

REGULAMENTO GERAL



SUMÁRIO

1.	DEFINIÇÃO DA CORRIDA	1
2.	ORGANIZAÇÃO.....	7
3.	CRONOGRAMA.....	13
4.	PARTICIPAÇÃO E AUTOSSUFICIÊNCIA	15
5.	MODALIDADES, CATEGORIAS E PREMIAÇÃO	17
6.	CATEGORIAS DA LA MISÓN KIDS:	18
7.	PREMIAÇÃO:.....	19
8.	EQUIPAMENTOS OBRIGATÓRIOS.....	22
9.	RESPONSABILIDADES INDIVIDUAIS	25
10.	SEGURANÇA E EMERGÊNCIA	26
11.	PENALIDADES E ÉTICA NO TRAIL.....	26
12.	REGRAS GERAIS	27
13.	DENÚNCIAS E PROTESTOS.....	28
14.	ANEXOS	30
	ALIMENTAÇÃO / PONTOS DE APOIO.....	35

LA MISIÓN BRASIL 2025

O evento LA MISIÓN BRASIL será realizado entre os dias 13 e 17 de agosto de 2025 (quarta, quinta, sexta, sábado e domingo), na cidade de Passa Quatro – MG.

1. DEFINIÇÃO DA CORRIDA

A LA MISIÓN BRASIL é uma corrida de trekking de montanha onde os atletas devem optar, no momento da inscrição, entre as modalidades de 110km, 80km, 55km, 35km, 25km, 15Km e 7km. A corrida é livre e os corredores podem correr ou caminhar, parar e descansar onde e quando quiserem. A LA MISIÓN BRASIL é uma corrida que deve ser feita na forma de **autossuficiência**, isso significa que os corredores devem levar todo o seu equipamento obrigatório, hidratação, vestuário e alimentos durante a corrida.

1.1. Formato da Corrida

Os percursos da LA MISIÓN BRASIL passam por trilhas e estradas, que estarão devidamente sinalizados.

- 1.1.1. A corrida terá início no centro da cidade de Passa Quatro/MG, um percurso sinalizado e a chegada no mesmo local do início.
- 1.1.2. A distância de 110km largará às 21:00 horas do dia 14 de agosto.
- 1.1.3. A distância de 80 Km largará às 06:00 horas do dia 15 de agosto.
- 1.1.4. A distância de 55 Km largará às 06:00 horas do dia 15 de agosto.
- 1.1.5. A distância de 35 Km largará às 06:00 horas do dia 16 de agosto.
- 1.1.6. A distância de 25 Km largará às 08:00 horas do dia 15 de agosto.
- 1.1.7. A distância de 15 Km largará às 08:00 horas do dia 16 de agosto.
- 1.1.8. A distância de 07 Km largará às 10:00 horas do dia 16 de agosto.
- 1.1.9. **Cada atleta deve ser autossuficiente entre o início e a chegada do percurso.**
- 1.1.10. Os atletas podem receber assistência externa somente nos pontos de controle e apoio (PCA) determinados:
 - 110km: PCA Alto Montana, Km 54 e PCA Mantiqueira , Km 90
 - 80 Km: PCA Alto Montana, Km 45
 - 55 Km: PCA Paiolino, Km 36
- 1.1.11. Nesses PCAs, cada atleta poderá receber assistência de 01 (uma) pessoa previamente identificado. A identificação da pessoa que realizará o apoio ao atleta será realizada na entrega do *dropbag*, durante a fase de credenciamento do atleta.
 - O apoio somente poderá acessar a área de assistência no PCA após a liberação do *staff* responsável.
 - O apoio poderá prestar assistência ao respectivo atleta com o que estiver dentro do *dropbag*, produtos oferecidos no PCA e produtos/materiais levados pelo próprio apoio. O apoio deverá sair da área de assistência imediatamente após finalizar o trabalho. O apoio

pode, se assim desejar, retirar o dropbag do respectivo atleta desde formalize o procedimento junto ao coordenador responsável*.

- Caso o *staff* responsável pelo PCA identificar alguma ação não permitida, será aplicada as seguintes penalidades:
 - 1ª vez – Advertência verbal
 - 2ª vez – Desclassificação (DNF)
- Caso do atleta receba assistência fora dos PCAs pré-determinados[†], a penalidade será a desclassificação direta.

IMPORTANTE! O atleta não poderá receber ajuda de familiares, equipe ou amigos que estão à sua espera no caminho para ajudar com alimentos, equipamentos ou alojamento.

- 1.1.12. Poderão ocorrer, aleatoriamente, conferências de material obrigatório na largada/chegada e/ou durante o percurso, de acordo com a deliberação da organização.
- 1.1.13. Haverá conferência do equipamento obrigatório para o *check-in* (retirada de kits), das distâncias de 110km – 80km – 55km – 35km – 25km, onde os itens conferidos serão identificados e esta identificação deverá permanecer até o final da corrida.
- 1.1.14. Não haverá conferência do equipamento obrigatório para a distância de 15km e 7km durante o *check-in*.
- 1.1.15. Se qualquer membro da organização da prova identificar um atleta com o equipamento sem etiqueta de verificação, o atleta estará sujeito a nova conferência de equipamento obrigatório e, caso não possua o item com as mesmas características, ficará impedido de participar ou continuar na prova.
- 1.1.16. Se durante a participação na corrida o atleta for identificado sem algum dos equipamentos obrigatórios será desclassificado (DNF), por colocar sua segurança, dos demais participantes e da equipe de trabalho em risco.
- 1.1.17. Atletas desclassificados não poderão dar continuidade do percurso e deverá seguir a orientação do staff responsável sobre quais procedimentos deverão ser adotados.

1.2. Percursos

Como medida de segurança, a organização da prova sempre planeja, para cada uma das distâncias, duas opções de percursos. Caso algum evento imprevisto ou de força maior impossibilite a utilização do percurso oficial (“Plano A”), será considerada a segunda alternativa de percurso (“Plano B”), oficialmente divulgada, como aquele que será válida para a prova.

- 1.2.1. A alteração do percurso para o Plano B poderá ocorrer previamente à realização da prova, dias antes, ou até mesmo no dia da prova, caso algum evento imprevisto ou de força maior impossibilite a utilização do primeiro percurso (“Plano

* Informação retificada em 10 de agosto de 2025.

[†] assistência fora dos PCAs pré-determinados incluem acompanhamento por pessoas de captação de imagem individual

A”), tais como deslizamentos, condições meteorológicas, outras ocorrências que possam aumentar o risco do percurso ou que sejam proibitivas à passagem dos atletas pelo local, dentre outras que fujam ao alcance dos organizadores da prova.

1.2.2. As duas opções de percursos (Planos A e B) de cada distância serão disponibilizadas nos canais de comunicação do evento, conforme item 2.6.

1.2.3. Para fins de planejamento individual de treinos o atleta deverá considerar as seguintes informações:

MODALIDADE	DESNÍVEL POSITIVO	DESNÍVEL NEGATIVO	DISTÂNCIA AFERIDA
110k	6.348 m [‡]	6.348 m [‡]	111.800 m
80k	5.511 m [‡]	5.511 m [‡]	83.360 m
55k	4.025 m [‡]	4.025 m [‡]	56.280 m
35k	2.691 m [‡]	2.691 m [‡]	37.000 m [‡]
25k	1.792 m [‡]	1.792 m [‡]	25.820 m
15k	1005 m [‡]	1005 m [‡]	15.500 m [‡]
7k	455 m [‡]	455 m [‡]	7.500 m [‡]

1.2.4. Os percursos em formato compatível com GPS, mapas e descritivo estarão disponíveis no site oficial do evento.

1.2.5. Os pontos de apoio, postos de controle, ganhos de elevação, pontos de corte, cardápio nutricional dos pontos de apoio e demais informações pertinentes estão disponíveis no site do evento

1.2.6. Os percursos foram aferidos com o seguinte equipamento: COROS VERTIX2.

1.2.7. Mesmo se tratando de equipamento de alta precisão em aferição, as distâncias poderão sofrer variação de até 10% para mais ou para menos, do percurso divulgado.

