

Briefing Eletrônico Rocky Mountain Games
Etapa Pedra Grande (Atibaia) 2023

Querido(a)s atletas,

Agora falta muito pouco para vivenciarmos o maior evento de esportes e cultura de montanha do país! Sejam muito bem-vindos e desfrutem dessa experiência que preparamos com carinho, pensada nos mínimos detalhes para vocês.

ENTREGA DE KITS – ARENA = - Rua Comendador Antonio Jacomo de, R. Comendador Jácomo Antônio Lã Selva, 99

Será feita nos horários abaixo:

- Sexta Feira (19/5)

Local: Arena (Pista de Pouso de Voo Livre)

Horário: 18h às 22h, todas as modalidades

- Sábado (20/5)

Local: Arena (Pista de Pouso de Voo Livre)

Canicross e Trail run: 6h às 8h15 (até 15 minutos antes de cada distância)

Hike & Fly: 6h às 11h45

Uphill, MTB, Gravel: 8h30 às 16h

- Domingo (21/5)

Local: Arena (Pista de Pouso de Voo Livre)

MTB e Gravel: 6h às 6h45

Uphill: 6h45 às 11h45

GUARDA-VOLUMES

A organização disponibilizará guarda-volumes para os atletas. O espaço disponibilizado é para guardar apenas uma mochila pequena (até 30L).

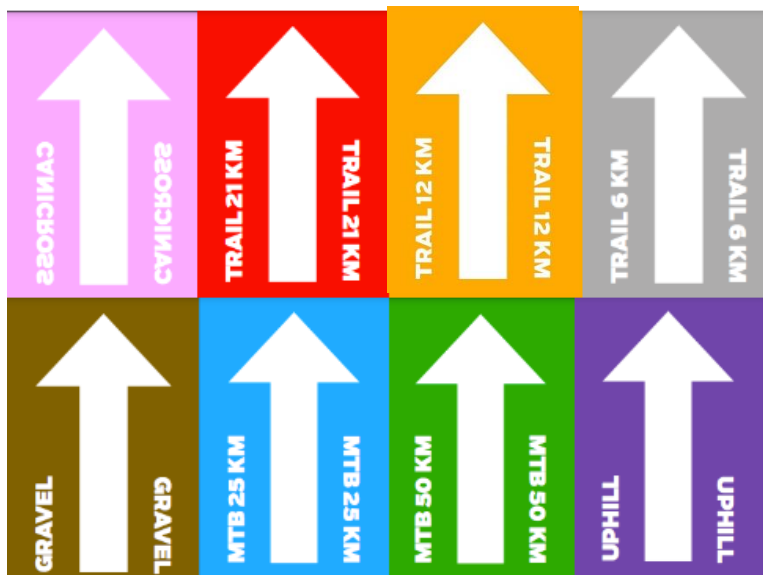
Sugerimos a *gym sac* da prova, ou mochila pessoal, que deve estar identificada com o número de peito do atleta (uso de etiqueta).

SINALIZAÇÃO

Todo atleta é responsável em seguir a sinalização correspondente à sua prova. Nos pontos de divisões de percurso placas coloridas de acordo com as cores de sua modalidade indicarão o

caminho. Placas de seta padrão (quando não tiver divisões de modalidades), caminho errado, ponte e perigo são do mesmo padrão para todas as modalidades.

A prova de 42km do trail run fará dois loops na prova de 21km. O loop se inicia na entrada da trilha Minha Deusa.



PÓS-PROVA

Não há estrutura de banho na Arena, apenas banheiros químicos. Seu número de peito contempla o vale Guarda-volumes e o acesso à hidratação é apenas uma vez, ao passar no pórtico Seu vale-choripan será entregue neste momento. Pessoas sem número de peito estarão proibidas de acessar essas facilidades.

HIDRATAÇÃO:

Na busca por minimizar a produção de lixo no evento, todos os pontos de hidratação (inclusive o da arena) contarão apenas com galões de 20L para abastecimento de água. Todo atleta será responsável por ter seu próprio recipiente e enchê-lo nos pontos de hidratação. Isso não contempla a largada, todos devem chegar já abastecidos.

LIXO E RESÍDUOS

A tolerância é zero! Caso seja identificado por algum staff ou atleta durante a prova, ou por meio de confirmação de duas ou mais pessoas, a pena será a desclassificação.

TRAIL RUN. Sábado a partir das 07h

Largadas da Arena Principal:

7h00 - 42 km

8h30 – 21 km , 12 km, 6 km

Percurso técnico, com bastante altimetria.

