



GUIA DO ATLETA MEIA MARATONA FOCO RUN

Prezado Atleta,

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

RETIRADA DE KITS

Local: **MANAUARA SHOPPING**

Dias e Horários: **30 de Maio das 10h às 21h e 31 de Maio das 10h às 20h.**

Não há necessidade de filas e aglomerações, os kits serão entregues de acordo com a sua compra, e quem optou pelo kit tradicional escolheu o tamanho da camisa durante as inscrições, portanto não haverá troca!

CONFIRA SEUS DADOS NO MOMENTO DA RETIRADA, após não será permitido reclamação ou alterações.

Chefes de equipe orientem seus alunos a irem fazer a retirada do seu kit, somente poderá retirar a própria pessoa, em caso de impossibilidade, a autorização para outra pessoa retirar deverá ser informada a frase " autorizo retirar o meu kit" junto com a imagem do documento de identificação e o nome da pessoa autorizada e é limitado até 3 (três) kits, desde que não sejam familiares.

É limitado em atender até 5 atletas, deverá ceder a vez a outro que esteja na fila e retornar para a fila para retirar mais 5, isso no primeiro dia, ou seja 30/05, no dia 31/05 estará livre para até 20 retiradas por vez.

TAMANHO DA CAMISA

O atleta escolheu o tamanho durante a inscrição e a organização aceitou solicitações de mudança de tamanho até o dia 21/05, portanto não haverá possibilidade de troca de tamanho no ato da retirada do kit, **CONFIRA NO MOMENTO DO RECEBIMENTO**, após não será permitido ajustar em caso de erro na entrega.

DATA, HORÁRIOS, ENDEREÇO, FORMAS DE ACESSO, ESTACIONAMENTO E PONTO DE CORTE:

A **Meia Maratona**, percurso de **21k**, terá sua **LARGADA** às **4h30min da manhã**.

O percurso de **10k e 5k** terá sua **LARGADA** às **4h40min da manhã**

Recomendamos chegar no mínimo com 30 minutos de antecedência.

O acesso para largada será por PACE, é proibido o atleta fazer a largada em horário diferente ao que se inscreveu.

LOCAL DE LARGADA:

Av. Cel Teixeira em frente ao estacionamento recuado no Parque Ponta Negra.

No horário das largadas não haverá linha de ônibus disponível e as ruas estarão bloqueadas para acesso de veículos.

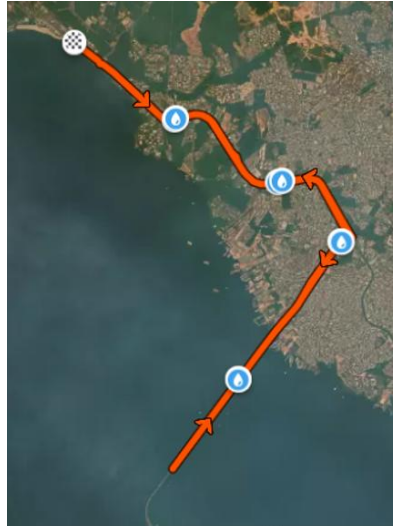
O estacionamento será no entorno da área do Parque Ponta Negra, o ideal é usar um transporte alternativo. **AS RUAS QUE DÃO ACESSO AO LOCAL SERÃO INTERDITADAS, QUANTO MAIS CEDO MAIS FÁCIL PARA ESTACIONAR E DESLOCAR-SE**, portanto, programe-se para chegar antecipadamente e evitar o desconforto de perder a largada.



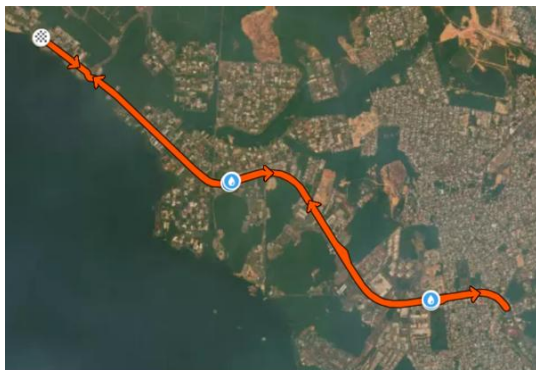
PERCURSOS:

Solicitamos que acessem o site de inscrição e vejam o item PERCURSO e tirem suas dúvidas, ele é navegável pelo app Strava e lembrando que todos largam e chegam no mesmo local, ou seja, no Parque Ponta Negra.