1.2.8. A divulgação do plano B dos percursos tem como finalidade orientar o período de treinamento do atleta visando a sua melhor adaptação e segurança durante a realização do evento.

1.2.9. Todo o percurso da LA MISIÓN BRASIL está dentro de áreas privadas ou de uso público (Floresta Nacional de Passa Quatro). Para executar treinamentos nesses locais é necessário contato prévio com os proprietários e/ou FLONA Passa Quatro/ICMBio.

1.2.10. Durante a LA MISIÓN BRASIL, o acesso para pessoas não atletas só poderá acontecer mediante autorização prévia da Organização do Evento[§].

1.3. Tempo limite e cortes (Plano A)

1.3.1. O tempo limite máximo para completar os percursos são:

^{‡‡} Informação retificada em 28 de maio de 2025

[§] Informação retificada em 10 de agosto de 2025

MODALIDADE	TEMPO LIMITE	DIA DE ENCERRAMENTO	HORA DE ENCERRAMENTO
110k	39 h	16/08	12h 00min
80k	32 h	16/08	14h 00min
55k	21 h	16/08	03h 00min
35k	14 h	16/08	20h 00min
25k	11 h	15/08	19h 00min
15k	6 h	16/08	14h 00min
7k	4 h	16/08	14h 00min

1.3.2. Para fins de planejamento individual de treinos, o atleta deverá considerar as seguintes informações de corte:

➤ **ULTRA MISIÓN (110k):**

Corte	Local	KM	Tempo
1º	Quartzito	Km 25	7h
2º	Capim Amarelo	Km 28	9h
3º	<i>Pedra da Mina</i>	Km 35	16h**
4º	Alto Montana	Km 54	24h
5º	Mantiqueira	Km 79	31h
6º	PC Curral	Km 109	38h 45min
7º	Pórtico/Tempo limite	Km 110	39h

No PH Ivos (km 79) o atleta poderá optar por finalizar a prova na distância de 80K, com as seguintes considerações*:

- Obedecer aos tempos limites e de corte da distância de 80 K;
- Poderá fazer esta opção os atletas que não se sintam aptos a finalizar a distância de 110K, mesmo estando dentro do tempo de corte.

** O atleta que não atingir esse ponto em 16h deverá realizar a descida via Paiolinho até o PCA Paiolinho, onde terá a opção de resgate/deslocamento motorizado até a arena. Informação adicional aplicada em 10 de agosto de 2025.

* Informação adicional aplicada em 10 de agosto de 2025.

- O atleta será considerado *finisher* na nova distância de 80 K^{††};
- O atleta que fizer esta opção e finalizar a distância dentro dos tempos e regras estabelecidos, receberá medalha. O atleta poderá ter o direito de acessar ao **ITEM FINISHER FLEECE**, se houver a disponibilidade do produto. A possibilidade desse acesso deverá acontecer, exclusivamente, no domingo (17/08)^{‡‡};
- O atleta será classificado após o último atleta *finisher* inicialmente inscrito na distância de 55k.

➤ **ULTRA MISIÓN (80k):**

Corte	Local	KM	Tempo
1º	Quartzito	Km 16	5h
2º	Capim Amarelo	Km 19	7h
3º	<i>Pedra da Mina</i>	Km 26	12h ^{§§}
4º	Alto Montana	Km 45	22h
5º	Paiolino	Km 61	26h
6º	PC Curral	Km 82	31h 45min
7º	Pórtico/Tempo limite	Km 83	32h

^{§§}Nesse ponto o atleta cortado poderá finalizar a prova na distância de 55K, com as seguintes considerações:

- Obedecer aos tempos limites e de corte da distância de 55 K;
- Poderá fazer esta opção os atletas que não se sintam aptos a finalizar a distância de 80K, mesmo estando dentro do tempo de corte.
- O atleta será considerado *finisher* na nova distância de 55k;
- O atleta que fizer esta opção e finalizar a distância dentro dos tempos e regras estabelecidos, receberá medalha. O atleta poderá ter o direito de acessar ao **ITEM FINISHER FLEECE**, se houver a disponibilidade do produto. A possibilidade desse acesso acontecerá, exclusivamente, no domingo (17/08);
- O atleta será classificado após o último atleta *finisher* inicialmente inscrito na distância de 55k.

^{††} para atletas que optarem por alterar o percurso no PH Ivos a distância total da prova equivalente aos 80k será de aproximadamente 93 km

^{‡‡} Informação adicional aplicada em 10 de agosto de 2025

^{§§} Possibilidade de mudança de percurso - Informação adicional aplicada em 10 de agosto de 2025

➤ **LONGA MISIÓN (55k)**

CORTE	LOCAL	KM	TEMPO DE PROVA
1º	Quartzito	Km 16	5h
2º	Capim Amarelo	Km 19	7h
3º	PCA Paiolino	Km 38	15h
4º	PC Curral	Km 55	20h45min
5º	Pórtico/Tempo limite	Km 56	21h

➤ **MÉDIA MISIÓN 35k**

Corte	Local	KM	Tempo de Prova
1º	PCA Tambo	Km 15*	5h ^{***}
2º	PCA Casa de Pedra	Km 21	9h
3º	PC Curral	Km 36	13:45min
4º	Pórtico/Tempo limite	Km 37	14h

➤ **MÉDIA MISIÓN 25k**

Corte	Local	KM	Tempo de Prova
1º	PCA Tambo	Km 9	4h
2º	PC Curral	Km 24,5	10h 45min
3º	Pórtico/Tempo limite	Km 25	11h

➤ **CURTA MISIÓN 15k**

Não haverá cortes no percurso. O tempo limite para conclusão são 6h,

➤ **FAN MISIÓN 7K**

Não haverá cortes no percurso. O tempo limite para conclusão são 4h.

*** retificado em 28 de maio de 2025

- 1.3.3. Os tempos limites e cortes do plano B de todas as distâncias estarão disponíveis até 31 de julho de 2025.

1.4. Pontos na Internacional *Trail Run Association* (ITRA) e UTMB⁺⁺⁺.

A *Internacional Trail Run Association* é uma associação internacional de corredores que confere pontuação aos atletas que participam de corridas *trail run*. Essa pontuação se dá conforme a categoria da prova e tamanho do percurso (Km).

- 1.4.1. O atleta, ao se cadastrar no site de inscrição Tambo, deverá atentar para o preenchimento correto dos dados individuais para computação dos pontos.
- 1.4.2. A pontuação, em conformidade com o percurso realizado pelo atleta, somente será concedida mediante a finalização da prova.
- 1.4.3. A organização enviará os resultados oficiais para ITRA e UTMB até o dia 31 de agosto de 2025.

2. ORGANIZAÇÃO

A organização do evento está a cargo de Tambo Great Explorers, inscrito no CNPJ sob nº 26.748.534/0001-94.

Os organizadores poderão adiar, suspender ou cancelar o evento por questões de segurança pública.

