem de chegada. (Serão premiados no pódio na sequência de chegada até o último colocado, SENDO OBSERVADO A DISTANCIA MINIMA PARA ULTRAMARATONAS.

**ATENÇÃO:**

**Só receberão troféus aqueles atletas que ultrapassarem a distância mínima considerada para ULTRAMARATONAS, ( 42.196 METROS )**

Todos receberão também medalhas de participação.

**PROVA DE 6 HORAS:** Será premiado com troféus os 5 PRIMEIROS NO GERAL (M e F) e todos os demais participantes receberão também Troféu na ordem de chegada (serão premiados no pódio na sequência de chegada até o último colocado, SENDO OBSERVADO A DISTANCIA MINIMA PARA ULTRAMARATONAS.

**ATENÇÃO:**

**Só receberão troféus aqueles atletas que ultrapassarem a distância mínima considerada para ULTRAMARATONAS, ( 42.196 METROS )**

Todos receberão também medalhas de participação.

**PROVA DE 3 HORAS:** Será premiado com troféus os 3 PRIMEIROS NO GERAL (M e F) Medalhas para os 3 primeiros nas categorias M/F. 20/29 – 30/39 – 40/49 – 50/59 – 60 +

Todos receberão também medalhas de participação (FINISHER).

**ATENÇÃO:**

HAVERÁ A DISPUTA DE CINTURÃO PARA QUEBRA DE RECORDE SOMENTE PARA ULTRAMARATONA DE 12 h - NO MASCULINO 139:091KM (LUCIANO ALVES DE SOUZA / SP) NO FEMININO 134KM (DENISE PAIVA / ITAMONTE - MG)

**DEMAIS INFORMAÇÕES:****POSTO DE CONTROLE:**

O posto de controle de tempo estará localizado junto à passagem pelo tapete identificador do chip eletrônico.

O atleta ao se ausentar do percurso por qualquer que seja o motivo, deverá informar aos fiscais sua saída e sua posterior entrada.

**ALIMENTAÇÃO E ABASTECIMENTO DE ÁGUA:**

A organização da prova disponibilizará aos corredores: frutas variadas, água, coca cola e sopa quente durante as 12 horas de prova e por mais 30 minutos após o encerramento da

competição.

Biscoitos doces e salgados, Frutas, Água Normal e Gelada, coca cola – 12 horas de prova e até às 08h30 do dia 26/03/2023.

Sopa será servida a partir das 00:1h da manhã.

**- Atenção:** A alimentação, hidratação e suplementação são restrita aos atletas não podendo ser utilizada pelo suporte, por favor, atleta comunique este item ao seu suporte. **Tudo será de acordo com protocolo da Secretaria de Saúde.**

## **ASSISTÊNCIA MÉDICA E FISIOTERAPIA**

A organização da prova disponibilizará aos participantes da prova uma equipe médica de pronto atendimento durante as 12 horas da prova e por mais uma hora após o término da competição.

A equipe médica terá autoridade para retirar da competição todo atleta que não esteja mais apto a participar ou que tenha recebido cuidados médicos vitais.

## **ABANDONO:**

Em caso de abandono voluntário, o atleta deverá entregar a um fiscal da prova seu número de identificação por chip eletrônico:

O atleta que tenha sido afastado da prova por decisão médica, terá retirado o chip eletrônico.

Uma vez ocorrido o abandono voluntário ou por razões médicas, o atleta não poderá mais retornar a prova.

O resultado final do atleta que abandonar a prova, voluntariamente ou por razões médicas, terá a quilometragem válida até o momento de sua saída da prova.

## **RISCOS DA PROVA:**

Por tratar-se de uma prova de alto desgaste físico, cada um dos corredores/atletas inscritos tem total conhecimento dos riscos que a participação na prova pode ocasionar, e para tal, deverá assinar o termo de responsabilidade da ficha de inscrição que isentará de responsabilidades a organização da prova.

Todo participante deve saber que participa por sua própria responsabilidade, e que a organização da prova não assumirá nenhuma responsabilidade em caso de desfalecimento físico ou de acidente pessoal, de qualquer natureza.

***SERÁ OBRIGATÓRIO A APRESENTAÇÃO DO ATESTADO MÉDICO PARA AS PROVAS DE 12 E 6 HORAS.***

**Os kits de participação da prova de 12 e 6 horas só serão entregues com a apresentação do atestado médico e com o termo de responsabilidade**

**assinado.**

**Os kits de participação da prova de 3 horas só serão entregues com o termo de responsabilidade assinado na retirada do mesmo.**

Os atletas do individual e suas equipes técnicas de apoio poderão utilizar a parte externa da pista para acomodar seus pertences, haverá um local determinado pela organização para as tendas e barracas de apoio.

Haverá alimentação, hidratação e banheiros químicos compatível com a estrutura local.

