



IX edição do evento que faz parte do Circuito Summit Ultras Paraná, realizado em local com muita área verde, trilhas, churrasqueiras, hospedagem, participantes recebem pontos adicionais no ranking Summit e e muito mais ...

ORGANIZAÇÃO:

A Correr e Nadar Eventos Esportivos Ltda realizará a ULTRA MARATONA PARANÁ 24hs-12hs-6hs-3hs-1hr noturna. O evento será realizado em um trajeto de 750m misto de grama e estrada de chão

a) Refeições quentes: além das refeições quentes (sopa, risoto, macarrão, batata) durante as 24hs de prova será servido:

b) Hidratação: água gelada, água temperatura ambiente, isotônico, coca cola, guaraná, suco, café e chá

c) Alimentação: melão, uva, banana, melancia, laranja, maçã, pão salgado, bolo, biscoito doce e salgado, pipoca e muito mais



Local: RECANTO MARISTA

Endereço: Rodovia dos Minérios, Km 13 Jd. Norte Almirante Tamandaré / Pr

Contato: 41 - 99802 7775

Coordenadas:

25°19'51.6"S 49°18'17.1"W

-25.330990, -49.304756



PERCURSO



Em trajeto circular sentido horário de 750 mt ao redor do lago, durante o dia a cada 3hs inverteremos o sentido da prova, a noite mantém sentido único face a iluminação local.

- 1) 24hs
- 2) 12hs
- 3) 6hs
- 4) 3hs
- 5) 1hr





0,7

km

Altitude Inicial: 959 m

Altitude Final: 959 m

Altitude Mínima: 956 m

Altitude Máxima: 963 m

Subidas acumuladas: 0 m

Descidas acumuladas: 0 m

Maior inclinação: 5.5 %

Menor inclinação: -5.5 %

Distância no plano: 0,72 km

Distância subindo: 0,00 km

Distância descendo: 0,00 km



ATENÇÃO !

O atleta que “furar” o sensor de cronometragem será punido com 20 voltas a menos após o término da competição.

Por “furar” entende-se por:

- o atleta completa a volta passando pelo sensor de cronometragem
- o atleta sai da área de cronometragem passando pela área de alimentação e hidratação
- o atleta segue ao wc, ao local de descanso, para contato com seu apoio ou qualquer que seja o motivo da sua interrupção na corrida
- o atleta após esse período ausente da pista retorna à prova passando novamente pelo sensor (sem ter completado a volta)
- em se configurando tal fato pelos fiscais de prova, o atleta será notificado no momento desse ocorrido ou na volta seguinte e terá de imediato 20 voltas a menos ajustado pela cronometragem.
- em caso de reincidência o atleta será desclassificado imediatamente da competição, não cabendo recurso, argumentação ou reclamação e fica sem direito de receber a medalha, o troféu e não terá seu nome publicado na listagem oficial dos resultados da prova

- As inscrições encerram dia 30/Nov

- É **recomendado** o uso de lanterna de cabeça ou similar

- As regras da prova constam no Regulamento, sendo de conhecimento e aprovadas pelo corredor ao inscrever-se no evento em nosso site ou site de terceiros.

- Somente o pagamento garante a inscrição do atleta. O valor de toda inscrição é individual e depois de confirmada não será devolvido em nenhuma hipótese.

- O atleta deverá apresentar por e-mail (correrrenadar@correrrenadar.com.br) um ATESTADO MEDICO (modelo abaixo ou o do seu médico) até dia 30/nov, original entregue no dia da retirada do kit, sem isso o atleta estará impedido de participar da prova

- O atleta deverá preencher o termo de responsabilidade (modelo abaixo) e entregar na retirada do kit.

- Eventuais despesas médicas e hospitalares, resultantes do desgaste físico dos atletas, serão de inteira responsabilidade do atleta.

- A ORGANIZAÇÃO poderá, a seu critério ou conforme as necessidades do EVENTO, incluir ou alterar este REGULAMENTO, total ou parcialmente

- A troca de distancia é permitida somente se realizada até 30 minutos antes da largada com o conhecimento da organização. Caso algum atleta pelo motivo que for altere a distancia durante a prova ele perde o direito de receber troféu (geral ou cat) e resultados no fim da prova sendo desclassificado automaticamente

- Não será permitida a participação de Corredores "PACER" (atletas ajudando a dar ritmo), sob pena de desclassificação.

