



## 1ª ETAPA DO CIRCUITO TOCANTINENSE DE CORRIDA DE AVENTURA® – 2011 -PRAIA DA GRACIOSA-

### REGULAMENTO

#### 1. DOS NÍVEIS

**1.1** – A competição será disputada em 02 (dois) níveis de provas, quais sejam: “EXTREME” (ELITE) – prova mais longa e “ADVENTRE” (INICIANTE) – prova mais curta.

#### 2. DAS EQUIPES

**2.1** - As equipes deverão ser compostas dentro das seguintes categorias: QUARTETO MISTO, DUPLA MASCULINA E DUPLA MISTA.

**2.2** - As equipes da categoria quarteto deverão ter no mínimo 01 (um/uma) componente do sexo oposto.

**2.3** – Cada equipe deverá ter um nome, podendo criar um “grito de guerra”.

**2.4** – Cada equipe ficará responsável de organizar a alimentação que usará durante as etapas (frutas secas ou naturais, carboidratos em gel, biscoitos, barras de cereais, suco em pó, doces, granola, etc), bem como, a água que usará durante os trechos.

**2.5** – A organização disponibilizará água na ÁREA DE LARGADA, localizada na PRAIA DA GRACIOSA.

#### 3. DOS EQUIPAMENTOS

**3.1**– A organização disponibilizará aos primeiros 15 (quinze) inscritos, que por acaso não possuam ou não conseguiram emprestados de terceiros, alguns equipamentos, em forma de empréstimos, devidamente registrados em documentos próprios, tais como: coletes salva-vidas e nadadeiras.

**3.2**– As bicicletas, os capacetes, as luvas, os equipamentos de reparos, deverão ser conseguidos pelos próprios participantes.

**3.3**– Trinta (30) minutos antes da largada será conferido se cada participante está com os equipamentos obrigatórios devidamente disponibilizados e em condições de uso, bem como, se alguém da equipe está portando algum tipo de equipamento eletrônico de localização ou comunicação. Sendo que aquele que estiver fora do padrão exigido para os equipamentos de segurança, não poderá participar do evento. No caso de equipamentos proibidos confiscados, serão acrescidos 10 (dez) minutos ao tempo geral da equipe, por equipamento ilegal encontrado.

**3.4** – Por questões de segurança será autorizado o uso de aparelho celular, o qual deverá ser usado apenas nos casos de acionamento do serviço de resgate para as situações de urgência e emergência.

#### 4. DA CAIXA 01

**4.1** – Cada equipe, caso queira, poderá entregar à organização 01 (uma) caixa contendo água e a alimentação reservas, as roupas sobressalentes, e demais objetos que seus integrantes julgarem necessários.

**4.2** – A referida caixa deverá estar lacrada e identificada com o nome e o número da equipe.

**4.3** – Esta caixa será disponibilizada na área do TREKKING II, onde haverá m Posto de Controle. Sendo devolvida definitivamente após o encerramento do evento.

## 5. DAS INSCRIÇÕES

5.1 – Serão realizadas com a entrega da respectiva ficha devidamente preenchida, assinada e com o pagamento das seguintes taxas:

- NÍVEL “EXTREME”- R\$ 70,00 (setenta) por competidor.
- NÍVEL “ADVENTURE”- R\$ 50,00 (cinquenta) por competidor.

5.2 As inscrições deverão ser confirmadas até o dia 02/06/2011 (QUINTA-FEIRA), com o Osmar ou Juliana, no horário de expediente, no Batalhão de Bombeiros (antigo aeroporto).

5.3 – Depois de realizada a inscrição não haverá devolução da taxa, podendo o inscrito desistente indicar outra pessoa para participar em seu lugar, ou a organização se guardará no direito de oferecê-la a alguém que tenha interesse na participação.

## 6. DA PREMIAÇÃO E SORTEIOS DE BRINDES

6.1 – Serão premiadas com troféus, medalhas e brindes as equipes colocadas em 1º, 2º e 3º lugares e com medalhas os participantes que concluírem todas as etapas da corrida.

6.2 – A premiação ocorrerá no local de encerramento do evento, logo após a confirmação da chegada de todas as equipes.

6.3 – Serão sorteados alguns brindes, conseguidos com os parceiros, aos participantes com as inscrições confirmadas, na data da realização do Congresso Técnico, bem como, no momento do encerramento e premiação aos que completarem os percursos de cada nível.

## 7. DOS MAPAS

7.1 – Serão disponibilizados os mapas do percurso para cada equipe, sendo autorizado a reprodução dos mesmos, caso as equipes julguem necessárias outras vias. Recomendamos a plastificação dos referidos mapas ou a aquisição de porta mapas estanques.

