



BRIEFING ELETRÔNICO ROCKY MOUNTAIN GAMES JUQUITIBA 2025

Querido(a)s atletas,

Agora falta muito pouco para vivenciarmos a segunda etapa do circuito 2025 do maior evento de esportes e cultura de montanha do país! Sejam bem-vindos e bem-vindas e desfrutem dessa experiência que preparamos com carinho, em um local exclusivo, com trilhas maravilhosas e tudo pensado nos mínimos detalhes para vocês.

A seguir, reunimos informações práticas e essenciais para sua competição. Para conhecerem as regras da prova, por favor acessem o regulamento disponível no site do evento (www.rockymountaingames.com.br) e na página do evento no Ticket Sports.

ARENA

A arena do Rocky Mountain Games fica no Fazendão, uma propriedade particular à beira da represa de Juquitiba. As orientações de como chegar ao local estão disponíveis no site do evento, na aba Juquitiba. Ali você encontra um road book para download.

→ Ao sair de casa, comece colocando no GPS “Panificadora Estrela de Juquitiba”, que fica no km 326 da Rodovia Régis Bittencourt sentido Curitiba. São 60 km a partir da USP.

→ De lá, você deve seguir as instruções detalhadas no road book ilustrado, que vão levar você até o Fazendão.

→ Não há sinal de celular no caminho. Portanto, a única forma segura e recomendada pela organização do Rocky Mountain Games é usar o road book que preparamos. Baixe, imprima e leve com você!

IMPORTANTE:

- Não utilize apps como Waze e Google Maps, pois eles indicam um percurso por estradas de terra que é mais longo e que pode ficar intransponível em caso de chuva. O caminho todo é em **asfalto!** Caso entre em uma estrada de terra, está errado.
- Planeje-se para sair de SP com no mínimo duas horas de antecedência.

ENTREGA DE KITS

Quinta, dia 12 de junho, na **Decathlon Paulista**, das 13h00 às 20h00.

Sábado, dia 14 de junho, na **Arena do Evento**, das 6h30 às 10h10.

Os kits podem ser retirados até no máximo 15 min antes de cada largada, depois disso não serão mais entregues. Organize-se para chegar cedo!

Imprima ou faça um print do seu ticket de retirada de kit para facilitar o processo, pois a internet disponível na Fazenda é satelital e pode sair do ar.

IMPORTANTE: A retirada de kits no Fazendão pode ter filas. Priorize a retirada de seu kit em SP! Caso não consiga, planeje-se para chegar cedo no Fazendão e ao chegar dirija-se imediatamente para a retirada de kits.



ATRASOS

Devido à logística da prova e à interface entre as modalidades/percursos, os atletas poderão largar com atraso máximo de 2 minutos a partir da largada oficial.

IMPORTANTE: O LIMITE DE CHEGADA NO FAZENDÃO SERÁ ÀS 10 HORAS DA MANHÃ. DEPOIS DISSO A ESTRADA ESTARÁ INTERDITADA PARA AS PROVAS DE BIKE, INCLUSIVE PARA A SAÍDA DO FAZENDÃO. A ESTRADA SEGUIRÁ FECHADA ATÉ AS 11:15, APROXIMADAMENTE. APENAS EM CASO DE URGÊNCIA MÉDICA ABRIREMOS EXCEÇÃO.

TRASLADOS E ESTACIONAMENTO

Cada carro que chegar à portaria do Fazendão será orientado sobre como e onde estacionar. O local de estacionamento fica a 2 km da Arena, ou mais conforme a fila. Quanto mais cedo você chegar, mais perto da entrada poderá estacionar. Siga as instruções dos staffs de estacionamento.

O deslocamento do local de estacionamento para a arena será feito de diferentes maneiras, dependendo da modalidade em que o atleta está inscrito:

>> Atletas de trail run e natação serão levados por vans que ficarão fazendo o trajeto das 06:30h às 10h. O retorno será feito conforme a lotação de cada uma, após as 11h15. São cerca de 5 min de traslado.