Obs.: Será cobrado na entrada do local de prova o valor de R\$ 7,00 de todo atleta e acompanhantes (taxa de conservação e manutenção do local que inclui estacionamento, energia elétrica, banheiro masculino e feminino separado, vestiário, chuveiro aquecido, guarda volumes, local para barraca de camping e tendas de assessorias).



Entrega de Kit:

- Dia 08/12 das 07:00hs as 07:40hs no local do evento para todos os atletas da 24hs

- Dia 08/12 das 16:00hs as 19:00hs no local do evento para os atletas das 12hs e 6hs

- Dia 09/12 das 01:00hs as 01:30hs no local do evento para os atletas das 6hs e 3hs

- Dia 09/12 das 04:00hs as 04:30hs no local do evento para os atletas das 3hs e 1hr

- Dia 09/12 das 06:00hs as 06:30hs no local do evento para os atletas da 1hr.

07:40 dia 08-dez: Chamada para a largada 24hs e posicionamento na linha de Largada

09:00 dia 09-dez: Premiação, nessa ordem: 24hs 12hs 6hs 3hs 1hr Geral e 24hs 12hs 6hs 3hs e 1hr por categoria (anteciparemos a premiação dentro do possível)

PROVA	LARGADA	TERMINO	PREMIACAO	REFEICOES QUENTES
24 hs	08hs SABADO	8hs DOMINGO	9hs DOMINGO	11hs SABADO 14hs SABADO 17hs SABADO 21hs SABADO 23hs SABADO 02hs DOMINGO 04hs DOMINGO 06hs DOMINGO
12hs	20hs SABADO	8hs DOMINGO	9hs DOMINGO	21hs SABADO 23hs SABADO 02hs DOMINGO 04hs DOMINGO 06hs DOMINGO
6hs	02hs DOMINGO	8hs DOMINGO	9hs DOMINGO	02hs DOMINGO 04hs DOMINGO 06hs DOMINGO
3hs	05hs DOMINGO	8hs DOMINGO	9hs DOMINGO	06hs DOMINGO
1HR	07hs DOMINGO	8hs DOMINGO	9hs DOMINGO	

PREMIAÇÃO



Troféu Geral Individual 24hs-12hs-6hs-3hs-1hr:

- Serão premiados com troféu os 5 primeiros colocados no geral masculino e feminino.

Troféu Categoria 24hs-12hs:

- Serão premiados com troféu os 5 primeiros colocados no masculino e feminino por faixa etária

Troféu Participação 24hs:

- Cada participante das 24hs que não atingirem a premiação no Geral ou por Categoria, receberão um troféu de participação

Troféu Categoria 6hs-3hs-1hr:

- Serão premiados com troféu os 3 primeiros colocados no masculino e feminino por faixa etária

Medalha:

Cada atleta inscrito receberá uma medalha especial e exclusiva

FAIXA ETÁRIA: 18-24 anos / 25-29 / 30-34 / 35-39 / 40-44 / 45-49 / 50-54 / 55-59 / 60-69 / 70+.

Obs.: Em caso de empate, o critério a ser usado será o tempo de prova que o atleta completou as voltas, o menor tempo prevalece sobre os demais.



PRÊMIO SUMMIT DA ULTRA PARANÁ:

- Troféu SUMMIT
- Para o atleta masculino e feminino das 24hs e 12hs
- Para o atleta que atingir primeiro o total de 60 voltas (45km) e 120 voltas (90km)
- Caso o mesmo atleta passe nos dois pontos (45km e 90km) em primeiro lugar ele recebe um troféu somente
- O ponto SUMMIT estará devidamente sinalizado junto ao ponto de cronometragem
- Somente 1 atleta receberá o troféu, ou seja, não há a possibilidade de passagem de dois atletas juntos por esse ponto no local da prova, em caso de empate o atleta que passou antes (menor tempo) tem prioridade no troféu.



