



INSTRUÇÕES MARATONA INTERNACIONAL DE MANAUS 2022

Prezado Atleta,

A cartilha tem como objetivo orientar de forma resumida as instruções da Maratona para que você possa se programar e usufruir do evento de uma maneira mais proveitosa, e reforçamos a importância da leitura do regulamento e termo de responsabilidade.

RETIRADA DE KITS

Local: Centro de Convenções Vasco Vasquez 2

Horários: das 14h às 20h.

Dias 21 e 22 de outubro

Os kits Kids para Maratoninha e percurso 5km deverão de preferência serem retirados no dia 21/10, mas poderão retirar no dia 22 até às 15h (atentar para o tempo de deslocamento até a Ponta Negra e horário de início das provas kids e 5km).

Confira seu número de peito e dados previamente no link:

<https://chipvale.com.br/eventos/maratonademanaus/>

Não há necessidade de filas e aglomerações, as camisas serão entregues de acordo com o tamanho escolhido durante as inscrições, portanto não haverá troca!

CONFIRA SEUS DADOS NO MOMENTO DA RETIRADA, após não haverá possibilidade de reclamação ou alterações.

Chefes de equipe orientem seus alunos a irem fazer a retirada do seu kit, somente poderá retirar a própria pessoa, em caso de impossibilidade, a autorização para outra pessoa retirar deverá ser informada a frase " autorizo assinar o termo de responsabilidade e retirar o meu kit" junto com a imagem do documento de identificação e o nome da pessoa autorizada e é limitado até 3 (três) kits, desde que não sejam familiares.

TAMANHO DA CAMISA

O atleta escolheu o tamanho durante a inscrição e a organização aceitou solicitações de mudança de tamanho até o dia 05/10, portanto não haverá possibilidade de troca de tamanho no ato da retirada do kit, **CONFIRA NO MOMENTO DO RECEBIMENTO**, após não será permitido ajustar em caso de erro na entrega.

PROGRAMAÇÃO PALCO EXPO DURANTE RETIRADA DE KITS:

SEXTA 21/10

15h Talk Show com Gustavo Maia (Programa Fôlego) e Tio Maycon (Canal Corredores);

16h 100 Maratonas... Uma missão de Vida - Treinador Emerson Bisan

16h30min Talk Show com Emerson Bisan e Nish (Corrida no Ar);

17h30min Dicas e orientação sobre o percurso e estratégia de prova com os treinadores de Manaus: Sérgio Sports, Frankney Lopes, Mário Marques, Thiago Kohe e Pit Tri;

18h30min Talk Show com Paola Carrijo e Yan Rodrigues.

SÁBADO 22/10

14h CONGRESSO TÉCNICO para atletas de Elite e interessados;

17h Nutrição e performance com a Nutricionista Esportiva Raphaela Cabral e convidados;

18h30min Talk Show com Marcel Agarie e Marcos Garcia a dupla do Mania de Corrida.



DATA, HORÁRIOS, ENDEREÇO, FORMAS DE ACESSO, ESTACIONAMENTO E PONTO DE CORTE:

A **Corridinha Kids Maratoninha de Manaus** ocorrerá no dia 22/10/2022 na área do estacionamento recuado do Parque Ponta Negra com largada iniciando às 15h30min com chamada por faixa etária, começando pelos mais novos e término por volta de 16h45min;

A locução do evento irá chamar cada criança pelo número de peito e nome e o responsável irá conduzir a criança até a CÂMARA DE CHAMADA, e nossos staffs os conduzirão para a largada, sempre haverá uma repescagem ao término de cada bateria por faixa etária e ao fim da última pra quem perdeu sua largada, não há necessidade de aglomeração na área de largada, basta aguardar ser chamado, a sequência é por faixa etária;

As atividades de recreação iniciam às 14h30min com oficinas diversas e se estende até às 17h.

As ações de entretenimento para os pais e as crianças não gera responsabilidade aos organizadores com as crianças, portanto cabe ao responsável ou pais o cuidado inerente a cada idade.

O percurso de 5k será no dia **22/10 com LARGADA às 17h30min no estacionamento recuado do Parque Ponta Negra (mesmo local da kids).**

A **MARATONA**, percurso de **42k**, será no dia 23/10 com **LARGADA às 4h da manhã.**

A **Meia Maratona**, percurso de **21k**, será no dia 23/10 com **LARGADA às 4h20min da manhã.**

O **percurso de 10k** será no dia 23/10 com **LARGADA às 4h40min da manhã**

Recomendamos chegar no mínimo com 30 minutos de antecedência.