>> Atletas de MTB, Duathlon e Gravel seguem pedalando do estacionamento até a Arena.

>> Atletas do Canicross serão orientados a estacionar em área próxima à arena, evitando o transporte dos animais nas vans. É preciso apresentar o protocolo de inscrição que confirma a inscrição na modalidade canicross (tire print) e ter o cachorro no carro.

>> Acompanhantes: Incentivamos fortemente seguirem caminhando até a arena, cerca de 1,5km a 2km, com pouca altimetria, salvo acompanhantes com prioridade ou com dificuldades de locomoção. O traslado está calculado para o número de atletas do Trail e Natação.

>> Teremos uma carreta para transporte das bikes no retorno, com prioridades para panes mecânicas, atletas lesionados ou com exaustão excessiva.

IMPORTANTE: O horário limite para atletas do Canicross entrarem na área exclusiva de estacionamento é 7h30. A largada acontece às 8h e a dupla precisa passar pelo vet check antes de largar.

GUARDA-VOLUMES

Para maior comodidade de todos, haverá guarda-volumes para pertences dos atletas durante as competições. Esse serviço estará disponível mediante apresentação do número de peito. A mochila deve estar identificada com o número do atleta.

PÓS-PROVA

Reserve um tempo para curtir com tranquilidade o pós-prova na Arena. Seu número de peito contempla o vale-choripán, o vale-cerveja e o uso da estrutura de banheiros. Mergulhos na represa estão liberados e são deliciosos! Na arena também haverá food trucks com sanduíches, carnes, empanadas e doces. Oferecemos serviços de recovery e brinquedos para as crianças.

HIDRATAÇÃO

Na busca por minimizar a produção de lixo no evento, todos os pontos de hidratação do percurso contarão apenas com galões de 20 litros para abastecimento de água. Todo atleta deve ser responsável por ter seu próprio recipiente e enchê-lo nos pontos de hidratação. Não haverá auxílio do staff para isso. Não haverá copos nem garrafas disponíveis.

LIXO E RESÍDUOS NA TRILHA E NO 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.

NÚMERO DE PEITO

Seu número de peito é indispensável e obrigatório para todas as provas do RMG. Sem o número de peito o Atleta não pode largar para os percursos e está desclassificado.

Nele há três picotes, utilizados para o pós-prova, choripan e foto oficial.

Os atletas da Natação possuem somente o chip, mas recebem três vales para o seu pós-prova.



SINALIZAÇÃO DE PERCURSO

O Fazendão é um paraíso de trilhas que atravessam bosques da Mata Atlântica, pinheirais e eucaliptais. Para proporcionar uma experiência inesquecível foi necessário incluir pontos de divisão e convergência de percurso entre as modalidades. Para minimizar a chance de erros de rota, foi criado um esquema de sinalização que inclui:

- Sinalização por fitas de cetim de cor de laranja (trail run e canicross);
- Fitas brancas com logotipo Rocky Mountain Games (MTB e Gravel);
- Corredores de isolamento para direcionar os atletas;
- Placas sinalizadoras seguindo as cores das modalidades;
- Numerais de peito e placas de bike na cor das modalidades para colaborar com o trabalho dos fiscais de percurso.

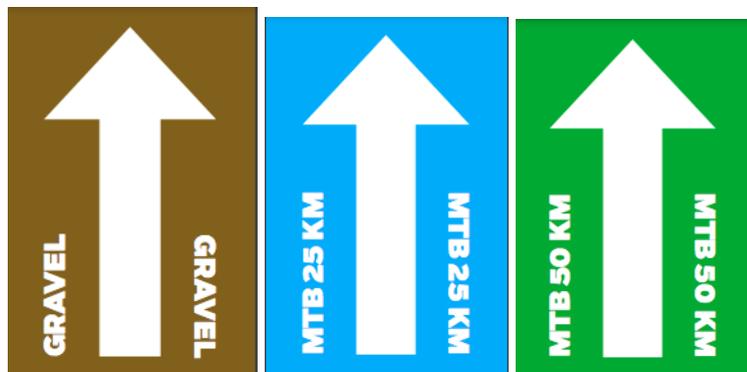
Um trecho de 2km das provas de MTB e Trail 12k e 21k é comum para ambas modalidades.