RANKING SUMMIT 2018

- se participou de 8 etapas ganha 10 pontos de bônus
- se participou de 9 etapas ganha 20 pontos de bônus
- se participou de 10 etapas ganha 30 pontos de bônus
- se participou de todas as etapas ganha 50 pontos de bônus
- se participou da Ultra Paraná 24hs 12hs 6hs 3hs 1hr o número de voltas realizado será somado ao ranking
- pode descartar até 3 etapas do circuito para participar do ranking Summit
- se participar da prova de 50K-52K ganha 30 pontos de bônus
- se participar da prova de 70K-80K ganha 40 pontos de bônus
- se participar de provas de 100K+ ganha 50 pontos de bônus
- todas as etapas tem a mesma pontuação conforme tabela abaixo

- 01° – 30 pontos
- 02° – 26 pontos
- 03° – 24 pontos
- 04° – 22 pontos
- 05° – 20 pontos
- 06° – 18 pontos
- 07° – 16 pontos
- 08° – 14 pontos
- 09° – 12 pontos
- 10° – 10 pontos
- 11° – 08 pontos
- 12° – 06 pontos
- 13° – 04 pontos
- 14° – 02 pontos
- 15° em diante – 01 ponto

PRÊMIO FINAL DO RANKING

- **INSCRIÇÃO GRÁTIS** para o 1º colocado por categoria masculino e feminino para qualquer etapa em 2019

- **TROFÉU** para a 1ª, 2ª e 3ª EQUIPE colocada no ranking do circuito

Obs.:

- o circuito poderá ter o acréscimo ou decréscimo de provas ao longo do ano

- em caso de empate prevalece o prêmio para o atleta mais velho baseado no dia e mês de nascimento

VENCEDORES DO CIRCUITO SUMMIT 2018

Será declarado **Campeão e Campeã** no Geral do Circuito Summit o atleta que somar mais pontos em todo o circuito independente da faixa etária e das provas disputadas, esses 2 atletas **recebem 1 inscrição cortesia para qualquer etapa em 2019**. (Se o mesmo atleta for campeão no geral e em sua categoria, recebe uma vez a inscrição cortesia, e em caso de empate prevalece o prêmio para o atleta mais velho baseado no dia e mês de nascimento)



- Camisa exclusiva (verifique seu tamanho correto na tabela de medidas abaixo)
- Buffet de frutas diversas, biscoitos doces e salgados, bolos, sorvete e hidratação com: isotônico, refrigerantes e água durante toda a prova
- Refeições quente e salgada durante a prova
- Pulseira eletrônica (a ser devolvida no fim da prova)
- Certificado de Ultramaratonista (enviado eletronicamente por email)
- Alfinetes de segurança
- Divulgação dos resultados no site www.ultra-marathon.org

- Participantes do circuito ganharão pontos extras no ranking final do circuito equivalente ao numero de voltas realizado



- Hospedagem no local do evento
- Kit primeiros socorros
- Ambulância
- Recomendamos levar lanterna de cabeça ou similar
- Chuveiro com água quente, WC, vestiário no local da prova
- Churrasqueiras ao ar livre
- Área de camping
- Área para tendas de Assessorias
- Relógio digital de cronometragem na linha de chegada
- É permitido o uso de mochilas de hidratação e similares
- **Não será permitida a participação de Corredores "PACER" (atletas ajudando a dar ritmo)**
- Treinamento e Assessoria específico para ultramaratonas com a Four One Assessoria Esportiva, contato Jefferson Cel 41-99808-6212



- Coolers de hidratação com isotônico



- Hidratação e alimentação durante as 24hs de prova



- Utilizamos uma pulseira eletrônica com sensor que registra os dados da passagem pela linha de chegada em um sensor que retransmite os dados na hora a uma tela de TV
- Resultado individual geral e por faixa etária são divulgados imediatamente de forma rápida e segura
- Informação de qualidade na mão do locutor do evento em tempo real
- Extrato do resultado enviado por email ao atleta após o término da prova
- Sistema integrado de divulgação na TV e atualização automática no Site com várias formas de apresentação dos resultados parciais e finais: geral, individual, por idade, por equipes e ranking.
- A pulseira deve ser devolvida no fim da prova e trocada pela medalha do evento, a não devolução implicará no pagamento de R\$ 100,00 pelo equipamento e o ato da inscrição automaticamente autoriza a organização a realizar esta cobrança por meio de boleto bancário registrado a ser emitido no 5o. dia útil após o evento.
- A pulseira e o número de identificação recebidos pelo participante são os comprovantes de que o atleta é participante da competição e está ciente do regulamento da prova e do circuito. Portanto, para validar o seu tempo no funil de chegada, o atleta deverá estar com seu número e com a pulseira.