Por terem sua origem em motivos de força maior, a organização não se responsabilizará pelos custos ou valores despendidos pelos atletas relacionados à remarcação/cancelamento de passagens, hospedagem e demais custos incorridos em virtude de referido adiamento/suspensão/cancelamento. Caberá à organização apenas a devolução do valor da inscrição, nos moldes do definido por este regulamento (Cláusula 2.5.).

2.1. Diretor da Prova

O diretor de prova é o árbitro principal e a maior autoridade durante todo o evento.

- 2.1.1. Ao diretor de prova reserva-se o direito de fazer alterações no traçado original da corrida por motivos de segurança relacionados com o clima ou de outra forma, sem aviso prévio, mas garantindo a segurança e correta sinalização do percurso.
- 2.1.2. O diretor de prova tem o direito de neutralizar, reduzir ou suspender a corrida por motivos de segurança. Isso não dá aos corredores o direito para qualquer reclamação ou devolução do valor da inscrição, passagens, hospedagem e outros custos relacionado à participação no evento.
- 2.1.3. Se o clima é desfavorável (Ex.: excesso de chuva, excesso de frio), a saída pode ser adiada em algumas horas, permanecendo o mau tempo, a corrida pode ser cancelada ou executado seu plano B.
- 2.1.4. O diretor de prova reserva-se o direito de desclassificar da competição qualquer competidor que não esteja em conformidade com o regulamento, ou que, no seu julgamento afete o correto desenvolvimento do mesmo.

⁺⁺⁺ Para maiores informações sobre as pontuações ITRA acessar: <http://itra.run/>

- 2.1.5. O Diretor de Prova pode desqualificar um corredor, mesmo após o final da corrida, ao tomar conhecimento de qualquer violação do regulamento.

2.2. Seguro de Acidentes Pessoais

Cada participante, ao se inscrever, estará coberto por um seguro pessoal para eventuais despesas causadas por acidente durante a realização da prova.

- 2.2.1. Esta apólice de acidentes pessoais contempla as seguintes condições:

- Cobertura por Morte Acidental de R\$100.000,00.
- Cobertura por Invalidez Permanente por Acidente até R\$100.000,00.
- Reembolso de despesas médicas hospitalares, assistência médica e farmacêutica por acidente será de até R\$10.000,00.

- 2.2.2. A cobertura do presente seguro inicia-se no momento quando é declarado o início das atividades esportivas do evento coberto, terminando concomitantemente ao encerramento dele.

- 2.2.3. O reembolso de despesas médicas está condicionado à apresentação de documentação comprobatória acerca: (i) do valor incorrido, sempre limitado à quantia de R\$ 10.000,00 e; (ii) anexo de causalidade entre a despesa médica e a realização da corrida. Ou seja, é preciso que o atleta comprove que a despesa médica foi necessária em decorrência de acidente ocorrido **durante** a realização da prova. Mera alegação, não comprovada, de que houve despesa médica/farmacêutica/hospitalar não concederá automaticamente o direito ao reembolso.

- 2.2.4. Qualquer gasto superior ao contratado na Apólice será por conta do participante.

- 2.2.5. O organizador contratou um seguro de responsabilidade civil para a duração do evento. Este seguro cobre o risco da organização, equipe de staff e participantes.

2.3. Inscrições

Os valores e ações promocionais, a critério da organização, serão anunciados nos meios de comunicação oficiais do LA MISIÓN BRASIL.

- 2.3.1. As inscrições serão realizadas através do site www.lamisionbrasil.com.br

- 2.3.2. Será adicionada uma taxa de transação no valor de 5% (cinco por cento), sobre o valor da inscrição.

- 2.3.3. Devido a questões como o limite operacional da equipe de organização, a manutenção da qualidade do serviço prestado, a prevenção e gerenciamento de eventuais impactos ambientais decorrentes da prova, dentre outros, o número de inscrições é limitado por distância.

- 2.3.4. Maiores de 60 anos têm direito a desconto de 50% sobre o valor da inscrição, não cumulativo com os descontos promocionais, independente do momento que realizar.

- 2.3.5. Será considerado para fins de definição 60+ a idade na data de realização do evento.
- 2.3.6. Pessoas com deficiência (PCDs) têm direito a desconto de 50% sobre o valor da inscrição, não cumulativo com os descontos promocionais, independente do momento que realizar. O atleta deverá enviar laudo médico com CID para comprovação.
- 2.3.7. Serão considerados a seguinte pontuação ITRA para descontos na inscrição⁺⁺⁺ atletas de alto desempenho:
- Homens acima de 800 pontos: 100%
 - Mulheres acima de 675 pontos: 100%
 - Homens entre 750 e 799: 50%
 - Mulheres entre 600 e 674: 50%
 - Homens entre 700 e 749: 30%
 - Mulheres entre 550 e 600: 30%
- 2.3.8. O atleta receberá por e-mail, em até 10 dias úteis a NFS-e referente a inscrição realizada.
- 2.3.9. Será permitida a alteração da distância escolhida até 31 de julho de 2025^{\$\$\$}, conforme disponibilidade de vagas e mediante o pagamento da diferença de valor da inscrição (válido valor do lote no momento da alteração). Após essa data não será permitido, sob nenhuma hipótese, alteração de distância.

2.4. Devolução e cancelamento de Inscrição

Conforme o Art. 49 da Lei 8.078/09 do Código de Defesa do Consumidor, é garantido ao consumidor prazo legal de 7 dias após a compra para solicitar o estorno de pagamento da inscrição.

- 2.4.1. Os atletas inscritos que decidam não participar do evento, poderão solicitar o cancelamento da inscrição e serão reembolsados (em até 15 dias uteis) do valor pago pela inscrição (não incluso valor pago como taxa transação), conforme abaixo:
- Data solicitação até 31 de janeiro de 2025: 80% do valor pago na inscrição.
 - Data solicitação até 31 de março de 2025: 70% do valor pago na inscrição.
 - Data solicitação até 31 de maio de 2025: 60% do valor pago na inscrição.
 - Data solicitação até 30 de junho de 2025: 50% do valor pago na inscrição.
- 2.4.2. O valor não estornado destina-se ao custeio das despesas administrativas incorridas com a inscrição, tais como administração e processamento das informações do atleta e personalização dos itens da corrida.
- 2.4.3. A partir de 01 de julho de 2025 as inscrições canceladas não serão reembolsadas, tendo em vista os gastos já realizados com o planejamento da prova.
- 2.4.4. O atleta inscrito que decida não participar do evento, poderá solicitar o repasse da inscrição para terceiros na mesma modalidade após o pagamento da diferença de valor da inscrição, até 31 de julho de 2025, através dos canais de comunicação descritos no item 2.6, sendo cobrado a diferença do valor pago na inscrição com o lote atual vigente.

⁺⁺⁺ O desconto não é acumulativo às ações promocionais.

^{\$\$\$} Em caso de alteração para distância de menor valor o atleta não será reembolsado.

Exemplo: Atleta pagou R\$500,00 no lote promocional e o valor da inscrição pelo lote atual é R\$ 700,00. Deverá ser pago a diferença de R\$ 200,00 para realizar o repasse.

- 2.4.5. O atleta inscrito que sofra lesão grave que o impossibilite de treinar para participar do evento será reembolsado em 100% do valor pago pela inscrição. Para tanto o atleta deverá comprovar a gravidade da lesão através de laudo médico e exames comprobatórios. Serão consideradas solicitações e documentos encaminhados até 30 de junho de 2025.
- 2.4.6. A atleta inscrita que descobrir gravidez será reembolsada em 100% do valor pago pela inscrição. Para tanto, o atleta deverá apresentar resultado positivo do exame Beta HCG até 31 de julho de 2025. Caso seu parceiro/cônjuge esteja inscrito, o reembolso também será integral. Situação de adoção comprovadas dentro do prazo citado também terão reembolso integral.
- 2.4.7. Não é permitido transferir a inscrição para o ano de 2026, anos seguintes ou ainda outros eventos realizados pela empresa organizadora.

