

CORRIDA PENIDO x HUMAITÁ DE MINAS – Etapa Morro de Santa Cruz
RANKING DISTRITAL TRAIL RUN/JUIZ DE FORA 2024 –Galgando Desafios
DIA 21/04/2024 – REGULAMENTO ESPECÍFICO

- 1- A etapa *morro de Santa Cruz* do **Ranking Distrital Trail Run/Juiz de Fora – RDTR/JF** acontecerá no dia 21 de abril de 2024 (domingo) nos percursos LONGO (23 km), MÉDIO (9 km) e CURTO/CAMINHADA (4,8 km). Estas distâncias são aproximadas e podem variar até 10% para mais ou para menos. A largada da prova LONGA (23 km) acontecerá às 8h na praça do distrito de Humaitá de Minas e a chegada será na praça de Penido. As largadas das provas CURTA/CAMINHADA e MÉDIA acontecerá às 9h na praça do distrito de Penido e chegada 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 23 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(9 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(9 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(23 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(23 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 os/as 150 primeiros/as inscritos/as ou para quem se inscrever até 08/03/2024. 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 do CURTO/CAMINHADA e MÉDIO que largarão em Penido: 6h45 (linha 745 – Rosário de Minas); 7h00 (linha 744 – Palmital); 7h10 (linha 743 Toledos) e 7h25 (linha 741 – Valadares).
*** Para atletas percurso LONGO que largarão da Praça de Humaitá o horário é 6h40 (linha 740 – Humaitá)**
Na VOLTA: 11h35 (linha 741 – Valadares); 13h15 (linha 743 – Toledos) – 13h20 (linha 742 – Rosário)e 14h25 (linha 741 – Valadares).
- 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 16 de abril de 2024;
- 12- O percurso MÉDIO utilizará trilha em propriedade particular que não pode ser acessada fora do dia da corrida sem a **expressa autorização do(a) proprietário(a)**;
- 13 – Será disponibilizado transfer ao preço de **r\$ 10,00** por atleta do percurso LONGO, **que tiver interesse**, saindo de Penido para Humaitá às 6h30 no dia da prova. Reservas pelo WhatsApp 32 99953 2069 até 16/04, impreterivelmente;
- 14- 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%;
- 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 – fevereiro de 2024