DESCRIÇÃO DA PROVA

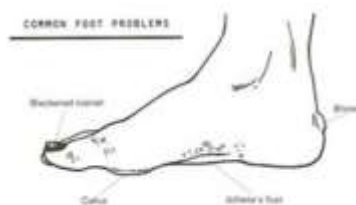


A prova consiste em um evento de corrida pedestre noturna durante 24hs 12hs, 6hs, 3hs e 1hr ininterruptas, em circuito fechado, sendo livre a cadência do atleta, percorre-se um trecho de chão batido realizado em ambiente natural ao redor de um lago, por um percurso de 750mt, correndo ou andando, disputado individualmente. Vence a competição quem percorrer a maior distância nas 24hs 12hs, 6hs, 3hs e 1hr, sem sofrer nenhuma penalidade. Não é permitido o uso de 'PACERS', o uso implica em eliminação imediata do atleta da prova sem direito a reclamação e premiação conforme regulamento. Existe a classificação geral masculino e feminina, divididas em sexo e idade

RISCOS DA PROVA:



Corridas de longa distância, comprometem a saúde dos pés dos corredores que não tomam algumas precauções. Para evitar bolhas e ferimentos é ideal que haja um cuidado pré evento que proteja os pés e unhas. Confira passo a passo as dicas abaixo:



RESULTADOS E FOTOS



RESULTADOS ON LINE EM TEMPO REAL

Os resultados no dia do evento são apresentados em toda volta uma única vez em tela de TV na passagem do atleta pelo sensor de chegada VOLTA A VOLTA EM TEMPO REAL. Será divulgado:

- a posição do atleta na classificação geral
- a posição do atleta na classificação em sua faixa etária
- a posição do atleta em relação ao atleta que a sua frente em sua categoria
- a posição do atleta em relação ao atleta que logo atrás de você em sua categoria
- parciais geral do evento em relação a posição de todos os competidores
- em nossa página do facebook

RESULTADOS DA COMPETICAO

Os resultados finais da etapa e fotos serão divulgados no site após o evento. Uma mensagem automática e personalizada com seu tempo e distancia na prova será enviada ao seu email. As fotos podem ser obtidas conforme abaixo:

[Página Correr e Nadar no facebook, clic aqui](#)

[Site www.correrenadar.com.br/fotos, clic aqui](http://www.correrenadar.com.br/fotos)



RESERVAS DE HOSPEDAGEM:

- Recanto Marista com Liliane: 41-99812-9272 e 3698-7997 lsinhorini@marista.org.br

- O local da prova é ideal para você aproveitar seus dias de folga, longe de toda a correria do dia a dia, em meio a natureza, área verde, lagos, campos de futebol, piscina, parque para as crianças, churrasqueiras aso ar livre, quiosques, trilhas, salão de festas, camping e pescaria, hotel, etc.

- Para aqueles que quiserem desfrutar da prova e trazer seus familiares há um Hotel no local do evento. São 25 quartos com capacidade para 50 pessoas, acomodação dupla somente em camas de solteiro, não há cama de casal, banheiro privativo, sala de jogos, sala de TV coletiva no hall do hotel

- Há churrasqueiras próximo do local de largada que podem ser usadas sem custo pelos atletas e familiares, porém é necessário o envio de um email à organização informando a intenção de uso das churrasqueiras. Não haverá venda de carvão, carnes ou qualquer outro item normalmente usado para esse fim, tudo deve ser trazido pelo usuário.

Foto do Hotel:



Área com churrasqueiras e local para barraca de assessorias, equipes e camping:



COMO CHEGAR



Com a opção do aeroporto até o centro de Curitiba de ônibus executivo e depois táxi até o local da prova (vide tabela e site abaixo)

