



Briefing Eletrônico Rocky Mountain Games

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.

Entrega de kits

- **Sexta-feira 14/03, das 18h às 22h**, na arena do evento.
- **Sábado 15/3 das 6h as 17hs**, ou até 30 min antes do horário de largada da sua prova. Até as 8h30 prioridade dos atletas de TRAIL RUN.
- **Domingo 16/3 das 6h às 9h30**. Atletas de MTB e GRAVEL têm prioridade até as 7h. Das 7h10 às 8:30 retirada do UPHILL

Traslados

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 é de 1 hora. Quem optar por descer andando deve avisar a organização.

Guarda-volumes

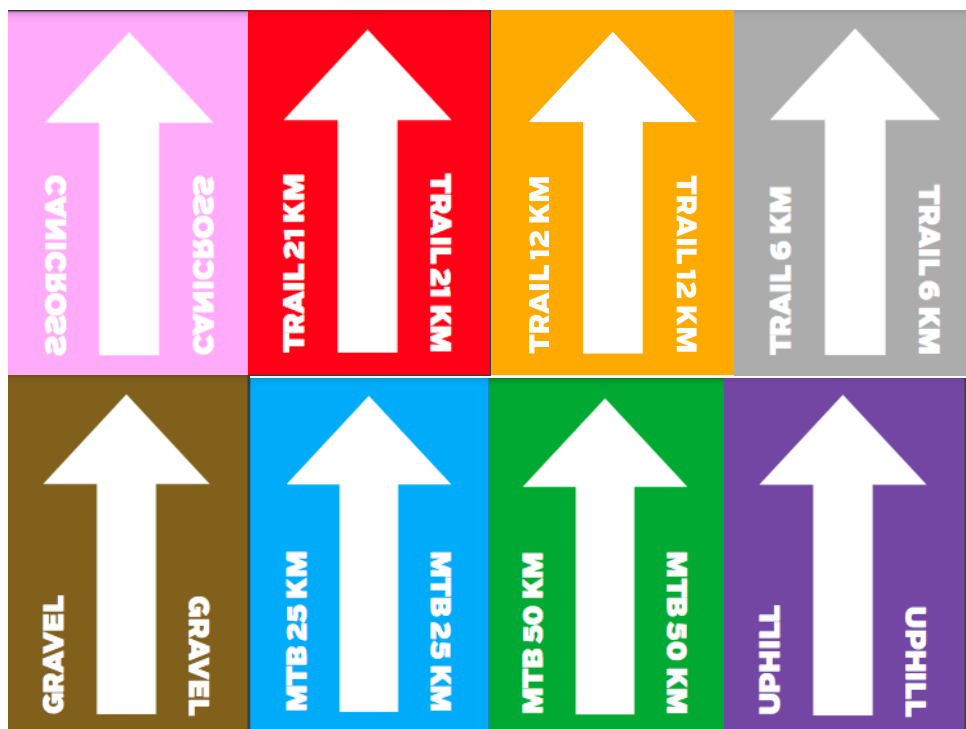
A organização disponibilizará guarda-volumes para os atletas. O espaço disponibilizado é para guardar apenas uma mochila pequena (até 30L). Sugerimos a *gym sac* da prova, ou mochila pessoal, que deve estar identificada com o número de peito do atleta.

Sinalização:

Todo atleta é responsável por seguir a sinalização correspondente a sua prova. Nos pontos de divisões de percurso, placas coloridas de acordo com as cores de sua modalidade indicarão o caminho, conforme estabelecidas abaixo.

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

A prova de 42km do trail run fará duas voltas na prova de 21km. A volta se inicia na entrada da trilha Minha Deusa, onde os atletas encontrarão uma placa grande indicando esse início de 2ª volta.



Pós-prova

Não há estrutura de banho na Arena, apenas banheiros químicos.

O número de peito contém vales picotados para o choripán, o gel energético Mombora, a foto oficial e o pós-prova (bebidas e frutas).

