

EXTREMOSUL

ULTRA MARATHON

A MAIOR PRAIA DO MUNDO

1. ORGANIZAÇÃO

a) A organização do Extremo Sul Ultramarathon - A Maior Praia do Mundo cabe à Osmose Promoção e Produção de Eventos Turísticos Esportivos, Ltda e os apoios institucionais das Prefeituras de Rio Grande, Santa Vitória do Palmar e Chuí.

b) Extremo Sul Ultramarathon - A Maior Praia do Mundo é uma travessia pedestre, realizando-se a correr e no menor tempo possível, em formato “non stop”, que liga a Barra de Rio Grande à Barra de Chuí, Santa Vitória do Palmar numa extensão de 226km e tempo limite de 54 horas a realizar-se nos dias 15 de Novembro a 17 de Novembro de 2018, limitado a 100 inscrições.

2. PARTICIPAÇÃO

2.1. CATEGORIAS DE PARTICIPAÇÃO

a) Individual (Masculino e Feminino)

a.1) Participação em semi-autonomia entre Bases de Apoios.

a.2) Não será permitido a participação de Corredores **PACE**, “**atletas ajudando a dar ritmo a outro atleta**”

a.3) Não será permitido carro de apoio

3. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

3.1. 1ª Fase: (Pré-Inscrição)

a) Após inscrição, deverá ser enviado por email: info@extremo-sul.com, curriculum desportivo, sujeito a aprovação.

b) Após aprovação, receberá um correio eletrónico da organização a informar o resultado. Somente deverá efetuar o pagamento após o recebimento da aprovação.

c) As inscrições estarão abertas até atingir o limite de inscritos confirmados.

3.2. 2ª Fase: (Após aprovação)

a) Entrega de **documento médico** que ateste a sua condição física no **check-In**, ou seja, quando efetuar o levantamento do kit no dia 14 de Novembro de 2018. (**modelo para impressão em Documentos e Downloads na página web do evento.**)

b) Ter 18 anos completos no dia da prova.

c) Entrega de **Termo de Responsabilidade (modelo para impressão em Documentos e Downloads)** assinado e entregue no **Check-In**.

d) Estão interditas, sob qualquer condição, as participações a menores de 18 anos.

e) Encontrar-se em perfeitas condições de saúde.

f) Ter a plena consciência da extensão, especificidade da prova e ter adquirido uma real capacidade de autonomia pessoal para gerir as dificuldades e problemas que podem advir neste tipo de evento.

g) Informar a Organização de qualquer problema de saúde que tenha, para conhecimento prévio dos primeiros socorros, caso necessite, tais como: diabetes, hipertensão, asma e outras doenças crônicas.

* Altamente recomendado que tenha já efetuado uma prova de longa distância com pelo menos 100Km.

4. INSCRIÇÃO

4.1. Taxa de Inscrição por períodos

Inscrição	1º Período 25/12/17 até 28/02/18	2º Período 01/03/18 até 30/09/18	3º Período 01/10/18 até 31/10/18
Individual	R\$1500,00	R\$1700,00	R\$2000,00

4.2. As pré-inscrições aprovadas serão limitadas a 100, podendo esse limite ser aumentado caso a organização considere seguro.

4.3. As inscrições deverão ser realizadas on-line através deste link: <http://extremo-sul.com/produto/inscricao-ext-sul/>

4.4. Cada participante deve preencher corretamente o formulário de inscrição e pagar o valor da mesma no prazo estipulado, sendo o participante responsável pela veracidade dos seus dados.

