

**REGULAMENTO 11ª ULTRAMARATONA 12 HORAS / 6 HORAS MACAÉ E PROVA DE 3 HORAS E 1 HORA NOS DIAS 29 E 30 MARÇO 2025.**

**A ASCOM, irá realizar o evento, denominado, ULTRAMARATONA 12 e 6 HORAS E PROVA DE 3 E 1 HORA**

A prova acontecerá nos dias 29 e 30 de março de 2025 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 provas de 3 horas e 1 hora será uma corrida pedestre, de única etapa, com total liberdade de ritmo, a duração será de 1 hora, 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

Individual modalidade de 1 hora: 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 (International Association of Ultra Runners), toda quilometragem acima de 42.195 km caracteriza Ultramaratona.

### **PROGRAMAÇÃO**

**DIA 29 março 2025.**

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 (PARA AS PROVAS DE 6 E 12 HORAS) e termo de responsabilidade assinado. Para as provas de 3 e 1 hora, apenas o termo de responsabilidade.**

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

Dia 29/03/2025 as 19:30h, chamada dos atletas para a linha de largada das 12 horas.

Dia 29/03/2025 as 20:00h, Largada da prova de 12 horas.

Dia 30/03/2025 as 01:30h, chamada dos atletas para a linha de largada das 06 horas.

Dia 30/03/2025 as 02:00h, Largada da prova de 06 horas.

Dia 30/03/2025 as 04:30h, chamada dos atletas para a linha de largada das 03 horas.

Dia 30/03/2025 as 05:00h, Largada da prova de 03 horas.

Dia 30/03/2025 as 07:00h, Largada da prova de 01 horas.

Dia 30/03/2025 as 9 horas, cerimônia de premiação.

Premiação: iniciando com 12h, 6 horas e finalizando com a prova de 3e 1 hora.

### **INSCRIÇÕES PARA PROVA DE 12HORAS:**

#### **INSCRIÇÕES DE LANÇAMENTO :**

**12 HORAS – 200,00 + taxa do dia 25 novembro 2023 até março 2024.**

**6 HORAS – 150,00 +taxa do dia 25 novembro 2023 até março 2024.**

**3 HORAS – 90,00 +taxa do dia 25 novembro 2023 até março 2024.**

**1 HORA – 60,00 +taxa do dia 25 novembro 2023 até março 2024.**

### **INSCRIÇÕES PARA PROVA DE 12HORAS:**

Primeiro Lote: R\$ 330,00 + taxa, do dia 26 de março 2024 até 31 de agosto de 2024.  
Segundo Lote: R\$ 350,00 + taxa, do dia 01 de setembro 2024 até 30 fevereiro de 2025.

### **INSCRIÇÕES PARA PROVA DE 06 HORAS:**

Primeiro Lote: R\$ 250,00 + taxa, do dia 26 de março 2024 até 31 de agosto de 2024.  
Segundo Lote: R\$ 290,00 + taxa, do dia 01 de setembro 2024 até 30 fevereiro de 2025.

### **INSCRIÇÕES PARA PROVA DE 03 HORAS:**

Primeiro Lote: R\$ 120,00 + taxa, do dia 26 de março 2024 até 31 de agosto de 2024.  
Segundo Lote: R\$ 150,00 + taxa, do dia 01 de setembro 2024 até 30 fevereiro de 2025.

### **INSCRIÇÕES PARA PROVA DE 01 HORAS:**

Primeiro Lote: R\$ 79,00 + taxa, do dia 26 de março 2024 até 31 de agosto de 2024.  
Segundo Lote: R\$ 99,00 + taxa, do dia 01 de setembro 2024 até 30 fevereiro de 2025.

#### **\*Descontos:**

Para Idoso: 30% (desconto oferecido pela Ascom)

\*Não haverá inscrições posteriormente.

**- 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 das 12h 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.

*A largada da Ultra 12 horas será pontualmente as 20:00hs.*

*A largada da Ultra 6 horas será pontualmente as 002:00hs.*

*A largada da prova de 3 horas será pontualmente as 005:00hs.*

*A largada da prova de 1 horas será pontualmente as 007:00hs.*

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 1.200m.

### **PREMIAÇÃO GERAL PARA AS 12 Horas E 6 Horas E 3 Horas E 1 Hora:**

**PROVA DE 12 HORAS:** Será premiado com troféu os 5 PRIMEIROS (M e F) NO GERAL, OS DEMAIS RECEBERAM TROFÉUS POR ORDEM DE CHEGADA. (PARTICIPAÇÃO) 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 (M/F) NO GERAL OS DEMAIS RECEBERAM TROFÉUS POR ORDEM DE CHEGADA. (PARTICIPAÇÃO) 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 FINISHER.

**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 + (Sem exigência de distância).

Todos receberão também medalhas de participação (FINISHER).

**PROVA DE 1 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 + (Sem exigência de distância).

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 e 1 hora 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 11ª 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 Descontável, 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 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.

#### **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.

### **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 11ª Ultramaratona 12Horas e 6 Horas e Prova de 3 horas e 1 hora.

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)