Pessoas sem número de peito estarão proibidas de acessar a área de pós-prova.

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.

Lixo e resíduos na trilha/evento

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 e TREKKING - Sábado

Largadas da Arena Principal:

7h - 42km e 21km

8h30 - 12km, 6km

8h35 - Trekking 6km

Percursos técnicos, com bastante altimetria.

Fiquem atentos às placas de divisão de percurso.



Fiquem atentos a penhascos, barrancos e animais peçonhentos.
A descida da Pedra Grande está bem técnica, esburacada e escorregadia. Ela faz parte dos percursos de 12km, 21km e 42km.

Hidratação do Trail 6k – km 2 e km 4

Hidratação do Trail 12k - km 2, km 5 e km 9,4

Hidratação do Trail 21k – km 2, km 5, km 11 e km 17

Hidratação do Trail 42k – km 2, km 5, km 11, km 17, km 21, km 27, km 34

Os atletas devem ser autossuficientes para carregar sua água e reabastecer.
Provas de 12k, 21k e 42k têm um ponto de água natural no km 4.
Não entregaremos água em garrafas, apenas galões de 20L.
No ponto de hidratação do km 2 teremos apenas água.
Nos demais pontos teremos uma estrutura maior com água gelada, refrigerante, intra-treino Housewhey, snacks e frutas.

CANICROSS – Sábado **Largada 07h05**

O percurso será de 3,9km, com cerca de 1200m de terra e 2700m de asfalto.

É boa parte sombreado, com opções de calçadas em terra.

Respeitem os atletas que forem ultrapassar e o ritmo de seu cachorro.

Teremos um veterinário na largada/chegada.

Caso o cachorro precise de atendimento avançado, a continuidade do atendimento veterinário propriamente dito 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 800m de asfalto, assim como a volta. Atenção aos veículos: a via estará monitorada, mas não fechada ao trânsito.

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



HIKE AND FLY – Sábado ou Domingo (Análise de condições de voo)

Previsão sábado às 10h.

Ultimas informações na arena as 9h sobre as condições de voo.

Os atletas largam e fazem o mesmo percurso sinalizado do Uphill e seguem as sinalizações da prova dos 12k e 2k do trail run (mesma subida para todos).

Aguarde as instruções de voo e cumpra a rota pré-estabelecida do briefing técnico de sábado as 9h.

A prova poderá ser transferida para domingo, dependendo das condições de voo.

GRAVEL - Domingo

Largada: 7h

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

A prova tem quase 1800m 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 a esquerda na estrada principal.

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

Km 23 - Gravel mantém a direita na estrada principal

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

Hidratação nos Km 14 e km 28.

Ambas com boa estrutura, água gelada, refrigerante, snacks e frutas.

MTB 50K / E-MTB 50K / MTB 25K - Domingo

Largada: 7h:05

As provas largam juntas.

Divisões de prova:

- Km 4,7:

MTB 25k e 50k entram a direita e fazem o single track do Bike Park.

Gravel segue à esquerda

- Km 18

MTB 25k vira à esquerda e retorna para a arena

MTB 50k e EMTB 50k viram à direita (junto com o Gravel) e seguem para contornar a Pedra Grande

- Km 28

MTB 50K entra à esquerda rumo à Pedra Grande



Hidratação no Km 18,4 e no Km 32

Ambas com boa estrutura, água gelada, refrigerante, snacks, intra-treino Housewhey e frutas.

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

Cerca de 10 km de asfalto e trechos urbanos.

Seja prudente e respeite as leis de trânsito.

UPHILL - Domingo

Largada 9h00

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

Haverá hidratação apenas no final da prova. Estrutura com água gelada, refrigerante, snacks e frutas.

O traslado de volta será por conta da organização. O tempo de espera será de até 1h30 para a van, mais 1h de traslado.

Caso opte em voltar a pé, por favor comunique a organização.

Ao chegar na arena, use seu pós-prova para pegar sua alimentação e sua bebida.

Boa prova e uma excelente experiência a todos!!!