Fiquem atentos nos trechos de divisão de provas. A sinalização em fitas de cetim laranja e fita branca estará presente apenas nos pontos de dúvida e divisões de prova, não estando tão adensada como em outras etapas. No fazendão não corremos o risco de sabotagens e priorizamos menor geração de lixo, então optamos por sinalização apenas nos pontos realmente necessários.

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, conforme estabelecidas abaixo.

Placas de seta padrão (quando não tiver divisões de modalidades), caminho errado, ponte e perigo são do mesmo padrão para todas as modalidades. Teremos placas de 21K 2ª Volta também.





CANICROSS

Largada às 8h

Percurso de 5,3 km

Altimetria: 109 metros de desnível positivo

Ponto de hidratação (água em galões e vasilha para os cães): km 3,5

O percurso é quase todo em trilhas pela Mata Atlântica. Destaques para as vistas da represa e a passagem por palmitais naturais. A dificuldade técnica é moderada, mas algumas passagens vão desafiar as duplas. Teremos uma veterinária na largada e na chegada. Caso o cachorro precise de atendimento avançado, esse atendimento será de responsabilidade do tutor/dono do cão em local por ele escolhido, eximindo a organização de qualquer responsabilidade sobre as consequências desta decisão, nem sobre despesas veterinárias que o tutor venha a ter durante ou após a prova. O atleta é responsável por garantir que seu cão não ataque outro cão ou atleta durante o percurso.

NATAÇÃO

Largada de todas as provas: 8h45

Raia comum para todas as provas. Os atletas devem assinar o check-in de largada (PC 0) com o staff local, já na Arena de Natação. Todos devem sair em terra para abrir a nova volta.

750 m – os atletas devem contornar sentido horário e sair em terra.

1500 m – faz 2 (duas) voltas – passa uma vez pela cronometragem em terra;

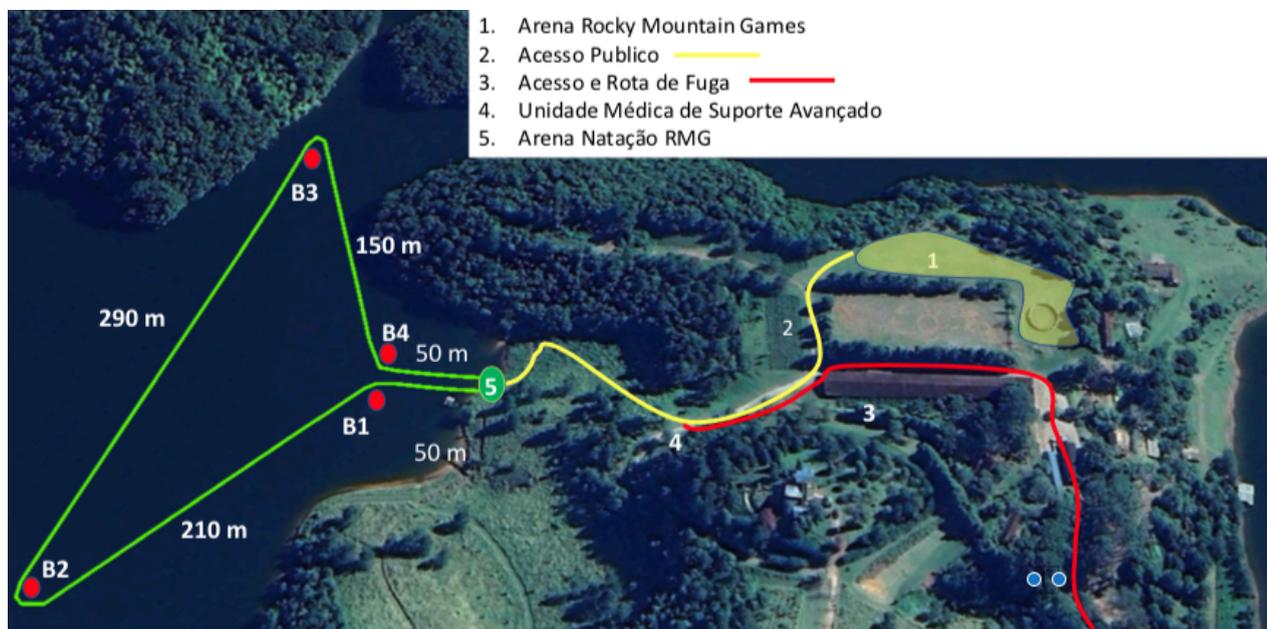
3000 m – faz 4 (quatro) voltas – passa três vezes pela cronometragem em terra;