4.5. Os meios de pagamento disponíveis são:

- **Paypal:** osmoseventos@gmail.com
- **Transferência bancária ou depósito bancário identificado:**
Nome: Osmose Promoção e Produção de Eventos Turísticos Esportivos, Ltda
Banco: Caixa Econômica Federal
CNPJ: 23.877.024/000129
Agência: 1511
Op: 003
Conta: 618-7

OBS:

- O depósito ou transferência bancária deve ser identificado.
- O envio do comprovativo de pagamento só é necessário para pagamento efetuado por transferência bancária

4.6. COM A INSCRIÇÃO O (A) PARTICIPANTE TERÁ DIREITO A:

- a) Seguro desportivo
- b) Camiseta técnica especial do evento
- c) Bandana especial do evento
- d) Sacochila especial do evento
- e) Boné ou viseira especial do evento
- f) 4 Sacos (Drop bags para as Bases de Apoios) para colocar seus pertences
- g) Número de peito para colocar à cintura, peito, costas ou mochila.
- h) Bebidas e alimentos, enquanto em competição, nas Bases de Apoio.
- i) Apoio médico ao longo da prova
- j) Transporte de bagagem do atleta do local da largada para o local de chegada, ou seja, Barra do Chuí.
- k) Transporte das Drop bags para as Bases de Apoio.
- l) Transporte para o local de chegada, em caso de abandono ou ser impedido pela organização de continuar em prova.
- m) Medalha finisher para todos que concluírem a prova
- n) Camiseta finisher para todos os que completarem o desafio.
- o) Festa de premiação

ATENÇÃO:

- A troca de inscrição ou de tipo de prova só poderá ser efetuada até o dia 31 de outubro de 2018, ou seja, último dia de inscrições, após essa data não será permitida a troca
- A inscrição é pessoal e os numerais não podem ser substituídos sem autorização prévia da Organização.

4.7. Transporte terrestre de Retorno:

Interessados nos transportes terrestres deverão enviar email com nome e CPF para info@extremo-sul.com e efetuar o pagamento para a mesma conta bancária da inscrição ou paypal.

Trecho da Barra do Chuí a Porto Alegre: 17 de Novembro (Domingo)

Partida pela manhã – (horário a combinar com a empresa)

Valor: R\$: 188,00 por passageiro

5. CREDENCIAMENTO – ENTREGA DE KITS

5.1. Nos dias assinalados para o “Check-In” os participantes devem apresentar os seguintes documentos:

- a) RG ou Passaporte
- b) **Termo de Responsabilidade assinado (modelo para impressão em Documentos e Downloads)**
- c) **Certificado médico** contendo nome, data, assinatura e carimbo médico **(modelo para impressão em Documentos e Downloads)**
- d) O levantamento do kit de atleta deverá ser levantado pelo próprio. O levantamento por terceiros só é permitido mediante **comprovativo de autorização, (modelo para impressão em Documentos e Downloads)**

6. ALTERAÇÃO/CANCELAMENTO/REEMBOLSO

- a) Até à data limite de inscrições é permitida a alteração de inscrição de prova ou alteração de titular.
- b) O cancelamento deve ser solicitado por correio eletrônico para info@extremo-sul.com (A este pedido terá de ser anexado o atestado médico)
- c) O reembolso pode ser solicitado quando um participante tiver um impedimento para fazer a prova, desde que o mesmo esteja associado a um acidente ou a uma doença diagnosticada já após o registo na prova.
- d) Os montantes reembolsados aos participantes, que reúnam as condições acima mencionadas, irão variar de acordo com a data em que solicitar o reembolso.

6.1. O reembolso das taxas pagas será feito nas seguintes condições:

- a) Com antecedência mínima de 30 (trinta) dias da data do Evento. A ORGANIZAÇÃO efetuará o reembolso após desconto de uma Taxa de Serviço, no valor de 50% do valor a ser restituído.
- b) Caso a solicitação de cancelamento seja feita com menos de 30 (trinta) dias de antecedência do Evento, o participante terá direito ao crédito de 50% da Taxa de Inscrição para outro evento da Osmose Promoção de Eventos Ltda, no próprio ano ou para a mesma prova na edição a seguir.

7. PROVA

7.1. BREVE BRIEFING

a) Não haverá marcações no percurso, o atleta deverá se guiar pela orla da praia, quando não for possível, em casos de maré alta, deverá se manter ao longo da areia fofa, mas sempre com o mar do seu lado esquerdo.

b) Haverá sinalização próximo as Bases de Apoio para facilitar a sua visualização tanto durante o dia como a noite.

