

CORRIDA DIAS TAVARES x CHAPÉU D`UVAS – Etapa Pico da Grota
RANKING DISTRITAL TRAIL RUN/JUIZ DE FORA 2024 –Galgando Desafios
DIA 01/09/2024 – DOMINGO
REGULAMENTO ESPECÍFICO

1- A etapa *Pico da Grota* do **Ranking Distrital Trail Run/Juiz de Fora – RDTR/JF** acontecerá no dia 1 de setembro de 2024 (domingo) nos percursos LONGO (25 km), MÉDIO (10 km) e CURTO/CAMINHADA (4,8 km). Estas distâncias são aproximadas e podem variar até 10% para mais ou para menos. A largada das 3 provas será na praça de Dias Tavares, às 8h30 e chegadas no mesmo local. O evento não tem fins lucrativos e visa a valorização do esporte e divulgação das potencialidades turísticas da zona rural Juiz de Fora. A organização fará, em nome dos atletas, doação de material esportivo para escolas locais;

2- As provas acontecerão em estradas de terra. A hidratação fornecida pela organização será básica com 1 COPO DE ÁGUA a cada 5 ou 6 km aproximadamente, **porém haverá possibilidade de reabastecimento nos postos de hidratação**. Aconselha-se que os atletas levem sua própria hidratação e alimentação (principalmente para o percurso de 25 km). Na marcação, setas com cal no chão indicarão a direção a seguir. Também serão usadas fitas;

3- A organização manterá uma ambulância com equipe de primeiros socorros no local da largada/chegada;

4- As faixas etárias estarão assim distribuídas:

CURTO/CAMINHADA (4,8 km) – Somente Geral, no Masculino e no Feminino

MÉDIO FEMININO(10 km): até 29 anos(nascidas em 1995 ou após); de 30 a 39 anos(nascidas entre 1985 e 1994); 40 a 49 anos(nascidas entre 1975 e 1984); 50 a 59 anos(nascidas entre 1965 e 1974); 60 anos ou mais(nascidas em 1964 ou antes). MÉDIO MASCULINO(10 km): até 29 anos(nascidos em 1995 ou após); de 30 a 39 anos(nascidos entre 1985 e 1994); 40 a 49 anos(nascidos entre 1975 e 1984); 50 a 59 anos(nascidos entre 1965 e 1974); 60 a 69 anos(nascidos entre 1955 e 1964); 70 anos ou mais(nascidos em 1954 ou antes).

LONGO FEMININO(25 km): até 29 anos(nascidas em 1995 ou após); de 30 a 39 anos(nascidas entre 1985 e 1994); de 40 a 49 anos(nascidas entre 1975 e 1984); 50 a 59 anos (nascidas entre 1965 e 1974); 60 anos ou mais(nascidas em 1964 ou antes). LONGO MASCULINO(25 km): até 29 anos(nascidos em 1995 ou após); de 30 a 39 anos(nascidos entre 1985 e 1994); 40 a 49 anos(nascidos entre 1975 e 1984); 50 a 59 anos(nascidos entre 1965 e 1974); 60 a 69 anos(nascidos entre 1955 e 1964); 70 anos ou mais(nascidos em 1954 ou antes);

5- Serão conferidas medalhas que formarão a mandala com o mapa de Juiz de Fora para as 150 primeiras inscrições. Troféus para os(as) 3 primeiros(as) colocados (as) geral masculino e feminino e troféus para 3 primeiros de cada faixa etária. *Percurso CURTO terá premiação somente no Geral. A premiação em dinheiro para geral e faixas etárias (conforme regulamento geral do RDTR/JF) acontecerá ao final do Ranking*. Todos(as) atletas que participarem de pelo menos 3 provas do ranking receberão a camisa oficial. O regulamento geral do ranking está disponível no site www.corridao.com

6- Horários de ônibus circular (**gratuito**) de Juiz de Fora para atendimento aos atletas: linha 712, Dias Tavares, que sai do centro da cidade às 6h35. Após o evento, horários de Dias Tavares para o centro: 10h45, 12h, 13h e 14h15

