



## GUIA DO ATLETA

Prezado Atleta,

Este guia tem como objetivo orientar de forma resumida as instruções da Meia Maratona das Flores para que você possa se programar e usufruir o evento de uma maneira mais proveitosa, e reforçamos a leitura do regulamento e termo de responsabilidade.

### RETIRADA DE KITS

Local: **ATACK ATACADISTA – UNIDADE TORRES** – Av. Governador José Lindoso (Av. das Torres), 3007 – Parque 10 – Localizada no lado direito no sentido Bairro - Centro.

**Datas e horários: Dia 13/12 das 10h às 20h e dia 14/12 das 10h às 16h.**

Não há necessidade de filas e aglomerações, as camisas serão entregues de acordo com o tamanho escolhido durante a inscrição, portanto não haverá troca! Evite as primeiras horas do primeiro dia.

Confira seus dados no momento da retirada, após não haverá possibilidade de reclamação ou alterações.

Atenção chefes de equipes, evitem o primeiro dia e horário inicial, **não será permitido nesse momento** a retirada de kits para terceiros, somente se retornar para fila, sendo permitido SOMENTE quando for familiar.

O **KIT SIMPLES NÃO** CONTEMPLA CAMISA e NEM SACOLA, o atleta receberá NÚMERO DE PEITO com CHIP e GRAMPOS.

### TAMANHO DAS CAMISAS – KIT TRADICIONAL

O atleta escolheu o tamanho durante a inscrição e a organização aceitou solicitações de mudança de tamanho até o dia 06 de dezembro, portanto não haverá a possibilidade de troca de tamanho no ato da retirada do kit, **CONFIRA NO MOMENTO DO RECEBIMENTO**, a listagem de entrega foi revisada diversas vezes e só haverá divergência caso ocorra erro humano, normal em ambiente de pressão, que é corrigido com a conferência do atleta no mesmo instante, **CONFIRA TAMANHO DA CAMISA E SEUS DADOS**.

### DATA, HORÁRIOS, ENDEREÇO, FORMAS DE ACESSO, ESTACIONAMENTO

A Meia Maratona das Flores será no dia 15/12/2024 com largada impreterivelmente às 5h para a distância de 21k e 5h30min para as distâncias de 10k e 5k e recomendamos chegar no mínimo com 30 minutos de antecedência.

O evento ocorrerá ao longo das Av das Torres e Flores, com concentração, largada e chegada do lado direito no sentido bairro – centro da Av. das Torres, iremos interditar a via central localizada entre a entrada e a saída da via paralela ficando próximo a saída da Av. Nilton Lins. Acompanhe em nossas redes sociais fotos e vídeos do local.

As linhas de ônibus que passam no local são: 001, 125, 213, 215, 439, 465, 676.

O **estacionamento** para o evento será disponibilizado pelo nosso patrocinador **ATACK ATACADISTA** – UNID TORRES estará aberto a partir das 3h30min da madrugada e possui vagas suficientes para todos os participantes e será PROIBIDO ESTACIONAR NA VIA PRES. EURICO GASPAS DUTRA (Rua Paralela da Av das Torres, será utilizada para o desvio do trânsito) os carros estarão sujeitos à multa pelo órgão de trânsito.

Programa 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.

### PERCURSOS

Todos os percursos iniciam na Arena montada na Rodovia Manoel Urbano na parte interdita e largarão com sentido na contramão da via e na ida devem manter-se do centro da via para à esquerda e na volta do centro da via para à direita, os 5km retornarão no km 2,5 próximo a base do BPTRAN e o percurso de 10km retornarão no km 5, próximo da feirinha que fica no acostamento da via e o percurso de 21km segue até o



retorno que fica na encruzilhada ao fim da via esquina com um posto de gasolina e todos deverão seguir após o retorno até o pórtico onde foi a largada, sendo que os atletas de 21k deverão fazer uma segunda volta completa no percurso, para isso deverá acessar o corredor exclusivo para os 21km. Todos os retornos de percurso terão placas sinalizando e controle eletrônico.

### **LARGADA**

Será única às 5h da manhã para todos os atletas.

Visando maior segurança e competitividade, a arena de largada será dividida em: Pelotões com os grupos de Elite Masculina e Elite Feminina, e o Público Geral com alto rendimento e em seguida os demais corredores sem pretensões de pódio e com intuito de diversão. As divisões serão por bom senso de todos os atletas e o local identificado por fita zebra para cada grupo, esse procedimento visa evitar que atletas que tenham uma forte arrancada não derrubem ou caiam durante a largada, bem como possibilita um maior conforto para quem não tem o objetivo de disputa de pódio e ou está iniciando no esporte.

### **PONTO DE CORTE PARA 21KM**

Os atletas terão 1h40min para concluir 11,55km, ou seja, até às 6h20min para chegar no retorno do percurso de 21km, momento este que o tapete de controle será desligado e o atleta desclassificado, tendo a opção de retornar no micro-ônibus de apoio, conforme passagem do mesmo retornando os serviços do evento serão finalizados atendendo o horário obrigatório de liberação da via. Não recomendamos aos atletas desclassificados manterem se na via, e sim adentrar no transporte.

### **HIDRATAÇÃO**

Terá um ponto na área de concentração (bica da Yara e degustações de produtos magistral) e nos percursos teremos: Para 5k: Primeiro com 2,5km, o segundo na chegada;

Para 10km: Primeiro com 2,5km, o segundo com 5km, terceiro com 7,5km e na chegada;

Para os 21km: Primeiro com 2,5km, o segundo com 5km, terceiro com 7,55km, o quarto com 10,75km, quinto com 12,55km + isotônico, sexto com 15,66km, sétimo com 18,55km e na chegada.

Na Chegada terá frutas para todas as distâncias e isotônico para os 21km.

### **PREMIAÇÃO**

A Cerimônia de Premiação iniciará às 6h20min para os campeões geral dos percursos de 21km, 05km e 10km, em seguida conforme forem sendo concluídas, serão chamadas as categorias por faixa etária para 21km sem uma ordem específica de sexo e idade, e sim por pódio fechado. Cada Pódio anunciado terá 5 min para contestação, após esse tempo e realizada a premiação, não serão mais aceitas reclamações de tempo e ajustes, portanto fique atento na locução e divulgação via QR Code dos tempos e resultados. O QR Code está no número de peito.

A medalha Top 100 será entregue para os 100 primeiros atletas masculino e 100 primeiras atletas femininas, atente para locução do evento que irá informar momento e local de entrega.

### **BANHEIROS E GUARDA-VOLUMES**

A organização disponibilizará 10 banheiros químicos, localizados na área de concentração do evento. E 02 banheiros químicos no retorno dos 21k.

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 3h da manhã do dia 24/03 até às 4h30min, e não nos responsabilizamos pela segurança das mesmas.

Siga nossas redes sociais: @togoalsports @maratonademanaus @ultratrailamazonica

CONTATOS PARA DÚVIDAS: JAMES JR – 9298804-6725 ou [atendimento@togoal.com.br](mailto:atendimento@togoal.com.br)