7.2. NÚMERO DE PEITO

a) O número do atleta é pessoal e intransferível e terá que estar sempre visível durante a prova, deve ser posicionado sobre a roupa, na zona do peito ou do abdômen, sobre a perna e nas costas sobre a mochila.

b) Somente os participantes com peitoral visível terão acesso às Bases de Apoio.

7.3. MATERIAL OBRIGATÓRIO

7.3.1. Cada atleta deverá estar munido dos seguintes materiais obrigatórios:

a) Mochila de hidratação “camel-back” com capacidade mínima de 2 litros

b) 2 bidões com capacidade mínima de 500ml.

c) Manta de emergência de alumínio – 3 Unidades

d) 2 Lanternas (frontal ou de mão) com 4 jogos de pilhas

e) Jaqueta impermeável com capuz

f) Segunda camada de roupa de preferência em tecido polar.

g) Colete refletivo (O colete refletivo deverá ser usado nos horários após 18 horas até 6:00 horas da manhã.

h) Luz traseira vermelha intermitente (ex:bikes)

i) Apito de emergência

j) Copo ou outro recipiente para uso individual (não há copos nas Bases de Apoio)

k) Alfinetes ou porta número de peito

l) Porta-resíduos, integrado ou não na mochila

m) Kit de primeiros socorros com gaze, agulhas esterilizadas, atadura, analgésico, anti-histamínico, vaselina ou creme antifricção.

7.3.2. A organização, até ao envio do **guia de participante**, poderá aumentar ou aliviar o número de equipamentos obrigatórios.

*** Sugestão para evitar bolhas nos pés, uso de creme como o Hipoglós ou outro usado para evitar assaduras em bebés.**

ATENÇÃO: Caso tenha intenção em descansar em alguma das Bases de Apoio, deverá colocar junto a sua drop bag um saco cama para a Base de Apoio que pretende descansar.

A organização levará somente 1 saco cama, portanto, faça sua estratégia de descanso de forma a poder utilizar o saco cama na Base prevista, pois drop bags não irão para as outras Bases.

7.3.3. MATERIAL ACONSELHADO

- a) Luvas, gorro, boné ou "buff" (de acordo com a previsão do tempo)
- b) Protetor solar
- c) Óculos UVA/UVB para o dia e transparentes para noite (há muitas ventos com areias)
- d) Bastões (walkstick) ou cajado
- e) Reservas de alimento de fácil absorção pelo organismo.
- f) Saquetas de sal e açúcar
- g) Segunda camada de roupa nas Drop bags para a noite. Prefira materiais leves e de secagem rápida: tecido térmico.
- h) Calça segunda pele para a noite
- i) Blusa segunda pele para a noite
- j) Meias de reserva (tênis e meias molhados será uma constante, pois haverá muitas passagens de água).

7.3.4. VERIFICAÇÃO DE EQUIPAMENTOS E ENTREGA NO CHEK-IN

a) Os equipamentos não serão verificados na véspera de prova. Cada atleta será responsável pelo conteúdo da sua mochila. Entretanto, a qualquer momento do percurso poderá ser-lhe pedido para mostrar algum item do equipamento obrigatório. Caso não possua um dos itens será penalizado conforme o disposto no item 10 "**Ausência do**

material obrigatório e/ou recusa da sua apresentação, se pedido pela organização - Desclassificação"

8. BASES DE APOIO (BA) | POSTOS DE CONTROLO (PC)

a) BA - Bases de apoio são locais onde poderá servir-se de comida quente, ter apoio médico e trocar ter acesso à sua Drop bag. Poderá ainda dormir algum tempo de forma tranquila.

b) PC – Postos de controlo terão líquidos (água e em alguns poderá ter chá e café), Não estão indicados para descansos prolongados.

c) As Equipes médicas estarão presente nas Bases de Apoio.

d) O atleta deve assegurar que tem, a partir de cada **BA** ou **PC**, as quantidades de água e alimentos de que necessita para chegar até ao próximo ponto de reabastecimento.

e) Não esquecer que, devido a problemas associados ao ambiente e tipo de evento pode ser necessário aguardar pela assistência durante mais tempo do que o previsto. Assim sendo, a segurança primária dos atletas depende basicamente da qualidade dos materiais/equipamentos que os mesmos possuem.

