

MANUAL DO ATLETA
THE ROCK TRAIL RUN – ETAPA SÃO ROQUE

Data	Horário	Atividade
02/08/2017	13h às 22h	Em São Paulo, retirada de kit na loja Decathlon Villa Lobos, situada na Av. Queiroz Filho, 1310 – Vila Leopoldina, São Paulo – SP, 05317-000, localizado no Carrefour Villa Lobos.
04/08/2017	16h às 23h	Em São Roque, no Ski Mountain Park, situado a Av. Três de Maio, s/n – Cambará, São Roque – SP.
05/08/2017	06h00min	Concentração para largada
05/08/2017	07h00min	LARGADA SOLO MASCULINO/FEMININO 42 KM
05/08/2017	07h10min	LARGADA DUPLAS E QUARTETOS 42 KM
05/08/2017	07h20min	LARGADA SOLO MASCULINO 24 KM
05/08/2017	07h30min	LARGADA SOLO FEMININO 24 KM
05/08/2017	07h40min	LARGADA SOLO MASCULINO 12 KM
05/08/2017	07h50min	LARGADA SOLO FEMININO 12 KM
05/08/2017	08h00min	LARGADA SOLO MASCULINO/FEMININO 05 KM
05/08/2017	13h30min	Início das premiações
05/08/2017	16h00min	Encerramento do evento

MANUAL DO ATLETA
THE ROCK TRAIL RUN – ETAPA SÃO ROQUE

RETIRADA DE KIT

Para retirar o kit você tem duas opções:

Em São Paulo:

Quarta-feira, no dia 02/08/2017, das 13h as 22h, na loja Decathlon Villa Lobos, situada na Av. Queiroz Filho, 1310 – Vila Leopoldina, São Paulo – SP, 05317-000, localizado no Carrefour Villa Lobos.

Em São Roque:

Sexta-feira, no dia 04/08/2017, das 16h as 23h, no Ski Mountain Park, situado a Av. Três de Maio, s/n – Cambará, São Roque – SP.

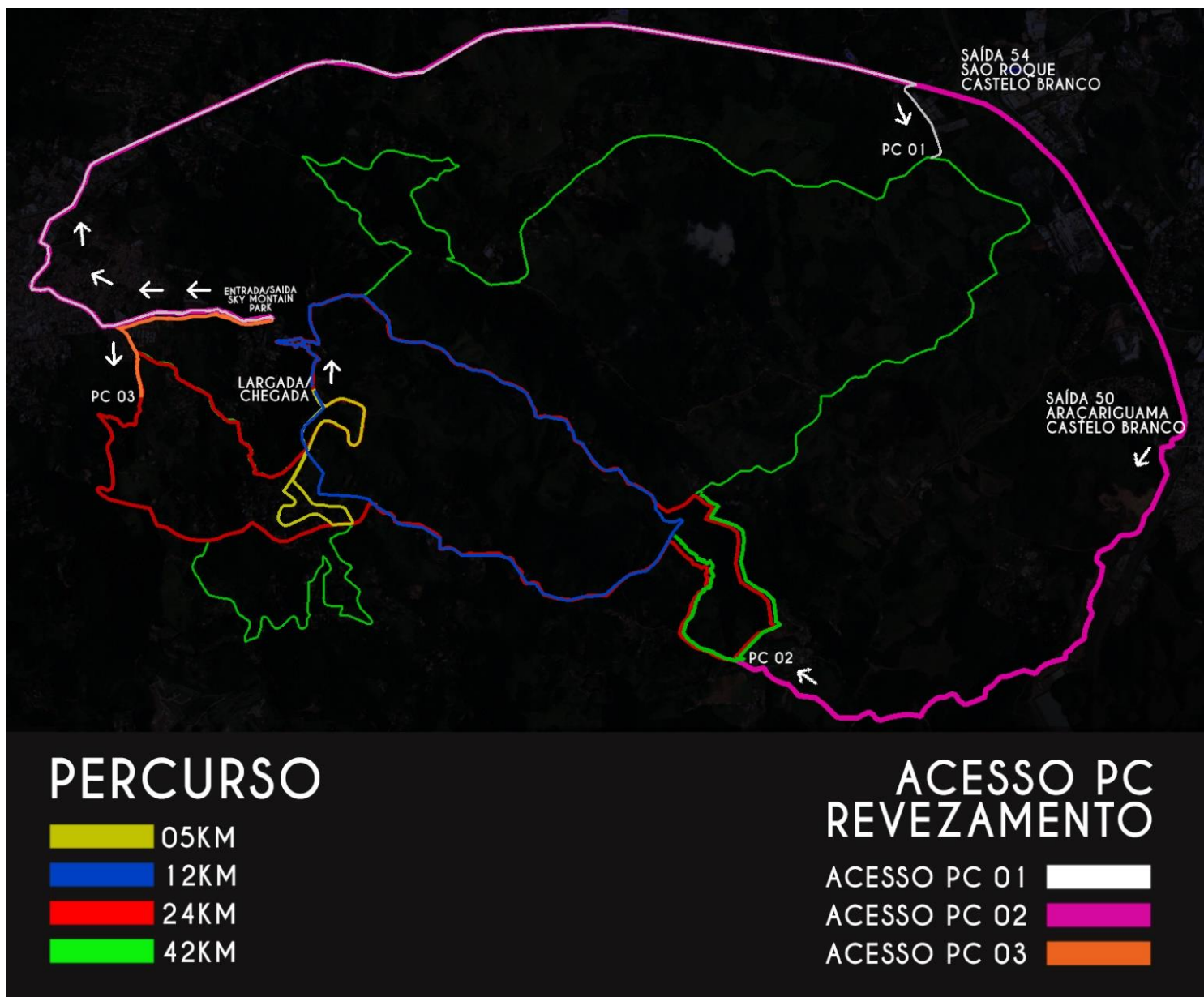
Qualquer integrante da equipe está apto a efetuar a retirada, basta apresentar um documento com foto.