Curitiba está cerca de 30-40 minutos

O local da prova é em Almirante Tamandaré = região metropolitana de Curitiba

AEROPORTO EXECUTIVO

Horários de Saídas Dias Úteis

Aeroporto	Rodo Ferroviária	Teatro Guaira	Receita Federal	Biblioteca Publica	Rua 24 Horas	Shopping Estação
05:20 14:25	04:32 13:50	04:38 13:58	04:40 14:00	04:45 14:05	04:50 14:10	04:55 14:17
05:55 14:40	05:05 14:05	05:13 14:13	05:15 14:15	05:20 14:20	05:25 14:25	05:32 14:32
06:10 14:55	05:25 14:20	05:33 14:28	05:35 14:30	05:40 14:35	05:45 14:40	05:52 14:47
06:25 15:10	05:45 14:35	05:53 14:43	05:55 14:45	06:00 14:50	06:05 14:55	06:12 15:02
06:40 15:25	06:05 14:50	06:13 14:58	06:15 15:00	06:20 15:05	06:25 15:10	06:32 15:17
06:55 15:40	06:20 15:05	06:28 15:13	06:30 15:15	06:35 15:20	06:40 15:25	06:47 15:32
07:10 15:55	06:35 15:20	06:43 15:28	06:45 15:30	06:50 15:35	06:55 15:40	07:02 15:47
07:25 16:10	06:50 15:35	06:58 15:43	07:00 15:45	07:05 15:50	07:10 15:55	07:17 16:02
07:40 16:25	07:05 15:50	07:13 15:58	07:15 16:00	07:20 16:05	07:25 16:10	07:32 16:17
07:55 16:40	07:20 16:05	07:28 16:13	07:30 16:15	07:35 16:20	07:40 16:25	07:47 16:32
08:10 16:55	07:35 16:20	07:43 16:28	07:45 16:30	07:50 16:35	07:55 16:40	08:02 16:47
08:25 17:10	07:50 16:35	07:58 16:43	08:00 16:45	08:05 16:50	08:10 16:55	08:17 17:02
08:40 17:25	08:05 16:50	08:13 16:58	08:15 17:00	08:20 17:05	08:25 17:10	08:32 17:17
08:55 17:40	08:20 17:05	08:28 17:13	08:30 17:15	08:35 17:20	08:40 17:25	08:47 17:32
09:10 17:55	08:35 17:20	08:43 17:28	08:45 17:30	08:50 17:35	08:55 17:40	09:02 17:47
09:25 18:10	08:50 17:35	08:58 17:43	09:00 17:45	09:05 17:50	09:10 17:55	09:17 18:02
09:40 18:25	09:05 17:50	09:13 17:58	09:15 18:00	09:20 18:05	09:25 18:10	09:32 18:17
09:55 18:40	09:20 18:05	09:28 18:13	09:30 18:15	09:35 18:20	09:40 18:25	09:47 18:32
10:10 18:55	09:35 18:20	09:43 18:28	09:45 18:30	09:50 18:35	09:55 18:40	10:02 18:37
10:25 19:10	09:50 18:35	09:58 18:43	10:00 18:45	10:05 18:50	10:10 18:55	10:17 19:02
10:40 19:25	10:05 18:50	10:13 18:58	10:15 19:00	10:20 19:05	10:25 19:10	10:32 19:17
10:55 19:40	10:20 19:05	10:28 19:13	10:30 19:15	10:35 19:20	10:40 19:25	10:47 19:32
11:10 20:00	10:35 19:20	10:43 19:28	10:45 19:30	10:50 19:35	10:55 19:40	11:02 19:47
11:25 20:15	10:50 19:35	10:58 19:43	11:00 19:45	11:05 19:50	11:10 19:55	11:17 20:02
11:40 20:30	11:05 19:50	11:13 19:58	11:15 20:00	11:20 20:05	11:25 20:10	11:32 20:17
11:55 20:45	11:20 20:05	11:28 20:13	11:30 20:15	11:35 20:20	11:40 20:25	11:47 20:32
12:10 21:00	11:35 20:20	11:43 20:28	11:45 20:30	11:50 20:35	11:55 20:40	12:02 20:47
12:25 21:15	11:50 20:35	11:58 20:43	12:00 20:45	12:05 20:50	12:10 20:55	12:17 21:02
12:40 21:30	12:05 20:50	12:13 20:58	12:15 21:00	12:20 21:05	12:25 21:10	12:32 21:17
12:55 21:45	12:20 21:05	12:28 21:13	12:30 21:15	12:35 21:20	12:40 21:25	12:47 21:32
13:10 22:00	12:35 21:20	12:43 21:28	12:45 21:30	12:50 21:35	12:55 21:40	13:02 21:47
13:25 22:15	12:50 21:35	12:58 21:43	13:00 21:45	13:05 21:50	13:10 21:55	13:17 22:02
13:40 22:30	13:05 21:50	13:13 21:58	13:15 22:00	13:20 22:05	13:25 22:10	13:32 22:17
13:55 22:45	13:20 22:05	13:28 22:13	13:30 22:15	13:35 22:20	13:40 22:25	13:47 22:32
14:10 00:30	13:35 22:20	13:43 22:33	13:45 22:35	13:50 22:40	13:55 22:45	14:02 22:52

