



## GUIA DO ATLETA

Prezado Atleta,

Este guia tem como objetivo orientar de forma resumida as instruções da Lato Sensu Run 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: COLÉGIO LATO SENSU – UNIDADE PONTA NEGRA – Rua Raimundo Nonato de Castro, 916 – Santo Agostinho.

**Data e horários: Dia 26 de setembro das 14h às 20h e dia 27 de setembro das 10h às 17h.**

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, informe a organização em caso de retirada de mais de 5 kits para equipes de corrida que pode ser agendado para a partir das 16h.

### O KIT SIMPLES NÃO CONTEMPLA CAMISA

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

**CORRIDA KIDS** - Será no sábado, dia 27 de setembro, com concentração às 16h30min para brincadeiras como infláveis e recreações e a corrida iniciará às 17h com as crianças até 05 anos e percurso de 50m, seguida das crianças de 6 a 10 anos para o percurso de 100m e acima de 10 anos até 13 anos para 200m, a locução do evento informará a faixa etária previamente para cada largada e orientará os pais para levarem as crianças para a tenda de largada conforme forem sendo chamadas pela locução do evento.

No percurso de 50m para crianças até 5 anos, um dos pais ou responsável poderá correr junto.

A Lato Sensu Run para os percurso de 5km acontecerá no dia 28/09/2025 com largada impreterivelmente às 6h e recomendamos chegar no mínimo com 30minutos de antecedência.

O evento ocorrerá na área interna do Colégio Lato Sensu – Unidade Ponta Negra, na Rua Raimundo Nonato de Castro, 916 – Santo Agostinho, com concentração, largada e chegada dentro do estacionamento da escola. Acompanhe em nossas redes sociais fotos e vídeos do local.

As linhas de ônibus que passam no local são: 001, 010, 014, 122, 126.

Para estacionamento teremos 02 opções: Academia Smart Fit (gratuito) e Shopping Ponta Negra (cobrança normal do uso do estacionamento) e ambos estarão disponíveis no sábado dia 27 a partir das 16h30min e no domingo dia 28 a partir das 4h30min.

Orientamos o uso da passarela para quem estacionar no Shopping Ponta Negra no momento de travessia da Av Cel Teixeira, pois iremos alterar a circulação dos veículos no local.



**NÃO** será permitido estacionar na Av. Cel Teixeira e nem na Rua Raimundo Nonato de Castro, pois é onde ocorrerá a corrida e necessita do espaço para sua realização.

**Não temos responsabilidade pela segurança dos veículos e recomendamos a carona ou o serviço de transporte.**

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.

#### **PERCURSOS**

Todos os percursos iniciam na Arena montada na área interna do Colégio Lato Sensu.

A Corrida Kids, terão os percursos de 50m, 100m e 200m realizados na área do estacionamento interno do colégio Lato Sensu, de forma segura e visível em toda sua extensão para os pais e ou responsáveis acompanharem a criança correndo.

A Corrida de 05km terá sua concentração, largada e chegada na área do estacionamento interno do colégio Lato Sensu e após a largada seguirão em direção a Av Cel Teixeira, acessando a esquerda na contramão até completar 2,5km, retornam no ponto de hidratação e seguem até o Colégio Lato Sensu novamente, pela mesma via até local da chegada.

#### **LARGADA**

Serão realizadas 02 largadas, iniciando às 5h55min para PCDs Cadeirantes e Deficientes Visuais e às 6h para todos os atletas.

Visando maior segurança e competitividade, a arena de largada será dividida em: Pelotões para atletas de maior performance, seguido de menor performance.

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.

#### **HIDRATAÇÃO**

Terá um ponto na área de concentração (bica da Yara e degustações de produtos magistral) e no percurso de 05km teremos: com 2,5km e na chegada;

Na Chegada terá frutas (banana).

#### **PREMIAÇÃO**

A Cerimônia de Premiação iniciará às 7h para os campeões geral do percurso de 05km, em seguida conforme forem sendo concluídas, serão chamadas as categorias por faixa etária 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.

Atletas acima de 50 anos que não estiverem no momento da premiação ou um representante, serão desclassificados e chamado o atleta seguinte.

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

A organização disponibilizará 10 banheiros químicos, localizados na área interna do estacionamento do colégio ao fundo em frente a quadra de esporte.



O Guarda-Volumes estará localizado na área interna do estacionamento do colégio ao fundo no lado esquerdo 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 permitida somente no sábado, dia 27/09, a partir das 14h da manhã até às 15h30min, e não nos responsabilizamos pela segurança das mesmas. Não será permitido montar barraca no domingo.

Siga nossas redes sociais: @togoalsports @maratonademanaus @ultratrailamazonica

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