Para retirada de kit por terceiros, utilize o termo presente no link recebido no e-mail e leve-o preenchido.

Para Assessorias Esportivas, o kit pode ser retirado pelo treinador ou responsável da equipe. Envie um email para contato@desafiotherock.com.br com a lista de atletas que deseja retirar, deixaremos separado para facilitar a logística



MANUAL DO ATLETA
THE ROCK TRAIL RUN – ETAPA SÃO ROQUE



MANUAL DO ATLETA
THE ROCK TRAIL RUN – ETAPA SÃO ROQUE

LARGADA REVEZAMENTO – ACESSO AOS PONTOS DE TRANSIÇÃO - PC01 – PC02 – PC03

Atenção atletas, ao sair do Sky Mountain Park siga para a esquerda sentido Rodovia Castelo Branco.

Logo a 2,5km você avistará placas indicando entrar a esquerda para acessar o PC03. Verificar linha LARANJA no mapa acima

Para os PC's 01 e 02, não entre a esquerda sentido PC 03, continue pela via asfaltada e siga as placas indicativas até a Rodovia Castelo Branco.

500 metros antes de acessar Rodovia Castelo branco, a direita você acessa o PC 01. Verificar linha BRANCA no mapa acima.

Seguindo pela Rodovia Castelo Branco até a Saída 50 – Araçariguama, você acessará o PC 02. Verificar linha ROSA no mapa acima.

Para os atletas que já correram, disponibilizaremos transporte até a chegada do evento, ou seja, partindo do PC, até a chegada.



MANUAL DO ATLETA
THE ROCK TRAIL RUN – ETAPA SÃO ROQUE

SOBRE O REVEZAMENTO

- A estratégia adotada para revezamento fica a critério da equipe.
- Efetue a transição somente após passar pelo pórtico e concluir a leitura do chip.
- Ao chegar no posto de controle, o atleta que já correu tem direito a frutas para repor as energias
- É de responsabilidade da equipe chegar até o seu ponto de revezamento com o carro de apoio próprio.
- Fornecemos transporte para os atletas que já correram. O intuito é levá-los até a chegada para aguardar sua equipe e retirar a medalha e kit pós-prova. Utilize os picotes que estão no número de peito, sem ele não é possível efetuar esta retirada, sem exceções.
- Qualquer desistência deve ser comunicada **IMEDIATAMENTE** a organização. Neste caso a equipe está desclassificada.
- Não se preocupem com a ordem que adotaram na corrida ou com a ordem que foi efetivada a inscrição. Este item não será avaliado.
- A prova terá duração máxima de 09 horas contadas a partir da primeira largada, sendo assim o encerramento das atividades será às 16 horas.

MANUAL DO ATLETA
THE ROCK TRAIL RUN – ETAPA SÃO ROQUE

SOBRE O REVEZAMENTO

- Para efeitos de cronometragem a Organização determinou tempo limite para passagem em cada trecho:

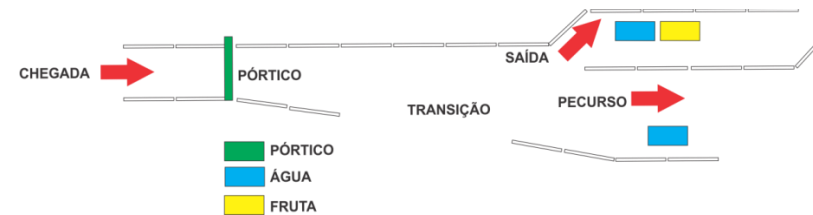
PC 01: Os atletas deverão passar pelo tapete de cronometragem até às 09h30min;

PC 02: Os atletas deverão passar pelo tapete d/e cronometragem até às 11h30min;

PC 03: Os atletas deverão passar pelo tapete de cronometragem até às 13h00min;

CHEGADA - Os atletas deverão passar pelo tapete de cronometragem até às 16h00min;

- Abaixo o esboço da estrutura encontrada nos postos de revezamento. Respeitem a área de transição.