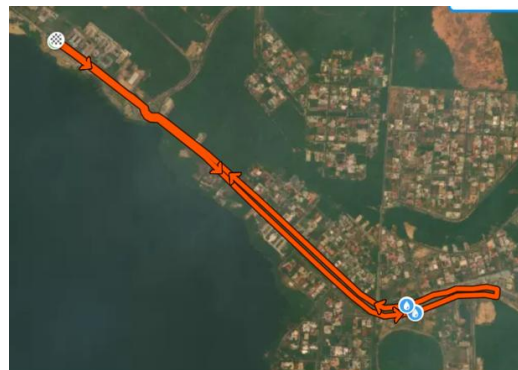
SEGUEM OS CROQUIS ABAIXO:



PERCURSO 21KM



PERCURSO 10KM



PERCURSO DE 5KM

PONTOS DE CORTE:

Para o percurso de 21km teremos 2 pontos de corte:

- **Corte 1** – No km 8 situado na entrada da Ponte Rio Negro, com fechamento às 5h45min no horário local ou 1h15min de prova.
- **Corte 2** – No km 15 situado na Av Cirylo Neves próximo do cruzamento com a Av Brasil, com fechamento às 7h no horário local ou 2h30min de prova.

HIDRATAÇÃO:

Haverá duas bicas da Água Yara na área de concentração no Parque Ponta Negra.

A **hidratação com água** para a meia maratona, ou seja, percurso de 21km serão nos: km 2; no km 4,1; no km 6; no km 9; no km 12; no km 15; no km 17,1; no km 19,2 e na chegada.

Para o percurso de 10km serão nos km 2; km 4,1; no km 6 e km 8 e na chegada.

Para o percurso de 5km serão no km 2; e km 3 e na chegada.



ISOTÔNICOS: serão ofertados para a meia maratona (percurso de 21km) no km 15 e na chegada.

Não há isotônico para os percursos de 5km e 10km

ALIMENTOS:

Na chegada (Parque Ponta Negra) haverá uma tenda com frutas (banana e ou maçã) que serão entregues junto com a medalha para todos os atletas.

PREMIAÇÃO

Iniciaremos a premiação para os 5 (cinco) primeiros colocados masculino e feminino da classificação geral do percurso de 21k, 10k e 5k às 5h30min e receberão troféu de acordo com sua classificação respectivamente.

FAIXA ETÁRIA MEIA MARATONA (Percurso 21km):

Inicia conforme forms finalizando a apuração (conferência, pontos de controle etc) dos pódios de cada faixa etária, ou seja, depende do tempo de finalização dos atletas inscritos, não vamos seguir a ordem cronológica, fechou pódio, publicamos e convocamos após o tempo de contestação. Para termos uma premiação mais rápida, pedimos que os atletas fiquem atentos a chamada da locução, e antes de premiar, iremos conceder 10 minutos para contestação, após este tempo, será feita a premiação e não será aceito reclamações, o resultado será publicado no site acessado pelo QR CODE no número de peito.

A classificação do evento para as categorias por faixa etária será pelo tempo líquido.

Haverá troféus para o 1° ao 3° colocado de cada faixa etária conforme regulamento.

A apuração para premiar as equipes será após a chegada do último atleta, momento este que informaremos os resultados para contestação e após 10 minutos iniciamos a premiação.

Medalhas TOP 100:

A entrega das medalhas TOP 100 para os percursos de 5km, 10km e 21km será iniciado após o término da apuração (conferência, pontos de controle etc), dos 100 primeiros que cruzarem de forma lícita o pódio de chegada, por sexo, ou seja, são 100 homens e 100 mulheres que chegarem entre os 100 (excluídos os 5 atletas campeões de cada sexo e distância), e a classificação será pelo tempo líquido.

A listagem de cada distância será publicada no site e os atletas terão 10 minutos para contestação. Todos os atletas deverão aguardar a chamada das parciais, contestação (10 minutos) e ajustes, após as listas confirmadas em definitivo, conforme os resultados exibidos, a entrega será feita mediante apresentação do número de peito e documento de identificação em uma tenda específica com o nome MEDALHA TOP 100.

BANHEIROS

A organização disponibilizará banheiros químicos destinados ao público masculino e feminino nas áreas de concentração, largada e chegada e ficarão situados atrás das tendas das equipes e ao longo do percurso no **km 8 na ida e na volta km 12,5 para 21k localizados na entrada e saída da Ponte respectivamente.**

GUARDA-VOLUMES

O Guarda-Volumes estará localizado no estacionamento Recuado do Parque **Ponta Negra, na área de concentração**, recomendamos a leitura desse item no regulamento.

FOTOS

Serviço oficial para fotos será realizado pela FOTOP e as fotos poderão ser encontradas no site www.fotop.com.br



MONTAGEM DAS BARRACAS DE EQUIPES

A montagem das barracas será autorizada a partir das 16h do dia 31 de maio na área abaixo demarcada localizada no estacionamento recuado da Ponta Negra, este horário é para que possa ser desmontado o evento que ocorrerá no mesmo local na manhã de sábado.

A segurança das tendas é de responsabilidade de cada equipe.



CONTATOS:

JAMES JR – 98804-6725 ou atendimento@togoal.com.br

INFORMAMOS QUE DEVIDO AS DEMANDAS DO EVENTO ALGUMAS RESPOSTAS PODEM DEMORAR, MAS TODAS SERÃO RESPONDIDAS.