2.5. Serviços Oferecidos

- 2.5.1. Kit atleta contendo: Camiseta SALOMON, número de peito e chip de cronometragem, brindes patrocinadores (caso houver), boné personalizado, copo, sacola personalizada e seguro pessoal.

IMPORTANTE: A escolha do tamanho da camiseta e do brinde *finisher* deverá ser realizada no momento da inscrição. Alterações no tamanho poderão ser realizadas até 31 de julho de 2025, mediante disponibilidade.

- 2.5.2. Serviço de localização por sistemas de Satélite (para os 110 K), GSM (para os 80 e 55 K) da empresa FOLLOW ME. As demais distâncias o acompanhamento de localização se dará por meio das passagens pelas antenas com o chip eletrônico****.
- Para atletas de 110, 80 e 55 K, após a checagem de equipamento e passagem pelo credenciamento os atletas terão os equipamentos de rastreamento (*trackers*) devidamente acionados e fixados em suas mochilas.
 - Os atletas que receberem o sistema de localização não poderão retirá-lo ou desligá-lo após o procedimento acima;
 - Ao final da competição os atletas deverão devolver os *trackers* imediatamente após a prova no ato de retirada do item finisher
 - Atletas que não completarem a prova deverão devolver os *trackers* até domingo (17/08) até às 12h no setor de dropbag/guarda-volumes.
 - Em caso de não devolução dos *trackers*, o atleta deverá pagar a multa de 150 dólares americanos.
 - O acompanhamento em tempo real pode ser feito clicando nos links disponíveis no quadro abaixo:

**** Informação adicional aplicada em 10 de agosto de 2025.

DISTÂNCIA	LINK DE RASTREAMENTO
110 K	https://pt.follow.me.cz/tracking-pt/?race_id=866&lang=pt_PT&track_id=1785&embedded
80 K	https://pt.follow.me.cz/tracking-pt/?race_id=866&lang=pt_PT&track_id=1786&embedded
55 K	https://pt.follow.me.cz/tracking-pt/?race_id=866&lang=pt_PT&track_id=1787&embedded

2.5.3. Transmissão em tempo real pelo canal do YouTube LA MISIÓN BRASIL, a qual a programação pode ser conferida no quadro abaixo^{††††}.

DIA	BLOCO	ABERTURA	PREVISÃO DE DURAÇÃO
14/08 - Quinta	#01	11:00	1 HORA
14/08 - Quinta	#02	14:00	2 HORAS
14/08 - Quinta	#03	20:00	2 HORAS
15/08 - Sexta	#01	05:30	3 HORAS
15/08 - Sexta	#02	09:30	3 HORAS
15/08 - Sexta	#03	13:30	3 HORAS
15/08 - Sexta	#04	16:30	3 HORAS
16/08 – Sábado	#01	05:30	3 HORAS
16/08 – Sábado	#02	09:00	3 HORAS
16/08 – Sábado	#03	13:00	3 HORAS
16/08 – Sábado	# 04	17:00	5 HORAS

CLIQUE AQUI para acesso à playlist das transmissões ao vivo.

2.5.4. Congresso Técnico on-line por distância.

2.5.5. Serviço de resgate e primeiros socorros com socorristas e veículos 4x4 em todos os acessos do percurso, conforme plano de contingência. Haverá, para atendimento emergencial aos atletas, serviço de ambulância para remoção e o atendimento médico propriamente dito, tanto de emergência como de continuidade, será efetuado na Rede Pública sob responsabilidade desta.

2.5.6. O(a) atleta ou seu (sua) acompanhante responsável poderá decidir por outro sistema de atendimento eximindo a ORGANIZAÇÃO de qualquer responsabilidade, desde a remoção/transferência até seu atendimento médico

2.5.7. No mínimo de 5 ambulâncias UTI distribuídas entre arena de prova e percurso.

2.5.8. Posto de atendimento médico na arena de prova.

2.5.9. Postos de atendimento médico nos pontos de apoio com médico, enfermeiros e fisioterapeutas.

2.5.10. Alimentação pré prova, conforme cardápio nutricional.

^{††††} Informação adicional aplicada em 10 de agosto de 2025.

- 2.5.11. Alimentação e hidratação nos pontos de apoio durante o percurso e após a prova, conforme cardápio nutricional.
- 2.5.12. Eventual traslado ao hospital mais próximo ou à instituição indicada pela cobertura médica do corredor.
- 2.5.13. Medalha *Finisher* para os atletas que completarem o percurso dentro do tempo limite estabelecido e demais regras descritas no regulamento.
- 2.5.14. Fotos e vídeos nas redes sociais nos dias seguintes da prova.
- 2.5.15. Foto oficial do evento em cabine exclusiva.
- 2.5.16. Guarda volumes na arena de prova.
- 2.5.17. Banheiros container na arena de prova e chuveiros para banho.
- 2.5.18. Banheiros nos pontos de apoio indicados.
- 2.5.19. Classificação geral e por categorias.
- 2.5.20. Premiação em dinheiro para os primeiros colocados conforme descrito no item 7
- 2.5.21. Lounge para descanso na chegada.
- 2.5.22. Brinde *Finisher*: medalha de cerâmica artesanal, blusa SALOMON personalizada nas distâncias de 110km, 80 Km e 55 Km e camiseta manga longa SALOMON personalizada nas distâncias de 35 Km, 25 Km, 15 Km e 7 Km para todos os atletas que completarem o percurso dentro do tempo limite e demais regras descritas no regulamento.
- 2.5.23. As medalhas são produzidas em cerâmica por uma artesã local. A organização garante que as medalhas as entregarão intactas. Em caso de acidentes e quebra da medalha, haverá a possibilidade de troca, conforme disponibilidade. A organização não se responsabiliza por eventuais quebras das medalhas, porém, em caso de acidentes e danificação das medalhas, se houver disponibilidade, poderá haver reposição. A solicitação deve acontecer exclusivamente no domingo entre 8 e 12h na arena não é só correr.
- 2.5.24. Comunicação atualizada no site do evento.
- 2.5.25. Manual do atleta a ser divulgado até 10/08.
- 2.5.26. Serviço de atendimento ao cliente (SAC): e-mail, whatsapp, redes sociais e telefone.
- 2.5.27. *Staffs* distribuídos em todo o percurso e arena da prova.
- 2.5.28. Espaço exposição de produtores e artesão regionais.
- 2.5.29. Ingresso para acesso as propriedades públicas e/ou particulares que compõe o percurso de cada modalidade
- 2.5.30. Praça de alimentação com espaço de recreação infantil.
- 2.5.31. Lives nas redes sociais para sanar dúvidas nos meses de junho, julho e agosto.
- 2.5.32. Grupos de whatsapp para sanar dúvidas nos meses de junho, julho e agosto.
- 2.5.33. Arena de prova com projeto de Arquitetura, Engenharia Elétrica e aprovação do CBMMG.
- 2.5.34. Equipes de limpeza 24h nos banheiros e arena.
- 2.5.35. Equipes de sinalização de percurso durante a corrida.
- 2.5.36. Nutricionista responsável pela alimentação nos pontos de apoio e arena.
- 2.5.37. Equipe de tecnologia para desenvolvimento de site e programação de sistemas.
- 2.5.38. Direito a participação na modalidade escolhida.