8.1. TEMPO LIMITE (BARREIRA HORÁRIA)

a) É barreira horária a hora anunciada pela organização para sair das bases de apoio. Uma chegada antes dessa barreira horária não lhe permite ficar mais tempo que o anunciado.

b) A prova é de etapa única, com tempo limite de execução de 54 horas. Um “pace” médio de 14,5min/km ou 4,13km/hora.

c) As barreiras horárias são calculadas para permitir aos participantes alcançar a linha de meta no tempo limite imposto, contabilizando já as possíveis paragens (descanso, abastecimentos, etc). Para serem autorizados a continuar em prova, os participantes devem chegar e sair da Base de Apoio antes do seu encerramento, caso contrário, serão impedidos de prosseguir e, conseqüentemente, serão desclassificados.

d) Por razões de força maior (meteorológicas e/ou de segurança), a organização reserva-se o direito de alterar as barreiras horárias.

e) Em caso de previsão de viração (termo local para anunciar que o tempo será de muita chuva e vento), sendo a previsão justificável para suspensão temporária da prova, a organização neutralizará durante o tempo que for preciso a prova, devendo os participantes permanecerem nas Bases de Apoio até determinação em contrário.

f) Em caso de neutralização as largadas das bases de apoio serão dadas todas ao mesmo tempo e sem qualquer bonificação aos participantes pela ordem de chegada.

g) O atleta que estiver numa Base de Apoio durante a suspensão da prova, não poderá partir.

8.2. DROP BAGS | SACOS DE APOIO

- a) Existirão 4 Bases de Apoio e para todos poderá destinar uma Drop bag. Os participantes deverão entregar no **check-in** os sacos fornecidos pela organização (identificado com o autocolante fornecido pela Organização) com a muda de roupa e outras necessidades. Esse saco será depois transportado para as respectivas Bases de Apoio e serão levados para o local de meta após o término da prova.
- b) No final da prova, todas as drop bags serão devolvidas aos participantes.
- c) Na Base de Controlo, o atleta de forma ordenada, sem pressas, dirigir-se-á ao Diretor de Base e solicitará o respetivo Drop Bag.
- d) O conteúdo dos Drop Bags não será verificado, pelo que não se aceitarão reclamações.
- e) **Recomenda-se que não coloque nenhum objeto de valor.**

9. PREMIAÇÃO

9.1. CATEGORIA INDIVIDUAL MASCULINO E FEMININO

1º Lugar - Troféu + Inscrição para Extremo Sul Ultramarathon e [PT 281+ Ultramarathon](#) e [Oh Meu Deus Ultra Trail Serra da Estrela](#) edição de 2019.

2º Lugar – Troféu + 60% de desconto nas inscrições para Extremo Sul Ultramarathon, PT 281+ Ultramarathon e Oh Meu Deus Ultra Trail Serra da Estrela edição de 2019.

3º Lugar – Troféu + 40% de desconto nas inscrições para Extremo Sul Ultramarathon, PT 281+ Ultramarathon e Oh Meu Deus Ultra Trail Serra da Estrela edição de 2019.

9.2. PREMIAÇÃO POR ESCALÃO – CATEGORIA INDIVIDUAL MASCULINO E FEMININO

9.2.1. Troféus do 1º ao 3º de cada categoria feminina e masculina.

Sénior I	18 a 29 anos
Sénior II	30 a 39 anos
Veterano I	40 a 44 anos
Veterano II	45 a 49 anos
Veterano III	50 a 54 anos
Veterano IV	55 a 59 anos
Veterano V	60 anos ou mais

10. QUADRO DE PENALIZAÇÕES

A direção da prova e os Diretores de controle presentes nas Bases de Apoio e ao longo do percurso são responsáveis pela aplicação das regras e regulamento que regem a prova e por isso, estão autorizados a aplicar penalizações e desclassificações, estabelecidas na tabela abaixo.