Haverá controle de chip na passagem em terra.

O chip fica na touca e deve ser retornado ao final de sua prova ao staff de cronometragem da natação.



Abaixo mapa de Arena Geral RMG x Arena Natação.



Roupa de borracha será obrigatória para temperatura da água abaixo de 16°. Nesta quarta-feira, dia 11, estava em 19°.

AQUATHLON

Largada 8h45m

Larga junto com a Natação. Também assina PC 0.

Transição ao lado da Largada da Natação, onde o atleta deixará suas coisas em uma bandeja sinalizada. Após a transição, faz os 700 metros iniciais e passará pela Arena, por fora do pórtico. Abre a volta do trail Run 6km e finaliza no pórtico da Arena Principal.

Os 700 metros iniciais da prova se repetem no final.

750m de natação

6.700m de trail Run

Haverá um espaço identificado na área de transição com seu numeral para você organizar seus equipamentos. Ela ficará liberada das 8h às 8h30

Importante: na transição o atleta deve obrigatoriamente colocar o numeral de peito do trail para controle de cronometragem. Sem isso o seu tempo final de prova não será computado



TRAIL RUN

Largada todas as provas: 9h30

6 km – Distância exata 5,5 km com 142 metros de desnível positivo

12 km – Distância exata 11,7 km com 419 metros de desnível positivo

21 k – Distância exata 20,5 km com 593 metros de desnível positivo

Pontos de hidratação e oásis:

Os três oásis possuem refrigerante, frutas, snacks salgados, balas de goma e batata salgada. Mas leve sua alimentação como de costume e não dependa exclusivamente deles!

6 km: km 3,7

12 km: km 3,7 (oásis)/ km 5,1 (só água) / km 9,8 (oásis)

21 km: km 3,7 (oásis)/ km 5,1 (só água)/ km 9,8 (oásis)/ km 14,5 (oásis)/ km 17 (só água) / km 18,6 (oásis)

Trail run 6 km

Percurso muito parecido ao do Canicross, tem apenas uma trilha de 200m a mais.

Trail run 12 km

O percurso é quase todo em trilhas ladeadas por bosques de Mata Atlântica. Três pequenas subidas vão desafiar os atletas. A trilha do Nando traz cerca de 500 metros de single track com mata fechada, técnica e com subida. A parte final é muito rápida e vai permitir disputas e ultrapassagens.

Trail run 21 km

Começa com o mesmo percurso do trail 12 km, retornando ao pórtico. A partir daí, repete algumas trilhas e passa por uma trilha exclusiva desta prova: a Trilha da Onça, a principal e mais tradicional do Fazendão. A segunda volta tem trechos diferentes da primeira volta. Atentar-se às placas que informam a segunda volta dos 21k.

DUATHLON

Largada às 9h30

Pontos de hidratação:

Trail run 12 km: km 3,7 / km 5,1 (só água) / km 9,7

MTB 25 km: km 12,5

Área de transição: os equipamentos de mountain bike dos atletas do duathlon ficarão em área especialmente designada para isso. Os atletas podem deixar nesse local bicicleta,



capacete, sapatilha, mochila e alimentação/hidratação. Os atletas do duathlon largam junto com o trail run. Ela estará liberada das 8h45 às 9h15.