2.6. Comunicação

Considera-se como meio oficial de comunicação do evento os seguintes canais:

- Site oficial: www.lamisionbrasil.com.br
- Redes Sociais: Facebook LA MISION BRASIL / Instagram: @lamisionbrasil / YouTube LA MISIÓN BRASIL

2.6.1. Email oficial de contato através do canal contato@tambonline.com.br

2.6.2. Telefone e whatsapp para contato 35 99222-7950.

3. CRONOGRAMA

As atividades do evento seguirão o seguinte cronograma:

QUARTA-FEIRA 13 de AGOSTO		
14h	Abertura oficial da LMB 2025	Palco Não é só Correr
14h às 20h	Expo e Praça de alimentação	Arena Não é só Correr
	Check-in e retirada de kit (Todas as distâncias)	
	Entrega de Drop Bag (110km, 80km, 55km)	
14:30h	Trem da Serra	Estação Central
QUINTA-FEIRA 14 de AGOSTO		
10h às 22h	Check-in e retirada de kit (Todas distâncias)	Arena Não é só Correr
	Expo e Praça de alimentação	
	Entrega de Drop Bag (110km, 80km, 55km)	
10:30H	Trem da Serra	Estação Central
14:30h	Trem da Serra	
14:30h	Largada Infantojuvenil SUB18	FLONA
15h	Largada Infantojuvenil SUB15	
15:30h	Largada Infantojuvenil SUB13	
16h	Largada Infantojuvenil SUB11	
	Premiação Infantojuvenil	
21h	Largada 110km	Arena Não é só Correr
SEXTA-FEIRA 15 de AGOSTO		
06h	Largada 80km	Arena Não é só Correr
	Largada 55km	
08h	Largada 25km	
06h as 22h	Expo e Praça de alimentação	
10h as 22h	Check-in e retirada de kit	
10:30h	Trem da Serra	Estação Central
14:30h		
19h	Término 25 km	Arena Não é só Correr

SÁBADO 16 de AGOSTO		
3h	Término 55 km	Arena Não é só Correr
06 às 07h	Check-in e retirada de kit (07km/15km) O kit pode ser retirado a partir de quarta-feira (13/08)	
06 as 23:59h	Expo e Praça de alimentação	
06 às 07h30	Check-in e retirada de kit (15km)	
06 às 16h	Check-in e retirada de kit (kids)	
06h	Largada 35km	
08h	Largada 15km	
10h	Largada 07km	
10h30	Trem da Serra	Estação Central
10h	Término 7 km	Arena Não é só Correr
12h	Término 110km	
13h	Término 80 km	
14h	Término 15 km	
14h30	Trem da Serra	Estação Central
14h às 20h	Devolução Drop Bag	Arena Não é só Correr
17h	La Mision Kids	
20h	Término 35 km	
19:30 às 19:55h	Check-in para atletas vencedores	
20:15h	Premiação Geral e Categorias	
22h	La Fiesta Misionera	

DOMINGO 17 de AGOSTO		
9 às 12h	Devolução Drop Bag	Arena Não é só Correr
	Troca de camisetas e medalhas finisher*†‡‡ para aqueles que queriam trocar o tamanho solicitado, por qualquer motivo, isso apenas acontecerá de acordo com a disponibilidade	
9 às 12h	Devolução dos <i>Trackes</i> utilizados nas provas de 110, 80 e 55 K para atletas que não finalizaram o respectivo percurso.	Drop Bag/Guarda-Volumes Arena Não é só Correr

3.1. Entrega de Kit

3.1.1. A entrega de kits será realizada conforme cronograma do item 3

†‡‡ Informação adicional aplicada em 10 de agosto de 2025.

- 3.1.2. O atleta será considerado inscrito após a confirmação de pagamento da inscrição e envio do atestado médico através do sistema de inscrição, até 20 de julho de 2025.
- 3.1.3. O atleta deverá conferir todo o conteúdo do kit no momento da sua retirada. Não serão aceitas reclamações posteriores quanto à falta, tamanho ou qualidade de algum dos itens.
- 3.1.4. É altamente recomendado assistir ao vídeo do Congresso técnico, que será disponibilizado via Youtube, até 31 de julho de 2025.
- 3.1.5. Para realizar a retirada do kit, o atleta de todas as distâncias deverá:
- Apresentar documento de identificação original ou cópia autenticada.
 - Fazer upload até 20 de julho de 2025, no cadastro Tambo, do seguinte documento:
 - Atestado médico com validade de 12 meses;
 - Apresentar os EQUIPAMENTOS OBRIGATÓRIOS para conferência (exceto as modalidades de 15km e 07km).
- 3.1.6. Para realizar a retirada de kit por terceiro, deverá atender os seguintes critérios:
- Apresentar autorização por escrito, conforme Anexo I, com firma reconhecida ou assinatura digital pelo sistema do gov.br.
 - Apresentar cópia autenticada do documento de identidade do titular.
 - Cumprir os requisitos do item 3.1.5.
- 3.1.7. O número de peito com chip de cronometragem ficará retido e só poderá ser retirado pelo titular, conforme horários disponíveis no cronograma do item 3.1.

4. PARTICIPAÇÃO E AUTOSSUFICIÊNCIA

- 4.1. Para participar da LA MISIÓN BRASIL, o atleta deverá:

- 4.1.1. Estar plenamente consciente das dimensões e características da prova e estar preparado para enfrentar as adversidades decorrentes do ambiente de montanha.
- 4.1.2. Obter antes da corrida, capacidade de autonomia na montanha que lhe permita resolver, sem a ajuda da organização, os problemas que podem ser encontrados neste tipo de prova, especialmente aqueles relacionados:
- 4.1.3. Às condições meteorológicas, que podem ser muito difíceis na montanha (vento, frio, chuva ou sol forte)
- 4.1.4. Aprender a gerir, mesmo quando sozinho, os problemas físicos ou mentais a partir de frio, fadiga, problemas digestivos, dores musculares ou articulares, pequenas feridas etc.
- 4.1.5. Ser plenamente consciente de que nesta atividade, a segurança na montanha depende da capacidade de cada corredor para resolver as adversidades enfrentadas na montanha.

- 4.2. Autossuficiência:

A LA MISIÓN BRASIL é regida pelo princípio da corrida individual de autossuficiência, ou seja, cada corredor deve ser capaz de organizar a sua própria sobrevivência entre a partida e a

chegada, a partir do ponto de vista da alimentação, hidratação, vestuário e segurança, de modo que o corredor possa enfrentar e resolver sem a ajuda da organização os problemas encontrados nas montanhas e no qual a corrida acontece. **Ex:** Adversidades naturais relacionadas com vento, clima frio, chuva. Adversidades físicas: cansaço, dores, bolhas, fome.