Tipos de Infração	Penalização
Falhar uma ou mais Base de Apoio	Desclassificação
Sair da Base de Apoio depois da hora limite	Desclassificação
Utilização de quaisquer meios de transporte	Desclassificação
Desobedecer às medidas de segurança indicadas pela organização e entidades associadas	Desclassificação
Recusar dar assistência a pessoa em dificuldade	Desclassificação
Ausência do material obrigatório e/ou recusa da sua apresentação, se pedido pela organização	Desclassificação
Pedir ajuda sem necessidade	Desclassificação
Faltar gravosamente ao respeito para com a organização e participantes (agressão ou insulto)	Desclassificação
Ingestão de bebidas alcoólicas que resultem em transtornos ou sob a influência de drogas	Desclassificação
Recusar sujeitar-se a avaliações/exames médicos	Desclassificação
Atirar lixo para o chão e/ou danificar o meio envolvente	Desclassificação
Assistências fora da área estabelecida	Desclassificação
Fazer-se acompanhar por pessoas não acreditadas pela organização, exceto nas áreas definidas pela organização	4h
Lanterna/Frontal e/ou luz traseira apagados durante a noite	2h
Perda do número de peito	2h

11. RECLAMAÇÕES

a) Toda e qualquer reclamação deve ser colocada por escrito e remetida ao diretor da prova, até duas horas após a chegada do participante em questão. Na reclamação deve constar a

identificação completa do reclamante, nome do(s) participante(s) afetados, n.º do peitoral e motivos alegados.

b) As classificações provisórias também podem ser alvo de reclamação, até 2 horas após a sua publicação por email a organização: info@extremos-sul.com

12. CONDIÇÕES GERAIS

a) A Organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo de objetos e valores de cada participante.

b) Todas as dúvidas sobre a interpretação do Regulamento e demais casos relacionados com a prova serão analisadas e decididos pela Organização do Evento, devendo o atleta enviar email: info@extremo-sul.com

c) Compete exclusivamente à Organização aprovar qualquer correção que considere oportuna e a qualquer tempo, a qual será divulgada na Internet, na página web oficial do evento, no guia do participante e no secretariado.

d) Caso o presente Regulamento venha a ser publicado noutros idiomas e em caso de dúvidas relativas à sua interpretação, o texto Português será o único considerado como válido.

e) Por força da inscrição, pagamento e participação no Extremo Sul Ultramarathon – A maior praia do mundo, o concorrente reconhece que leu, compreendeu e aceitou, sem reservas, os termos e condições da participação no evento previsto no Regulamento da prova. Eventuais despesas médicas e hospitalares, resultantes do desgaste físico dos atletas, serão de inteira responsabilidade do atleta.

f) A organização, em casos de mau tempo e/ou por razões de segurança, reserva-se o direito de interromper, mudar horários ou suspender a realização da prova na data e local previsto. Nestes casos, não haverá qualquer reembolso a fazer aos concorrentes das verbas já pagas ou aos patrocinadores.

g) A Organização da prova Extremo Sul Ultramarathon, respetivos patrocinadores e as entidades que colaboram na organização desta manifestação desportiva reservam-se os direitos de utilizarem livremente em todos os países e sob todas as formas, a participação dos concorrentes, assim como os resultados por eles obtidos.

h) A prova poderá ser gravada em vídeo e/ou fotografada pela Organização do evento e jornalistas para posterior aproveitamento publicitário.

i) Os participantes que tiverem alguma restrição quanto ao uso da sua imagem deverão notificar a Organização com antecipação e por escrito. Caso contrário, estarão automaticamente a autorizar o uso em qualquer tempo, sem direito a receber compensação financeira por parte da organização.

j) Em caso que se detete que o atleta está fazendo uso de qualquer substância mencionada na lista WADA disponível no site www.wada-ama.org o mesmo será desclassificado e banido permanentemente de futuras corridas organizadas pela Osmose Lda.

EXTREMOSUL

ULTRA MARATHON

A MAIOR PRAIA DO MUNDO

K) Fica estabelecido o Fórum da Justiça do domicílio da Empresa Osmose Ltda.

Brasília, 20 de Dezembro de 2017