LOCAL DE LARGADA

A corridinha kids acontecerá no **estacionamento recuado do Parque Ponta Negra.**

O percurso de 5k terá a largada no **estacionamento recuado do Parque Ponta Negra (mesmo local da kids)**

Para a Maratona (PERCURSO DE 42K), Meia Maratona (PERCURSO DE 21K) e o percurso de 10K a largada ocorrerá na **Av. Cel Teixeira em frente ao estacionamento recuado no Parque Ponta Negra.**

No horário das largadas no dia 23/10 não haverá linha de ônibus disponível e as ruas estarão bloqueadas para acesso de veículos.

O estacionamento será no entorno da área do Parque Ponta Negra, o ideal é usar um transporte alternativo.

AS RUAS QUE DÃO ACESSO AO LOCAL SERÃO INTERDITADAS, QUANTO MAIS CEDO MAIS FÁCIL PARA ESTACIONAR E DESLOCAR-SE, portanto se programe para chegar antecipadamente e evitar o desconforto de perder a largada.

PERCURSOS

Solicitamos que acessem o site www.maratonademanaus.com.br e cliquem no menu PERCURSO e tirem suas dúvidas, lembrando que todos largam e chegam no mesmo local, ou seja, no Parque Ponta Negra.



Ao retornar da Ponte Rio Negro o atleta da Maratona (percurso de 42k) quando passar pelo km 14 vai dobrar e acessar a direita e seguir em direção ao São Jorge, e os atletas da Meia Maratona (percurso de 21k) irão seguir reto em direção a Ponta Negra, terá uma placa com setas indicando cada direção.

PONTOS DE CORTE

Para o percurso de 42km teremos 2 pontos de corte:

- **Corte 1 – No km 18,6** situado na saída do São Jorge para Av Constantino Nery, **com fechamento às 7h15min no horário local ou 3h15min de prova.**
- **Corte 2 – No km 24,6** situado na Av Constantino Nery com Rua João Valério, **com fechamento às 8h no horário local ou 4h de prova.**

HIDRATAÇÃO

A hidratação com água em média tem um ponto a cada 2km situados nos: km 2, no km 4, no km 6, no km 9, no km 11,5, no km 13,5, no km 15,5, no km 17,8, no km 19,8, no km 21,8, no km 24, no km 26, no km 28, no km 30, no km 32, no km 34, no km 36, no km 38,2, no km 40,2 e mais na chegada junto com mais duas bicas na área de concentração no Parque Ponta Negra. Os demais percursos possuem também hidratação a cada 2km.

ISOTÔNICOS: serão ofertados para a Maratona (percurso de 42k) nos km 13,5 (mesmo 15km da Meia Maratona), km 21,8, no km 26, no km 34, no km 40,2 (mesmo 19,1 da Meia Maratona) e na chegada da Maratona e Meia Maratona.

ESPONJAS: serão ofertados 3 pontos para que os atletas possam molhar a esponja na tina/gamela com água e gelo e passar no corpo ou espremer na cabeça e estarão situados nos km 24, km 28 e no km 36.

ALIMENTOS:

Na chegada (Parque Ponta Negra) haverá uma tenda com frutas (banana ou maçã) e no percurso mais 2 pontos contendo: frutas (banana ou maçã), doces (bananada ou jujuba ou melzinho), amendoim salgado, paçoquinha e outros itens de patrocinadores localizados no km 21,8 e no km 32.

PREMIAÇÃO

Dia 22/10 iniciará às 18h15min para os 5 (cinco) primeiros colocados masculino e feminino da classificação geral do percurso de 5k e receberão Troféu e prêmio em dinheiro de acordo com sua classificação.

Dia 23/10 iniciaremos a premiação para os 5 (cinco) primeiros colocados masculino e feminino da classificação geral do percurso de 42k, 21k e 10k às 6h30min e receberão troféu e prêmio em dinheiro de acordo com sua classificação respectivamente.

PRÊMIO ASSAÍ ATACADISTA: Os 5 melhores atletas feminino e masculino residentes em Manaus terão um prêmio com vales compras no Assaí, atentar para chamada e premiação em pódio próprio.