A área de alimentação e hidratação será de uso exclusivo dos atletas, técnicos, suporte deverão estar identificados com uma pulseira.

#### ***DIREITOS DE IMAGEM:***

A ASCOM terá o direito exclusivo de uso das imagens da 10ª Ultramaratona 12 Horas. Os participantes consentem ao inscrever-se que, a ASCOM disponibilize o direito exclusivo de seus nomes e de sua imagem individual e coletiva para tudo aquilo que diga respeito a sua participação no evento acima mencionado, incluindo uso comercial.

#### ***CRONOMETRAGEM:***

A cronometragem será eletrônica (Chip Descartável, a cada 2 horas teremos uma parcial das provas de 6 e 12 horas que será fixada em local próximo ao pórtico para conferência dos seus técnicos e treinadores, o atleta ao cruzar o tapete de cronometragem não deverá retornar em hipótese alguma, caso isso aconteça  
O atleta poderá ser penalizado com desclassificação.

#### ***REGRAS DE ARBITRAGEM:***

##### **Cronometragem Chip Eletrônico:**

A cronometragem (Tomada de Tempo/km por distância, voltas ou por tempo) é realizada por equipamento e Chip eletrônico alta precisão que fará a coleta de dados através de tapetes posicionados na linha de largada e chegada, somente o registro do chip tem validade para a organização, não será aceita em hipótese alguma resultado marcado por Cronômetros, Marcações Manuais, Laps de Cronômetros, GPS ou qualquer outro tipo de equipamento.

O atleta ou seu técnico não deverá adentrar a tenda de cronometragem em hipótese alguma, em momento algum os operadores do sistema poderão ser interrompidos, preservando assim a integridade dos dados finais de tomada de tempo.

Um membro da organização (Arbitro - Ouvidor) receberá as devidas reclamações e resolverá as pendências uma a uma, junto a mesa de cronometragem, a decisão do Arbitro / Ouvidor é SOBERANA E INCONTESTÁVEL e será acatada pela Organização.

Todo atleta se compromete a respeitar rigorosamente esse artigo sob pena de desclassificação sumária.

#### ***CONSIDERAÇÕES FINAIS:***

A ORGANIZAÇÃO poderá, a seu critério ou conforme as necessidades do EVENTO, incluir ou alterar este REGULAMENTO, total ou parcialmente.

## **DEMAIS INFORMAÇÕES**

### ***IDENTIFICAÇÃO DO ATLETA:***

O atleta receberá 1 número que deverá fixar em local visível de sua vestimenta e 1 número reserva para colocar em outras vestimentas a sua escolha. O atleta das 6 horas receberá número de peito diferente.

O atleta receberá 2 chip eletrônico, deverá ser utilizados.  
O não uso do chip, por esquecimento ou em local inadequado por qualquer outro motivo acarretará na perda de voltas (Dados da Cronometragem) que não serão corrigidos.

Todo atleta se compromete a respeitar rigorosamente esse item sob pena de desclassificação sumária.

### ***PATROCÍNIO INDIVIDUAL:***

Respeitada a utilização do número oficial frontal na vestimenta, o atleta poderá utilizar outro espaço das suas vestimentas para seus patrocinadores individuais (calção, bonés, camiseta, outros).

Não será permitido a atletas inscritos correr “sem camisa” e sem o número fixado em local visível, o não cumprimento, acarretará em uma 1º advertência, 2º advertência, 3º advertência desclassificação sumária.

### ***ORDEM DE LARGADA***

A largada se dará em grupo total de participantes, sem preferências de idade, sexo ou categoria.

Os atletas que competirem na Prova de 3 horas entra na pista as 00:5horas, na Ultramaratona de 6 horas, quando der 00:2horas entra na pista (Faltando 10 minutos para as 12 HORAS a linha de chegada será fechada acumulando os atletas da última volta, no momento em que o relógio marcar 08:00 todos cruzarão a linha de chegada) confraternização dos atletas e equipes.

### ***Percurso:***

Cada volta completa tem 1.600m, totalmente plano.

### ***DEMAIS INFORMAÇÕES:***

#### ***POSTO DE CONTROLE:***

O posto de controle de tempo estará localizado junto à passagem pelo tapete identificador do chip eletrônico.

O atleta ao se ausentar do percurso por qualquer que seja o motivo, deverá informar aos fiscais sua saída e sua posterior entrada.

### ***ALIMENTAÇÃO E ABASTECIMENTO DE ÁGUA:***

A organização da prova disponibilizará aos corredores: frutas variadas, água, coca cola e sopa quente durante as 12 horas de prova e por mais 30 minutos após o encerramento da competição.

Biscoitos doces e salgados, Frutas, Água Normal e Gelada, coca cola – 12 horas de prova e até às 08h30 do dia 26/03/2023.  
Sopa – será servida por volta da 00:1h da manhã.

