



INSTRUÇÕES LET'S ROCK AND RUN

Prezado Atleta,

Este Guia tem como objetivo orientar de forma resumida as instruções do evento para que você possa se programar e usufruir de uma maneira mais proveitosa, e reforçamos a leitura novamente do regulamento e termo de responsabilidade.

RETIRADA DE KITS

Local: Concessionária FIAT MURANO

Localizada na Av. Cosme Ferreira, 443 - Aleixo.

Datas e horários: 19/07 das 10h às 19h e dia 20/07 das 10h às 14h.

DATA, HORÁRIOS, ENDEREÇO, FORMAS DE ACESSO E ESTACIONAMENTO

O evento será no dia **20/07/2024** com largada às **19h**.

Recomendamos chegar com 02 horas de antecedência e concentrar curtindo muito rock.

O evento ocorrerá na área do Alphaville com concentração, largada e chegada no estacionamento localizado na Av. Thales Loureiro, sendo último antes da rotatória.

A linha de ônibus que passa no local é a 401.

O estacionamento é o disponível nas áreas de estacionamento e ruas adjacentes próximo do local de concentração, não sendo permitido estacionar na área do percurso da prova.

Portanto se programe para chegar antecipadamente e evitar o desconforto de perder a largada por dificuldade de vagas ou devido à distância de onde estacionou e se direcionar a pé para o local do evento.

CONCENTRAÇÃO E LARGADA

A concentração inicia às 17h com venda de bebidas nos bares e às 17h20min inicia a apresentação das bandas com largada impreterivelmente às 19h.

HIDRATAÇÃO

Terá um ponto na área de concentração com água, e bares vendendo cerveja, dois pontos no percurso (com água e cerveja, é obrigatório portar a caneca do evento para ser servida a cerveja) e na chegada com água e bares vendendo cerveja e ficarão disponíveis por todo o período dos shows de Rock.

SHOWS DE ROCK E BLITZ NO PERCURSO

As 17h20min iniciaremos a apresentação das bandas de rock e teremos três carros de som no percurso tocando muito rock, a sequência das bandas serão:

- 17h20min: Banda Oficial 80 até a largada;
- 19h30min: Banda Shadro até às 21h30min

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

O NÚMERO DE PEITO é de uso é OBRIGATÓRIO e o atleta que não utilizar **NÃO RECEBERÁ medalha**.

Para receber nos Pit Stop a cerveja, é OBRIGATÓRIO portar o Número de Peito e a Caneca do evento, bem como a camisa.

Não haverá cronometragem e nem competição, o foco da corrida é diversão!

PERCURSOS

CAMINHADA 3KM: Após a largada acessa a Av. Thales Loureiro, segue em direção a rotatória, dobra a esquerda e segue pela via principal e dobra a direita na primeira rua, o percurso possui sinalização até a placa



que informa que a caminhada dobra a direita e segue reto até o pórtico de chegada, no mesmo local que foi feita a largada.

CAMINHADA 3KM



CORRIDA 5KM: Após a largada acessa a av. Thales Loureiro, segue em direção a primeira rotatória, dobra a esquerda e segue pela Av principal, passa reto na primeira rua, e dobra a direita na segunda rua e segue reto até a rotatória, dobra a direita e segue reto até a próxima rotatória, contorna a rotatória, passando pela 1ª e 2ª entrada e dobra a direita na 3ª entrada e segue reto até o pórtico de chegada, no mesmo local que foi feita a largada.

CORRIDA 5KM



BANHEIROS E GUARDA-VOLUMES

A organização disponibilizará 10 banheiros químicos, na área de concentração dos atletas. O Guarda-Volumes estará localizado na área de concentração e recomendamos não deixar objetos de valor e a leitura do regulamento para este item.

MONTAGEM DAS BARRACAS DE EQUIPES

A montagem das barracas será autorizada a partir das 15h do dia 20/07 e não nos responsabilizamos pela segurança das mesmas.

CONTATOS PARA DÚVIDAS: JAMES JR – 98804-6725 ou atendimento@togoal.com.br

QUE FAÇAMOS UM INÍCIO DE NOITE COM MUITA ALEGRIA E DIVERSÃO CORRENDO!!!

LEMBRE-SE: QUEM FOR BEBER NÃO DIRIJA E QUEM DIRIGIR NÃO BEBA ÁLCOOL!!!