7- Contatos e informações com o organizador podem ser feitos pelo e.Mail heraldom65@gmail.com, pelo facebook [Heraldo Maciel](#) ou pelo telefone (32) 99953 2069 (VIVO com WhatsApp);

8- Resultados serão publicados nos sites corridao.com e rumocertojf.com;

9- A idade mínima para participação é de 12 anos para o percurso CURTO, 16 anos para o percurso MÉDIO e 18 anos para o percurso LONGO (idades em 31/12/2024). Menores de 15 anos e maiores de 60 anos pagam 50% do valor da inscrição;

- 10- Numeral de peito e vale lanche serão entregues até 15 minutos antes da largada;
- 11- Kit frutas pós-prova e vale lanche no valor de **r\$ 6,00** para todos os atletas inscritos antecipadamente, até o dia 27 de agosto de 2024;
- 12- Os percursos CURTO/CAMINHADA e LONGO utilizarão trilhas em propriedades particulares que não podem ser acessadas fora do dia da corrida;
- 13- Atletas campeões ou campeãs no geral em cada etapa ganharão uma cortesia de inscrição para a próxima etapa (não-transferível e não-reembolsável). Segundo e terceiros lugares Geral: desconto de 50%;
- 14- Os percursos CURTO/CAMINHADA e MÉDIO terão que passar por dentro do córrego, abaixo da linha férrea, no último km. O(A) atleta que se recusar a passar pela água terá um acréscimo de 5 minutos no seu tempo líquido e não terá direito à premiação no pódio. Exceto atletas PCD. Aconselhamos levar tênis e meia para troca;
- 15- Declaro, no momento da inscrição, aceitar todas as regras do presente regulamento e acatar as decisões da organização. Autorizo o uso de meu nome e imagem em publicações geradas pela organização, sem reclamar qualquer indenização ou pagamento no presente e no futuro.

A organização – julho de 2024

REGULAMENTO GERAL RANKING DISTRITAL TRAIL RUN / JUIZ DE FORA – 2024

1- O **Ranking Distrital de Trail Run de Juiz de Fora – RDTR/JF** durante o ano de 2024 nos distritos rurais do município de Juiz de Fora, Minas Gerais. Serão 5 etapas contemplando os 8 atuais distritos de Caeté de Minas, Humaitá de Minas, Monte Verde de Minas, Penido, Rosário de Minas, Sarandira, Torreões e Valadares, além dos ex distritos de Chapéu D'Uvas e Paula Lima e do povoado de Dias Tavares. O evento não tem fins lucrativos e visará a valorização do esporte junto à natureza e a divulgação do turismo rural em Juiz de Fora;

2- As provas acontecerão preferencialmente por estradas de terra (e ocasionalmente trechos de trilha) e oferecerão três opções de percurso, a saber: CURTO/CAMINHADA (com distâncias entre 4 e 4,9 km), MÉDIO (com distâncias entre 8 e 9,9 km) e LONGO (com distâncias entre 21 e 25 km). A idade mínima para participação no percurso MÉDIO é de 16 anos e no percurso LONGO, de 18 anos. Idades consideradas no dia 31 de dezembro de 2024;

3- No percurso CURTO/CAMINHADA não haverá premiação por faixa etária. Somente Geral. Estão previstas 5 faixas etárias no feminino nos percursos MÉDIO e LONGO: A – nascidas em 1995 ou após // **B – nascidas entre 1985 e 1994** // *C – nascidas entre 1975 e 1984* // D – nascidas entre 1965 e 1974 // **E – nascidas em 1964 ou antes**. Estão previstas 6 faixas etárias no masculino nos percursos MÉDIO e LONGO: A – nascidos em 1995 ou após // **B – nascidos entre 1985 e 1994** // *C – nascidos entre 1975 e 1984* // D – nascidos entre 1965 e 1974 // **E – nascidos entre 1955 e 1964** // *F – nascidos em 1954 ou antes*.