**- Atenção:** A alimentação, hidratação e suplementação são restrita aos atletas não podendo ser utilizada pelo suporte, por favor, atleta comunique este item ao seu suporte.  
**Tudo será de acordo com protocolo da Secretaria de Saúde.**

### ***ASSISTÊNCIA MÉDICA E FISIOTERAPIA:***

A organização da prova disponibilizará aos participantes da prova uma equipe médica de pronto atendimento durante as 12 horas da prova e por mais uma hora após o término da competição.

A equipe médica terá autoridade para retirar da competição todo atleta que não esteja mais apto a participar ou que tenha recebido cuidados médicos vitais.

### ***ABANDONO:***

Em caso de abandono voluntário, o atleta deverá entregar a um fiscal da prova seu número de identificação por chip eletrônico:

O atleta que tenha sido afastado da prova por decisão médica, terá retirado o chip eletrônico.

Uma vez ocorrido o abandono voluntário ou por razões médicas, o atleta não poderá mais retornar a prova.

O resultado final do atleta que abandonar a prova, voluntariamente ou por razões médicas, será a quilometragem válida até o momento de sua saída da prova.

### ***RISCOS da prova:***

Por tratar-se de uma prova de alto desgaste físico, cada um dos corredores/atletas inscritos tem total conhecimento dos riscos que a participação na prova pode ocasionar, e para tal, deverá assinar o termo de responsabilidade da ficha de inscrição que isentará de responsabilidades a organização da prova.

Todo participante deve saber que participa por sua própria responsabilidade, e que a organização da prova não assumirá nenhuma responsabilidade em caso de desfalecimento físico ou de acidente pessoal, de qualquer natureza.

**Será obrigatória a apresentação do atestado Médico para prova de 12 e 6 horas.**

### ***EDIFICAÇÕES E DEPENDÊNCIAS DO EVENTO:***

Os atletas do individual e suas equipes técnicas de apoio poderão utilizar a parte externa da pista para acomodar seus pertences, haverá um local determinado pela organização para as tendas e barracas de apoio.

Haverá alimentação, hidratação e banheiros químicos compatível com a estrutura local.

A área de alimentação e hidratação será de uso exclusivo dos atletas, técnicos, suporte deverão estar identificados com uma pulseira.

### ***DIREITOS DE IMAGEM:***

A ASCOM terá o direito exclusivo de uso das imagens da 10ª Ultramaratona 12Horas e 6 Horas e Prova de 3 horas.

Os participantes consentem ao inscrever-se que, a ASCOM disponibilize o direito exclusivo de seus nomes e de sua imagem individual e coletiva para tudo aquilo que diga respeito a sua participação no evento acima mencionado, incluindo uso comercial.

### ***CRONOMETRAGEM:***

A cronometragem será eletrônica com Chip Descartável, a cada UMA Horas teremos uma parcial que será fixada em local próximo a acampamento dos atletas, o atleta ao cruzar o tapete de cronometragem não deverá retornar em hipótese alguma, caso isso aconteça o atleta poderá ser penalizado com desclassificação.

### ***REGRAS DE ARBITRAGEM:***

#### **Cronometragem Chip Eletrônico:**

A cronometragem (Tomada de Tempo/km por distância, voltas ou por tempo) é realizada por equipamento e Chip eletrônico alta precisão que fará a coleta de dados através de tapetes posicionados na linha de largada e chegada, somente o registro do chip tem validade para a organização, não será aceita em hipótese alguma resultado marcado por Cronômetros, Marcações Manuais, Laps de Cronômetros, GPS ou qualquer outro tipo de equipamento.

O atleta ou seu técnico não deverá adentrar a tenda de cronometragem em hipótese alguma, em momento algum os operadores do sistema poderão ser interrompidos, preservando assim a integridade dos dados finais de tomada de tempo.

Um membro da organização (Arbitro - Ouvidor) receberá as devidas reclamações e resolverá as pendências uma a uma, junto a mesa de cronometragem, a decisão do Árbitro / Ouvidor é SOBERANA E INCONTESTÁVEL e será acatada pela organização.

Todo atleta se compromete a respeitar rigorosamente esse artigo sob pena de desclassificação sumária.

### ***CONSIDERAÇÕES FINAIS:***

A ORGANIZAÇÃO poderá, a seu critério ou conforme as necessidades do EVENTO, incluir ou alterar este REGULAMENTO, total ou parcialmente.

### ***DIREÇÃO:***

Diretores da Prova:

Vera Lúcia Mota – 22- 999155355

Adenilson Aprigio dos Santos. 22- 997678557

### ***LOCAL DA PROVA:***

Bairro Cavaleiros – Avenida atlântica  
Macaé/RJ (Em frente ao clube AABB)