- 4.2.1. Será disponibilizado, opcional ao atleta, o sistema de **DROPBAG** nas distâncias de 110km, 80 Km e 55 Km, da seguinte maneira:
- 4.2.2. O atleta receberá a **dropbag** fornecida pela organização durante a retirada de kits. Em seguida, deverá guardar o material que julgar necessário, lacrar e entregar a **dropbag** no local indicado pela organização na arena de prova.
- 4.2.3. Horário para entregar/despachar **dropbag**:
 - 110 Km e 55 Km: 13/08 das 14h às 20h e 14/08 das 10h às 20h
 - 80 Km e 55 Km: 13/08 das 14 às 22 h e 14/08, das 10h às 22h.
- 4.2.4. Não serão aceitos **dropbag** fora do dia/horário previsto.
- 4.2.5. Os **dropbags** poderão ser retirados das 14:00 às 20:00 horas do dia 16/08 e das 09:00 às 12:00 horas do dia 17/08.
- 4.2.6. **TODOS OS ITENS OBRIGATÓRIOS DEVERÃO PERMANECER COM O ATLETA DESDE A LARGADA ATÉ A CHEGADA**, com exceção do capacete, que poderá ser deixado na **dropbag** no respectivo PCA de cada prova.
- 4.2.7. A **DROP BAG** estará disponível para o atleta nos seguintes locais:
 - 110 Km: PCA ALTO MONTANA (**dropbag** é de cor Branca – dimensão 35,5cm de largura x 53 cm de comprimento) e PCA MANTIQUEIRA (**dropbag** é de cor Preta – 33 cm de largura X 50 cm de comprimento)§§§§.
 - 80 Km: PCA ALTO MONTANA
 - 55 Km: PCA PAIOLINHO
- 4.2.8. Nenhum material pode ser despachado fora da bolsa ou pendurada nela. Todos os materiais e acessórios precisam estar dentro da boca da sacola disponibilizada.
- 4.2.9. Os apoiadores de cada atleta poderão realizar a retirada do **dropbag** do respectivo participante, desde que deem baixa junto ao coordenador do PCA.
- 4.2.10. Durante o percurso o atleta encontrará por pontos naturais de hidratação para reabastecimento, nos seguintes locais:

PNA	Distância	Local ponto de hidratação ****
01	110 Km	Km-5, Km-15, Km-23, Km-24, Km-35, Km-37, Km-51, Km-54, Km-71, Km-79, Km-92, Km-99.
02	80 Km	Km-6, Km-14, Km-24,5, Km-28, Km-42, Km-45, Km-62, Km-69, Km-75
03	55 km	Km-6, Km-14, Km-16, Km-24,5, Km-30, Km-38, Km-43, Km-50
04	35 km	Km-5, Km-10, Km-15, Km-21, Km-30

§§§§ Informação adicional aplicada em 10 de agosto de 2025.

**** Informação adicional aplicada em 10 de agosto de 2025.

05	25 km	Km-5, Km-9, Km-15, Km-17, Km-24
06	15 km	Km-5, Km-10
07	07 km	Km-2,5, Km-3.5, Km-4,5

4.2.11. As distâncias dos pontos de hidratação são aproximadas.

4.2.12. Por se tratar de pontos naturais, podem “secar” durante o período da prova. No congresso técnico *online* será detalhada a situação desses pontos. Como se trata de uma prova autossuficiente, o atleta deverá portar sempre o mínimo de água indicado por distância, para sua segurança.

5. MODALIDADES, CATEGORIAS E PREMIAÇÃO

5.1. Modalidades:

- 110 Km |
- 80 Km |
- 55 Km |
- 35 Km |
- 25 Km |
- 15 Km |
- 07 Km |
- Infanto Juvenil
- Kids

5.2. Categorias:

Ord	Descrição	Idade	Ano de Nascimento ^{††††.####}
01	GERAL FEMININA	livre	livre
02	GERAL MASCULINO	livre	livre
03	JUNIOR FEMININA	até 18 anos	até 2007
04	JUNIOR MASCULINO	até 18 anos	até 2007

^{††††} Para definir a categoria por idade o critério adotado será o ano de nascimento, não importando se o atleta tenha ou não completado a idade na data da prova.

^{####} Os atletas menores de 18 anos até a data do evento deverão fazer *upload* no sistema Tambo até 20 de julho de 2025 do termo de responsabilidade de menor de idade assinado pelo pai ou responsável com firma reconhecida, acompanhado da certidão de nascimento ou documento de identidade do atleta.

05	SÊNIOR A FEMININA	entre 19 e 29 anos	2006 a 1996
06	SÊNIOR A MASCULINO	entre 19 e 29 anos	2006 a 1996
07	SÊNIOR B FEMININA	entre 30 a 39 anos	1995 a 1986
08	SÊNIOR B MASCULINO	entre 30 a 39 anos	1995 a 1986
09	VETERANOS A FEMININA	entre 40 a 49 anos	1985 a 1976
10	VETERANOS A MASCULINO	entre 40 a 49 anos	1985 a 1976
11	VETERANOS B FEMININA	entre 50 a 59 anos	1975 a 1966
12	VETERANOS B MASCULINO	entre 50 a 59 anos	1975 a 1966
13	MASTER A FEMININA	entre 60 a 69 anos	1965 a 1956
14	MASTER A MASCULINO	entre 60 a 69 anos	1965 a 1956
15	MASTER B FEMININA	acima de 70 anos	a partir de 1955
16	MASTER B MASCULINO	acima de 70 anos	a partir de 1955

5.2.1. O ano mínimo de nascimento para participação nas modalidades 110 km, 80 km e 55 km é 2007.

5.2.2. Nas modalidades de 35 km e 25 km o ano mínimo de nascimento é 2010.

5.2.3. Nas modalidades de 15 km e 07 km o ano mínimo de nascimento é 2015.

5.3. Categorias e distâncias do Infanto Juvenil:

- **SUB 11:** 8 a 11 anos de idade, nascidos entre 2014 a 2017. Percurso de até 1.500 metros.
- **SUB 13:** 12 a 13 anos de idade, nascidos em 2012 e 2013. Percurso de até 2.500 metros.
- **SUB 15:** 14 a 15 anos de idade, nascidos em 2010 e 2011. Percurso de até 3.500 metros.
- **SUB 17:** 16 a 17 anos de idade, nascidos entre 2008 e 2009. Percurso de até 6.000 metros.

[CLIQUEI AQUI](#) e confira o regulamento específico LA MISIÓN BRASIL Infantojuvenil

6. CATEGORIAS DA LA MISIÓN KIDS:

6.1. Categorias:

- **SUB 4:** 0 a 4 anos de idade, nascidos entre 2021 e 2025, percurso de até 250 metros
- **SUB 7:** 5 a 7 anos de idade, nascidos entre 2018 e 2020, percurso de até 500 metros.

CLIQUE AQUI e confira o regulamento específico LA MISIÓN BRASIL Kids.

7. PREMIAÇÃO:

- 7.1. Serão premiados com troféu os 5 (cinco) primeiros colocados geral masculino e feminina de cada modalidade, sendo que estes não farão jus a premiação por categoria.
- 7.2. Serão premiados com troféu os 3 (três) primeiros em cada categoria.
- 7.3. Todos os atletas que completarem a prova dentro dos tempos e demais regras estabelecidas receberão medalha e o brinde *finisher*
 - 7.3.1. Será publicado no site oficial da prova a classificação geral e por categoria, em até 48h após o término do evento.
 - 7.3.2. A cerimônia de premiação será realizada conforme cronograma do item 3.1.
 - 7.3.3. Os atletas vencedores que participarão do evento de premiação deverão estar posicionados, impreterivelmente entre 19:30 e 19:55h na tenda de apoio à premiação para realização do check-in de premiação.
 - 7.3.4. Atletas vencedores e que não tiverem no momento do check-in de premiação ou não puderem comparecer ao evento de premiação, poderão retirar seu troféu através de terceiros com termo de autorização por escrito ao final de toda a cerimônia de premiação.
 - 7.3.5. Não é permitido representantes de atletas durante a cerimônia de premiação.
 - 7.3.6. Caso o atleta não faça o check-in de premiação, conforme descrito no item 7.3.3 terá seu nome anunciado na cerimônia, porém não terão o direito de subir ao palco.
 - 7.3.7. Troféus, medalhas e item *finisher*, poderão ser enviados através dos correios com frete pago pelo atleta.
 - 7.3.8. Caso dois ou mais corredores cruzem a linha de chegada juntos, estes não podem compartilhar a mesma posição no ranking de chegada, portanto, deve ser um acordo voluntário entre eles ou o atleta de maior idade ocupará a melhor colocação.
 - 7.3.9. Os vencedores dos 110km e 80km, masculino e feminino geral, receberão uma inscrição gratuita para “La Misión Argentina 2026”. Esse prêmio não poderá ser repassado a terceiros.
 - 7.3.10. Assessoria com maior número de atletas inscritos receberá um troféu considerando que:
 - Para concorrer, serão considerados os dados inseridos pelos atletas no cadastro Tambo com nome da assessoria até 31 de julho de 2025.
 - Serão considerados esportistas da mesma assessoria aqueles que estiverem com o mesmo nome da assessoria ou com grafia semelhante preenchidos no cadastro Tambo.