INFORMAÇÕES 41 3381-1326
WWW.AEROPORTOEXECUTIVO.COM.BR

EM VIGOR A PARTIR DE
23/06/2012



IMPORTANTE



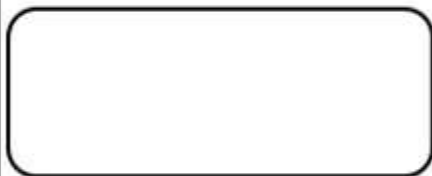
Será obrigatório a apresentação de um atestado modelo abaixo ou o do seu médico

ATESTADO MÉDICO

Este atestado segue os princípios da Sociedade Brasileira de Medicina Esportiva. Deverá ser preenchido, datado e assinado pelo médico responsável, constando o número do CRM (registro profissional). Este atestado deve ser enviado por e-mail (correrenadar@correrenadar.com.br) e o original entregue na retirada do Kit, a falta em apresentar esse documento cancela automaticamente a inscrição do atleta.

Eu, _____ médico (a) abaixo-assinado, atesto que os exames do (a) atleta (a) _____ documento de identificação nº _____ e data de nascimento: ____/____/____ não apresentaram nenhuma contra indicação para participar de competições de corrida de ultra maratona de _____ Km.

Data/Local: _____



Assinatura Médico



Carimbo Registro Profissional

Grupo sanguíneo (fator RH): _____

Frequência cardíaca em repouso: _____

Alergia (especifique): _____

Contato para emergência: _____ Telefone: () _____

Plano de saúde: _____ Nº: _____

ORGANIZAÇÃO

CIRCUITO ULTRA SUMMIT



DIREITOS DE IMAGEM:

A Correr e Nadar terá o direito exclusivo de uso das imagens desse evento.

Os participantes consentem no ato da inscrição que a Correr e Nadar disponibilize o direito exclusivo de seus nomes e de sua imagem individual e coletiva para tudo aquilo que diga respeito a sua participação no evento acima mencionado, incluindo uso comercial.

Trazer o termo de responsabilidade abaixo assinado na retirada do kit.

Termo de Cessão de Direitos e Responsabilidade

Pelo presente instrumento, eu _____ brasileiro(a), portador(a) do RG nº _____, CPF nº _____, domiciliado(a) na cidade de _____, inscrito(a) na

- () Ultra Sand & Sun 70km 50km
() Ultra Morretes Guaraqueçaba 105km 80km 52km
() Ultra 100 milhas da serra do Mar 160km 100km 80km 50km 30km
() Ultra Paraná 24hs 12hs 6hs 3hs 1hr

Organizado por Correr e Nadar Eventos Esportivos Ltda, como atleta e participante do evento declaro que:

1. Participarei da prova a ser realizada no ano corrente e tenho pleno conhecimento das regras do evento
2. Através da assinatura do presente termo, concedo aos organizadores, conjunta ou separadamente, em caráter de absoluta exclusividade o direito de usar meu nome e imagem durante e após o evento.
3. Declaro que estou em pleno gozo de saúde e em condições físicas de participar do Evento, não apresentando cardiopatias genéticas, congênitas ou infecciosas, viroses, ou qualquer outra doença, patologia ou distúrbio de saúde que implique em qualquer tipo de impedimento ou restrição à prática de exercícios físicos, atividades físicas e esportivas, tendo realizado, no período de pré-participação nesse Evento, por minha própria conta e risco, avaliação clínica que atesta as condições apresentadas.
4. Isento os organizadores do Evento de qualquer responsabilidade por danos eventualmente causados a mim no decorrer e após a competição.
5. Estou ciente e isento os organizadores do Evento de qualquer responsabilidade moral e/ou financeira se a prova for cancelada, por razões adversas à realização da competição.
6. Estou ciente da possibilidade de mudança de percurso, por condições adversas à realização da prova, isentando os organizadores do Evento de qualquer responsabilidade

Assinatura _____

Data / Local _____ / ____ / ____

ORGANIZAÇÃO	CIRCUITO ULTRA SUMMIT
	    