## 8. DOS EQUIPAMENTOS E UTENSÍLIOS OBRIGATÓRIOS

8.1 – Bicicleta tipo *mountain*, capacete para ciclista, colete salva-vidas, luvas de ciclista, mochila, garrafas para hidratação (caramancholas) e/ou mochila de hidratação, kit remendo para bicicleta (equipe), kit básico de chaves para reparos, kit de primeiros socorros (equipe), saco para lixo.

### 1. EQUIPAMENTOS E MATERIAIS OPCIONAIS

1. 9.1 - boné, roupas, meias sobressalentes, protetor solar, camisetas de mangas longas, nadadeiras, cordelete ou corda fina de 03 a 05 metros, óculos para sol, esparadrapo micro poros (proteção contra calos), pomada anti-assadura.

### 2. DOS PERCURSOS

10.1 – Os percursos serão sinalizados e no padrão mínimo adotado pelas Federações de Corrida de Aventura do Brasil, ou seja, no mínimo 40 km e com 03 modalidades no mínimo. Sendo os seguintes:

#### A) NÍVEL “XTREME”

- **TREKKING I (6,5 KM):** Praia da Graciosa/Ponte do Lago
- **RAPPEL (40 Metros):** Ponte do Lago
- **FLUTUAÇÃO (2,5 km):** Vão da Ponte do Lago/Margem esquerda do Lago
- **MOUNTAIN BIKE I (40 KM):** Margem esquerda do Lago/Estrada de chão sentido Lajeado/Margem esquerda do Lago.
- **TREKKING II (8 km):** Margem esquerda do Lago/Chácara “X”/Margem esquerda do Lago
- **CANOAGEM (8 km):** Margem esquerda do Lago/ Ponte do Lago/Praia Graciosa

## **B) NÍVEL “ADVENTURE”**

- **TREKKING I (6,5 KM):** Praia da Graciosa/Ponte do Lago
- **RAPPEL (40 Metros):** Ponte do Lago
- **FLUTUAÇÃO (2,5 km):** Vão da Ponte do Lago/Margem esquerda do Lago
- **MOUNTAIN BIKE I (20 KM):** Margem esquerda do Lago/Estrada de chão sentido Lajeado/Margem esquerda do Lago.
- **TREKKING II (4 km):** Margem esquerda do Lago/Chácara “x”/Margem esquerda do Lago
- **MOUNTAIN BIKE II (8 km):** Margem esquerda do Lago/ Ponte do Lago/Praia Graciosa

### **3. DAS DESISTÊNCIAS OU ELIMINAÇÕES APÓS O INÍCIO DA PROVA**

**11.1** – No caso de desistência ou eliminação de um ou dois componentes dos quartetos, os (as) atletas restantes poderão migrar para as categorias de duplas, contudo, terá acrescido em seu tempo geral o total de 20 (vinte) minutos.

**11.2** – No caso de desistência ou eliminação de um (a) componente das duplas, o (a) o outro (a) atleta poderá se juntar com outro (a) atleta de outra equipe, porém terão que escolher em comum acordo um dos nomes das equipes as quais pertenciam, o qual será adotado a partir desta nova composição, decisão esta que terá que ser informada ao primeiro fiscal que encontrarem após a junção. Neste caso, a nova dupla também terá acrescida ao seu tempo geral o total de 20 (vinte) minutos.

### **4. DOS POSTOS DE CONTROLE E DO RESULTADO FINAL**

**12.1** – Os componentes das equipes deverão se apresentar juntos aos fiscais dos **POSTOS DE CONTROLE (PC)**, onde todos deverão assinar as planilhas, estando assim, autorizados a continuar o percurso. Cada **POSTO DE CONTROLE** perdido acarretará no acréscimo de 20 (vinte) minutos no tempo geral da equipe.

**12.2** – As equipes serão classificadas conforme a ordem de chegada por nível e categoria e após a conferência das planilhas dos **POSTOS DE CONTROLE**, através das quais serão conferidas as perdas ou não de **PC**, para os devidos acréscimos ou não no tempo geral de cada equipe que concluir o percurso.

**12.3** – As **ÁREAS DE TRANSIÇÃO (AT)** e os **POSTOS DE CONTROLE (PC)** serão sinalizados por faixas no solo e estarão bem visíveis.

### **13. DOS ADENDOS E DOS CASOS OMISSOS**

**13.1** – A organização utilizará o mecanismo de adendos para repassar aos competidores qualquer alteração que por ventura seja necessária no tocante à parte técnica e/ou regulamentar da prova, o que será realizado em tempo hábil e de forma a chegar ao conhecimento de todas as equipes inscritas no evento.

**13.2** – Os casos omissos a este regulamento serão resolvidos pela organização em consenso com as equipes interessadas nos fatos, após o recebimento do recurso por escrito.

Palmas-TO, 16 de Maio de 2011.

AVENTURAS&CIA  
ORGANIZADOR

GTON EVENTOS  
ORGANIZADOR