7.3.11. Os campeões de todas as modalidades, masculino e feminino, receberão inscrição gratuita para a LA MISIÓN BRASIL 2026. Esse prêmio não poderá ser repassado a terceiros.

7.4. Haverá premiação em dinheiro, masculino e feminino, distribuídos da seguinte forma:

110 K	COLOCAÇÃO		PREMIAÇÃO
	1º		R\$ 10.000,00
	2º		R\$ 5.000,00
	3º		R\$ 2.500,00

80 K	COLOCAÇÃO		PREMIAÇÃO
	1º		R\$ 8.000,00
	2º		R\$ 4.000,00
	3º		R\$ 2.000,00

55 K	COLOCAÇÃO		PREMIAÇÃO
	1º		R\$ 5.000,00
	2º		R\$ 2.500,00
	3º		R\$ 1.500,00

35 K	COLOCAÇÃO		PREMIAÇÃO
	1º		R\$ 3.500,00
	2º		R\$ 1.500,00
	3º		R\$ 1.000,00

25 K	COLOCAÇÃO		PREMIAÇÃO
	1º		R\$ 2.500,00
	2º		R\$ 1.000,00
	3º		R\$ 700,00

15 K	COLOCAÇÃO		PREMIAÇÃO
	1º		R\$ 2.000,00
	2º		R\$ 800,00
	3º		R\$ 500,00

07 K	COLOCAÇÃO		PREMIAÇÃO
	1º		R\$ 500,00
	2º		R\$ 300,00
	3º		R\$ 200,00

IMPORTANTE: Os valores serão pagos pela empresa organizadora através de PIX ou transferência bancária em conta titular do atleta, até o dia 31 de agosto de 2025.

Também serão ofertadas premiações SALOMON em voucher de compras exclusivas conforme a tabela abaixo:

PREMIAÇÃO LA MISIÓN 7K A 110K								
CATEGORIA	110km	80Km	55Km	35Km	25Km	15Km	7Km	VALOR VOUCHER
Junior FEMININA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	VOUCHER R\$ 530,00
Junior MASCULINO	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	VOUCHER R\$ 530,00
Sênior A FEMININA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	VOUCHER R\$ 530,00
Sênior A MASCULINO	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	VOUCHER R\$ 530,00
Sênior B FEMININA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	VOUCHER R\$ 530,00
Sênior B MASCULINO	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	VOUCHER R\$ 530,00
Veteranos A FEMININA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	VOUCHER R\$ 530,00
Veteranos A MASCULINO	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	VOUCHER R\$ 530,00
Veteranos B FEMININA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	VOUCHER R\$ 530,00
Veteranos B MASCULINO	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	VOUCHER R\$ 530,00
Master A FEMININA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	VOUCHER R\$ 530,00
Master A MASCULINO	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	VOUCHER R\$ 530,00
Master B FEMININA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	VOUCHER R\$ 530,00
Master B MASCULINO	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	1ª CATEGORIA	VOUCHER R\$ 530,00

PREMIAÇÃO LA MISIÓN BRASIL - INFANTOJUVENIL				
CATEGORIA	SUB 17	SUB 15	SUB 13	SUB 11
1ª GERAL FEMININA	VOUCHER R\$ 500,00	VOUCHER R\$ 500,00	VOUCHER R\$ 500,00	VOUCHER R\$ 500,00
2ª GERAL FEMININA	VOUCHER R\$ 300,00	VOUCHER R\$ 300,00	VOUCHER R\$ 300,00	VOUCHER R\$ 300,00
3ª GERAL FEMININA	VOUCHER R\$ 200,00	VOUCHER R\$ 200,00	VOUCHER R\$ 200,00	VOUCHER R\$ 200,00
1º GERAL MASCULINO	VOUCHER R\$ 500,00	VOUCHER R\$ 500,00	VOUCHER R\$ 500,00	VOUCHER R\$ 500,00
2º GERAL MASCULINO	VOUCHER R\$ 300,00	VOUCHER R\$ 300,00	VOUCHER R\$ 300,00	VOUCHER R\$ 300,00
3º GERAL MASCULINO	VOUCHER R\$ 200,00	VOUCHER R\$ 200,00	VOUCHER R\$ 200,00	VOUCHER R\$ 200,00

8. EQUIPAMENTOS OBRIGATÓRIOS

Para participar da LA MISIÓN BRASIL é exigido uma relação de equipamentos obrigatórios^{§§§§§,*****}.

CADA CORREDOR DEVE ESTAR CIENTE DE QUE A SEGURANÇA DEPENDERÁ DO MATERIAL EM SUA POSSE.

8.1. Equipamentos Obrigatórios:

item	Material	110K	80K	55K	35K	25K	15K	7 K
01	Jaqueta impermeável com costura selada	X	X	X				
02	Jaqueta impermeável				X	X		
03	Calça longa de lycra ou trekking	X	X	X				
04	Camiseta mangas longas ou manguito				X	X		
05	Fleece ou segunda pele	X	X	X				
06	Luvras de inverno com tecido tipo velo, polar, lã ou fleece. (Não é permitido luva dedo cortado)	X	X	X	X	X		
07	Gorro, necktube ou protetor de ouvido	X	X	X	X	X		
08	Cobertor de emergência (aluminizado)	X	X	X	X	X	X	
09	Capacete (pode ser de mountain bike)	X	X	X				
10	Lanterna de cabeça, mínimo 250 lumens, funcionando e com bateria reserva	X	X	X				
11	Lanterna de cabeça, mínimo 150 lumens, funcionando				X			
12	Apito	X	X	X	X	X	X	
13	Recipiente para levar, no mínimo, 2 litros de água	X	X	X	X	X		

^{§§§§§} Estes equipamentos mínimos são vitais para que os corredores se adaptem e consigam superar as adversidades do ambiente de montanha de acordo com suas próprias habilidades.

^{*****} A organização recomenda, não escolher as roupas mais leves, a fim de ganhar algumas gramas, mas escolher as roupas que permitem uma boa proteção na montanha contra calor, frio, vento e chuva, obtendo-se assim uma melhor segurança e desempenho. Cada corredor deve estar ciente de que a segurança dependerá do material em sua posse.

14	Recipiente para levar, no mínimo, 1 litro de água						X	
15	Mochila	X	X	X	X	X		
16	Mochila ou cinto						X	
17	Kit de primeiros socorros	X	X	X	X	X	X	

8.2. Kit de primeiros socorros para todas as modalidades, exceto 07 Km:

item	Material	quantidade
01	Antisséptico	Mínimo de 1 unidade.
02	Rolo de esparadrapo	Mínimo de 1 unidade.
03	Pinça	Mínimo de 1 unidade.
04	Anti-inflamatório	Mínimo de 1 unidade.
05	Anti-histamínico	Mínimo de 1 unidade.
06	Par de luvas cirúrgicas	Mínimo de 1 unidade.
07	Gases estéril	Mínimo de 1 unidade.
08	Rolo de atadura	Mínimo de 1 unidade.