MTB /GRAVEL – INFORMAÇÕES GERAIS

As provas de MTB e Gravel começam juntas e compartilham diversas trilhas do Fazendão. As largadas serão neutralizadas, com carro-madrinha por cerca de 1,7 km, quando a prova de Gravel segue à esquerda e MTB à direita.

Após um trecho inicial de estrada de terra e asfalto, os percursos são realizados praticamente em trilhas por bosques de Mata Atlântica, pinheirais e eucaliptais. Para proporcionar esta experiência foi necessário criar pontos de divisão de categorias, fiquem atentos. Estes pontos estão bem sinalizados e haverá fiscais monitorando estas divisões.

A prova de MTB 50 km terá 2 voltas, abrindo a segunda volta na arena, com uma pequena diferença no percurso, que será ajustada logo após a largada. Será uma subida de asfalto que não teve na primeira volta, um pequeno trecho. A 2ª volta trará um desafio com situações de ultrapassagem. Nestas situações, pedimos aos atletas o seguinte procedimento:

- Atleta que ultrapassa: grita esquerda!
- Atleta que vem mais lento à frente: manter a esquerda livre

GRAVEL 40 km

Largada às 10h:30

Altimetria: 1.457 metros de desnível positivo

Pontos de hidratação: Km 22,5 (oásis)/ Km 35 (oásis)

Uma volta apenas. Faz a largada como as provas de MTB e com 1,7km segue para à esquerda. Depois entrará no trecho com cerca de 11km de asfalto (um vai e vem), do Km 03 até o Km14. Mantenha a sua mão de via e não corte as tangentes! Respeite a faixa de rolagem da volta! Após isso, praticamente todo o percurso é realizado em trilhas lisas muito bem cuidadas, mas será necessário um pouco de técnica e atenção. Em poucos trechos você terá que negociar com cascalho.

MOUNTAIN BIKE

Largada às 10:35h para ambas as distâncias

25 km – Distância exata 22,8 km com 755 metros de desnível positivo

50 km – Distância exata 46 km com 1.530 metros de desnível positivo

Pontos de hidratação e oásis:

25 km: km 12,5 (oásis)

50 km: km 12, km 24,5 e km 34 (oásis)



MTB 25 km

A primeira parte da prova (aproximadamente 1,5 km) será neutralizada. Os atletas deverão seguir o carro-madrinha, sendo proibidas ultrapassagens. Depois de um trecho pequeno de asfalto, ainda atrás do carro-madrinha, os atletas entram nas trilhas, com muitos single tracks e trechos técnicos. A prova é praticamente a mesma, salvo no km 11, trilha do Canadá, onde MTB 25 segue em frente e não faz a trilha e MTB 50k vai virar à esquerda. Fiquem atentos e sejam conservadores. Se julgarem necessário, em alguns pontos desçam da bike e mantenham a esquerda livre. O final da prova tem trechos de downhill. Deixe a esquerda livre e facilite a ultrapassagem caso seja alcançado na 2ª volta do MTB 50km.

MTB 50 km

Assim como nos 25 km, a primeira parte da prova (aproximadamente 1,5 km) será neutralizada. Os atletas deverão seguir o carro-madrinha, sendo proibidas ultrapassagens. Depois disso, os atletas percorrerão trechos longos de trilhas, descidas técnicas e situações de ultrapassagem no final da prova. As provas de 25 e 50 km são bem parecidas, salvo a descida da *"trilha do Canadá"*, que estará reservada apenas para a prova de 50km, nos kms 11 e depois no 33. Ela é extremamente técnica e íngreme, cheia de curvas e passagens desafiadoras. Se não se sentir seguro, desça da bike e mantenha a esquerda livre para quem passa.

Reservem energia para a segunda volta do percurso. A força será necessária, mas técnica e concentração farão a diferença.

Boa prova a todos!!!