4- A pontuação, por prova, no geral e por faixas etárias obedecerá a seguinte tabela:

1º lugar: 20 pontos	2º lugar: 15 pontos	3º lugar: 12 pontos	4º lugar: 10 pontos	5º lugar: 8 pontos
6º lugar: 6 pontos	7º lugar: 4 pontos	8º lugar: 3 pontos	9º lugar: 2 pontos	10º lugar: 1 ponto

5- Serão conferidas medalhas que formarão a mandala com o mapa de Juiz de Fora para as 150 primeiras inscrições em cada prova/etapa. Troféus e cortesias para os(as) 3 primeiros(as) colocados (as) geral masculino e feminino e troféus para 3 primeiros de cada faixa etária, também em cada etapa. **A premiação em dinheiro para geral nos 3 percursos acontecerá ao final do RANKING. Vencedores(as) de faixas etárias que tiverem pelo menos 10 inscrições, em pelo menos 3 provas, também receberão também uma bonificação em**

dinheiro. Atletas campeões e campeãs de cada etapa ganham uma inscrição pessoal, intransferível e não-reembolsável para uma etapa seguintes. Quem ficar em segundo(a) ou terceiro(a) colocado(a) ganha um desconto de 50% nas mesmas condições acima;

6- Os(as) atletas que participarem de pelo menos 3 provas receberão a camisa oficial e estarão habilitados para concorrerem à classificação e premiação final do Ranking.

Os(as) atletas que se inscreverem em TODAS as etapas receberão de brinde um estojo personalizado para acondicionar a mandala e terão direito a participar de um sorteio especial;

7- Por se tratar de uma medalha especial e única, os(as) atletas devidamente inscritos(as) que não puderem participar de alguma prova e se justificarem perante a organização poderão retirá-la até 15 dias após a realização da mesma;;

8- Ao final do Ranking serão considerados os 4(quatro) melhores resultados de cada atleta. Portanto atletas que participarem das 5(cinco) provas deverão descartar seu pior resultado;

9- O valor da inscrição em cada etapa será de r\$ 60,00, sendo que maiores de 60 anos, nascidos(as) em 1964 ou antes pagam metade. Também atletas menores de 15 anos, nascidos(as) no ano de 2009, ou após também pagam a metade. **Haverá um valor diferenciado para equipes com 10 atletas ou mais. Neste caso inscrições e informações diretamente com o organizador;**

10- Contatos com o organizador podem ser feitos pelo e.Mail heraldom65@gmail.com ou pelo telefone (32) 99953 2069 (VIVO com WhatsApp);

11- Resultados serão sempre publicados nos sites corridao.com e rumocertojf.com . Demais informações também no site rumocertojf.com ;

12- Numeral de peito e vale lanche serão entregues até 15 minutos antes das largadas;

13- Kit frutas pós-prova e hidratação básica para todos os atletas. Vale lanche no valor de **r\$ 6,00** apenas para os atletas inscritos até 5 dias antes de cada prova;

14- Em caso de atletas chegarem juntos ao final das provas será considerado vencedor(a) o(a) atleta de maior idade. Em caso de empate na classificação final do ranking o critério de desempate será maior número de primeiros, segundos, terceiros, quartos lugares e assim por diante. Persistindo empate: idade maior;

15- O almoço de confraternização e premiação final do ranking está previsto para ocorrer no dia 14 de dezembro, sábado, em um restaurante da zona rural de Juiz de Fora. Premiação geral e faixas etárias do 1º ao 3º lugares. No CURTO/CAMINHADA premiação somente no Geral do Ranking, do 1º ao 5º lugar;

16- Declaro, no momento da inscrição, aceitar todas as regras do presente regulamento e acatar as decisões da organização. Autorizo o uso de meu nome e imagem em publicações geradas pela organização, sem reclamar qualquer indenização ou pagamento no presente e no futuro.

A organização