FAIXA ETÁRIA MARATONA (Percurso de 42k):

Inicia conforme formos finalizando a apuração (conferência, pontos de controle etc) dos pódios de cada faixa etária, ou seja, depende do tempo de finalização dos atletas inscritos, não vamos seguir a ordem cronológica, fechou pódio, publicamos e convocamos após o tempo de contestação. Para termos uma premiação mais rápida, pedimos que os atletas fiquem atentos a chamada da locução, e antes de premiar, iremos conceder 10 minutos para contestação, o resultado será publicado em um quadro de resultado ao lado do palco, a premiação em dinheiro ocorrerá nos casos em que há um mínimo de 5 atletas e desde que o tempo de conclusão para o masculino esteja em até 4h40min e feminino em 5h10min.

A classificação do evento para as categorias por faixa etária será pelo tempo líquido.



Medalhas TOP 100:

A entrega das medalhas TOP 100 para os percursos de 5km, 10km e 21km será iniciado após o termino da apuração (conferência, pontos de controle etc), dos 100 primeiros que cruzarem de forma lícita o pórtico de chegada, não há distinção de sexo, ou seja, são para os homens e mulheres que chegarem entre os 100 (excluídos os elites), e a classificação será pelo tempo líquido.

A entrega das medalhas TOP 100 para o percurso de 42km será iniciado após o termino da apuração (conferência, pontos de controle etc), dos 100 primeiros que cruzarem de forma lícita o pórtico de chegada, sendo que, serão 80 unidades destinadas para os homens e 20 para as mulheres, ou seja, são para os 80 primeiros homens (excluídos os elites) e para as 20 primeiras mulheres (excluídas as elites), e a classificação será pelo tempo líquido.

Os atletas deverão aguardar a chamada das parciais confirmadas para receber a sua segunda medalha e acompanhar os resultados exibidos, a entrega será feita mediante apresentação do número de peito e documento de identificação em uma tenda específica com o nome MEDALHA TOP 100.

BANHEIROS

A organização disponibilizará banheiros químicos destinados ao público masculino e feminino nas áreas de concentração e largada, na chegada e ao longo do percurso no **km 8, no km 18,6, no km 26, no km 32 e no km 38,2 (mesmo km 17,1 da Meia Maratona)**.

GUARDA-VOLUMES

Os Guardas-Volumes estarão localizados no estacionamento Recuado do Parque **Ponta Negra, na área de concentração**, recomendamos a leitura desse item no regulamento.

GRAVAÇÃO DE MEDALHAS

Será disponibilizado em tenda própria na área da Ponta Negra o serviço de gravação do tempo líquido na Medalha, para este serviço será cobrado o valor de **R\$ 30,00 (trinta reais)** somente em dinheiro ou PIX, solicitamos que os interessados levem a quantia trocada para melhor atendimento, adquirindo na retirada de kits ou no dia da prova.

NÚMERO DE PEITO ETERNIZADO

Os atletas que participaram da primeira edição possuem o número de peito eternizado, caso tenham trocado de percurso, por ordem do controle de cronometragem e fiscalização da prova, terão um novo número para o novo percurso, o número anterior será mantido juntamente com o do percurso atual.

Os novos participantes somente a partir da 3ª participação nos 42km terão o seu último número utilizado eternizado.

FOTOS

O atleta que desejar o vídeo e foto da sua chegada poderá acessar em nosso site quando for disponibilizado, as fotos terão uma cercadura exclusiva do evento. É o registro feito pela conferência da cronometragem e o serviço de venda no site www.fotop.com.br

PASSEIO TURÍSTICO OFICIAL

SHALOM TOUR – Contate para participar de um passeio turístico pelo Rio Negro no dia 22 de outubro, não perca e conheça as maravilhas da Amazônia navegando! Contato: Edmilton – 92 99238-6632

MONTAGEM DAS BARRACAS DE EQUIPES

A montagem das barracas será autorizada a partir das 14h do dia 22 de outubro na área abaixo demarcada, a segurança das tendas é de responsabilidade de cada equipe.



CONTATOS:

JAMES JR – 98804-6725 ou maratonademanaus@togoal.com.br

INFORMAMOS QUE DEVIDO AS DEMANDAS DO EVENTO ALGUMAS RESPOSTAS PODEM DEMORAR, MAS TODAS SERÃO RESPONDIDAS.