Atenção às placas de divisão de percurso. Siga as placas de identificação com a cor do seu numeral de peito (item sinalização - acima). Os atletas dos 42 km devem seguir as marcações do 21 km (vermelhas)

Atenção a penhascos e barrancos!

Hidratação 6 km: km 2 e km 4

Hidratação 12 km: km 2, km 5 e km 9,4

Hidratação 21 km: km 2, km 5, km 11, km 14, km 19

Hidratação 42 km: km 2, km 5, km 11, km 14, km 19, km 21, km 27, km 30, km 35.

Sejam autossuficientes para carregar sua água e reabastecer.

Provas de 12 km, 21 km e 42 km têm um ponto de água natural no km 4.

Não entregaremos água em garrafas, apenas galões de 20L.

CANICROSS – Sábado, 07h15

O percurso será de 4,2 km. Respeitem os atletas que forem ultrapassar e o ritmo de seu cachorro.

Teremos um veterinário na largada e na chegada.

Caso o cachorro precise de atendimento avançado, a continuidade do atendimento veterinário será de responsabilidade do tutor/dono do CÃO em local por ele escolhido, eximindo a ORGANIZAÇÃO de qualquer responsabilidade, direta ou indireta sobre as consequências desta decisão, bem como sobre as despesas veterinárias que o tutor/dono venha a ter durante ou após a prova.

O ATLETA é responsável por garantir que seu CÃO não atacará outro CÃO ou mesmo outro ATLETA durante o percurso.

Após a largada são 800 metros de asfalto, assim como na chegada. Atenção aos veículos – a via estará monitorada, mas não fechada ao trânsito.

Temos um trecho de 1 km de trilha difícil, com erosões. Os demais 1,6 km são em estrada de terra.

HIKE AND FLY – Sábado, 12h30

Últimas informações na arena às 9h sobre as condições de voo. Os atletas largam e fazem o mesmo percurso do Uphill, seguindo as setas roxas (UPHILL). Aguarde as instruções de voo e cumpra a rota preestabelecida no briefing técnico de sábado às 9hs.

GRAVEL - Sábado, 07h

O funil de largada do Gravel será à frente do MTB.

A prova tem quase 1.800 metros de desnível com inclinação máxima de 30%. Estrada técnica com erosões, subidas íngremes e pedras soltas.

Respeite as leis de trânsito e mantenha a sua mão de via. Não corte as tangentes! Não circule pela contramão de via! O trânsito não estará fechado.

Siga as placas de divisão de categoria. As três principais são:

Km 4,7 - Gravel mantém-se à esquerda na estrada principal.

Km 14,5 - Gravel mantém-se à direita (junto com MTB 50k) para contornar a Pedra Grande.

Km 23 - Gravel mantém-se à direita na estrada principal

Cuidado nos últimos cruzamentos da Av. Santana, a 300 e 200 metros antes da Arena.

Hidratação nos Km 14 e km 27.

MTB 50K e 25K - Domingo, 07h05

As provas largam juntas.

Divisões de prova:

Km 4,7 - MTB 25K e 50K entram à direita e fazem o singletrack do Bike Park. Gravel segue à esquerda.

Km 18 - MTB 25k vira à esquerda e retorna para a arena.

- MTB 50k vira à direita (junto com o Gravel) e segue para contornar a Pedra Grande.

Km 28 - MTB 50K entra à esquerda rumo a Pedra Grande.

Hidratação: Km 18,4 e Km 32 (apenas o MTB 50K)

Muito cuidado com as estradas, o trânsito estará aberto. Não corte as tangentes! Não circule pela contramão de via!

Há cerca de 10 km de asfalto e trechos urbanos no final do percurso MTB 50k.

Seja prudente e respeite as leis de trânsito.

UPHILL – Domingo, 12h00

A largada será na Arena do evento e chegada no topo da Pedra Grande.

Siga as sinalizações roxas (UPHILL)

Haverá hidratação apenas no final da prova.

Teremos traslado disponibilizado pela organização para atletas no retorno do Uphill, que tem chegada no topo da Pedra Grande. De lá, levaremos os atletas de volta à Arena. O tempo máximo de espera é de 1h30 e de deslocamento 60 minutos.

Quem optar por descer andando deve avisar a organização (será mais rápido, provavelmente).

Ao chegar na Arena, retire seu choripan

ROCKY MAN & ROCKY WOMAN

Quem estiver na disputa por Rocky Man e Rocky Woman deve se planejar com antecedência. Em caso de atraso que leve à perda da largada do Uphill, o atleta pode largar depois e valerá o tempo líquido feito na prova Uphill.

Boa prova e uma excelente experiência a todos!!!