DESCARTE OBRIGATÓRIO DE COPOS PLÁSTICOS

100 metros após cada PC o atleta será OBRIGADO a descartar os copos descartáveis. Não será possível a passagem deste ponto carregando-os.

Os atletas devem portar squeezez.

O atleta que desrespeitar esta regra está DESCLASSIFICADO da prova.

No percurso, siga as orientações abaixo

O percurso será sinalizado da seguinte forma:

Faixa amarela amarrada em galhos e árvores significa PERCURSO. Procure sempre uma faixa amarela.



Fita zebraada amarela e preta significa NÃO ULTRAPASSE. Ao localizar esta fita, não ultrapasse, risco de acidente ou .



Se você errar o percurso, encontrará uma placa com uma CAVEIRA e os dizeres: Percurso errado, retorne.

MANUAL DO ATLETA
THE ROCK TRAIL RUN – ETAPA SÃO ROQUE

DISTÂNCIAS

Trecho 01, largada no Ski Montain Park até o PC01: 14.3 km

Trecho 02, largada no PC01 até PC02: 8.6 km

Trecho 03, largada no PC02 até PC03: 14.3 km

Trecho 04, largada no PC03 até PC04: 5 km

O percurso de 42km possui um total aproximado de 42.000 metros.

O percurso de 24km possui um total aproximado de 24.500 metros

O percurso de 12km possui um total aproximado de 12.400 metros

O percurso de 05km possui um total aproximado de 05.480 metros

EMERGÊNCIAS MÉDICAS

Estamos preparados para atender qualquer solicitação médica, contamos com:

- 3 ambulâncias remoção
- 1 ambulância UTI;
- 6 socorristas especializados em resgates remotos (trilhas);
- 1 Guarda-vida;
- Macas para remoção;
- Kits de primeiros socorros;

Qualquer emergência utilize o apito de segurança até que alguém da organização possa auxiliá-lo.

COLETA SELETIVA DE RESÍDUOS

Assim como ocorreu no Desafio das 28 praias, estamos dando continuidade à gestão de resíduos em nossos eventos com o intuito de diminuir nossos impactos ambientais garantindo assim um ambiente muito próximo ou melhor do que quando chegamos para montar nossa estrutura.

No último Desafio com o esforço de todos, participantes, staffs e equipe RUNNERSP, conseguimos separar 1100 kg de resíduos sendo 850 kg de recicláveis e 250 kg de orgânicos, 3.000 litros de rejeitos e 800 em uma situação típica os mesmos seriam encaminhados como lixo e teriam como destino o Aterro Sanitário da cidade de Jambuí e contribuiriam para diminuir ainda mais a vida útil deste aterro.

Nunca, jamais, em hipótese alguma deixe qualquer tipo de lixo para trás, o que entrou com você na trilha, sai com você da trilha e em toda extensão do percurso

50 metros após cada PC disponibilizaremos cestos de lixo para o descarte OBRIGATÓRIO de copos

Os staffs estão orientados a desclassificar o atleta que desrespeitar esta regra bem como a natureza.

LOGÍSTICA DE TRANSPORTE – SOMENTE PARA REVEZAMENTO

Para quem correu o revezamento e passou o chip no PC 01, 02 e 03, disponibilizamos transporte gratuito até a chegada/arena do evento.

KIT PÓS-PROVA

A retirada do kit pós-prova acontecerá somente na chegada/arena do evento

No número de peito temos um picote para medalha e outro para retirada do isotônico, sem esse ticket não é possível efetuar a retirada, sem exceções

PREMIAÇÃO

Troféus do 1º ao 5º colocado nas categorias de 42, 24, 12 e 5 KM solo e nos revezamentos de dupla e quarteto, sendo masculino, feminino ou misto.

2.2 A premiação por faixa etária acontecerá exclusivamente aos atletas participantes da categoria 42 km solo, masculino e feminino, somente para os 3 primeiros colocados.

Solo Masculino 42 km:

- de 18 a 29 anos;
- de 30 a 39 anos;
- de 40 a 49 anos;
- de 50 a 59 anos;
- 60 anos ou mais;

MANUAL DO ATLETA
THE ROCK TRAIL RUN – ETAPA SÃO ROQUE

Solo Feminino 42 km:

- de 18 a 29 anos;
- de 30 a 39 anos;
- de 40 a 49 anos;
- 50 anos ou mais;

Troféus para as CINCO maiores equipes/assessorias inscritas.

Os atletas que não se encontrarem presentes na cerimônia e, tenham sido ganhadores de troféus, poderão retirá-los somente na sede da Organização ou receber via CORREIOS mediante aprovação do serviço de SEDEX a cobrar. O prazo para solicitar o troféu é de 15 dias a contar da data do evento.

A cerimônia de premiação está prevista para iniciar as 13h30min.

As parciais emitidas pela cronometragem podem sofrer alterações até a apuração final.

Dúvidas e esclarecimentos:

Jotta Garcia - 11 94793-3028

Raphael Zanqui - 11 99289 6151

contato@desafiotherock.com.br

ORGANIZAÇÃO RUNNERSP SOUL POWER