8.3. Complemente seu kit de primeiros socorros com os produtos que julgar necessários.

8.3.1. Estes equipamentos devem ser levados durante toda a corrida e podem estar na mochila ou sendo usados pelo atleta durante a prova.

8.3.2. O atleta que for flagrado sem algum elemento de seu equipamento obrigatório será desclassificado.

8.3.3. Haverá inspeção dos itens obrigatórios, nos seguintes momentos:

- Na retirada do kit atleta.
- Durante o percurso, em pontos específicos determinados pela organização.

8.3.4. O uso do capacete é **OBRIGATÓRIO** durante os trechos de Serra Fina:

55km : PCA Toca do Lobo até Portaria Fazenda Serra Fina

80km e 110km: PCA Toca do Lobo até PH Nativa Serra Fina

8.3.5. São recomendados os seguintes itens: purificador de água, bastão de caminhada, protetor solar, pilhas/baterias extras, celular carregado, óculos de sol.

8.3.6. A camiseta do evento não será de uso obrigatório, mas recomenda-se a sua utilização como medida de segurança.

9. RESPONSABILIDADES INDIVIDUAIS

9.1. Ao longo de todos os percursos

9.1.1. Cada atleta é responsável por seu próprio desempenho na corrida.

9.1.2. Cada um deve julgar por si mesmo, se deve ou pode continuar na corrida.

9.1.3. Cada atleta deve portar todos os seus equipamentos obrigatórios.

9.1.4. Cada atleta deve estar ciente, antes de começar a corrida, que em uma situação de tempo inóspito, como:

- chuva,
- neve,
- calor,
- vento e frio,

IMPORTANTE: cada um deve enfrentar esta situação por conta própria e com o seu próprio equipamento.

9.1.5. Qualquer corredor ao ver outro corredor em perigo deve prestar o apoio e assistência necessários e tão logo possível, notificar a organização.

9.1.6. Cada corredor, no momento da inscrição, concordará com o termo de responsabilidade que pressupõe que é fisicamente capaz de executar este desafio, leu o presente regulamento e está ciente de tudo que terá de enfrentar durante a corrida.

9.1.7. Cada corredor deve respeitar a legislação ambiental em vigor no país, bem como as recomendações emitidas pela organização da prova com relação a minimizar possíveis impactos ambientais, sob pena de desclassificação.

9.1.8. É recomendado aos participantes realizar um controle médico prévio à corrida.

9.1.9. É obrigatório apresentar o Atestado Médico de forma online preenchido, com validade máxima de 12 meses (considerar a data de 16 de agosto de 2025), assinado pelo médico e com carimbo do CRM, através do sistema Tambo (Área do Misionero), até 20 de julho de 2025.

9.1.10. Nos documentos anexos oferecemos um modelo de atestado médico, mas serão aceitos modelos de formulário de atestados médicos escritos de próprio punho, de outras provas/organizações, clínicas etc., desde que atenda aos requisitos citados no item 7.8.

9.1.11. Caso o atleta não envie o atestado médico dentro do prazo estabelecido no item **9.1.9.** deverá pagar “taxa de avaliação do atestado médico fora do prazo” conforme abaixo:

- Atestados enviados entre 21 de julho a 10 de agosto: R\$ 80,00
- Atestados enviados a partir de 11/agosto até o momento da retirada de kits: valor R\$ 100,00.

9.1.12. A partir de 06 de novembro de 2024 o atleta já poderá realizar o envio do seu atestado médico conforme anexo II.

- Após o envio a organização avaliará o documento enviado e enviará o resultado por email. O atleta também poderá conferir o status na AREA DO MISIONERO.
- A organização divulgará listagem por e-mail até 12/08 do *status* de envio dos atestados médicos: APROVADO, REPROVADO, NÃO ENVIADO.

10. SEGURANÇA E EMERGÊNCIA

10.1. Cada atleta é responsável por seu próprio desempenho na corrida. Cada um deve julgar por si mesmo, se deve ou pode continuar na corrida.

10.2. Em caso de emergência os participantes da prova devem notificar o staff ou o corredor mais próximo para este notificar a organização.

10.2.1. Um participante deverá prestar assistência para outro que necessita, até a chegada dos socorristas. Não será concedido tempo extra para esses atletas completarem a prova.

10.2.2. Quando o atleta decidir abandonar a corrida por razões que não são graves para a sua saúde, deve retirar o número de peito, ir por conta própria para o ponto de apoio mais próximo, informar a organização, entregar seu número de peito e só então aguardar o transporte para a arena de prova.

10.2.3. A organização disponibilizará equipes de socorro e resgate no percurso, equipe médica e de fisioterapia nos pontos de apoio pré-determinados.

10.2.4. Cada corredor deve ter conhecimento das possíveis consequências e riscos da prática de uma atividade deste tipo.

10.2.5. Em caso de necessidade, para continuar os primeiros-socorros, serão transferidos para o hospital mais próximo. É fundamental que cada corredor ao se inscrever e no CERTIFICADO MÉDICO detalhe os dados de sua cobertura médica, telefone de emergência e alergias.

10.2.6. O corredor deverá conhecer as características do terreno onde acontece a prova e os possíveis riscos de lesões traumatológicas como torções e fraturas.

10.2.7. O corredor deverá ter ciência que haverá zonas que não se poderá chegar com veículos, sendo assim o atendimento imediato é limitado.

10.2.8. Caso algum competidor esteja no período da prova recebendo tratamento médico, ou fazendo uso de alguma medicação que não conste no certificado médico, deverá comunicar e preencher ficha de responsabilidade especial no ato de retirada do kit.

11. PENALIDADES E ÉTICA NO TRAIL

11.1. É aplicável a todos os corredores inscritos na LA MISIÓN BRASIL.

11.1.1. Se um corredor não passar por um posto de controle ou deliberadamente deixa o caminho para um atalho será desclassificado.

- 11.1.2. Se faltar algum elemento dos equipamentos obrigatórios durante a corrida o atleta será desclassificado.
- 11.1.3. Se um corredor tem atitudes antidesportivas, agressivas com outros corredores e/ou organização, ele será desclassificado. Ex. Insultos ou agressão entre corredores ou contra a organização ou ações destrutivas contra a natureza.
- 11.1.4. Se um corredor usar qualquer meio de transporte será desclassificado.
- 11.1.5. Se um corredor estiver acompanhado com *pacers*, fotógrafos, cinegrafistas ou qualquer outra pessoa será desclassificado⁺⁺⁺⁺⁺.
- 11.1.6. Se um corredor passar por uma área proibida especificado no roteiro será desclassificado.
- 11.1.7. Se um corredor receber e aceitar assistência da família, equipe ou amigos durante o percurso ou fora dos pontos determinado pelo regulamento, ele será desclassificado.
- 11.1.8. Um corredor pode ser penalizado ou desqualificado, mesmo após a conclusão da prova, quando o Diretor de Corrida tomar conhecimento de qualquer falha para com este regulamento.
- 11.1.9. Será causa de desclassificação o corredor que for flagrado jogando lixo fora dos locais definidos para tal fim.
- 11.1.10. Quando um atleta solicitar, educadamente, passagem em um trecho “single-track” por estar mais rápido que o atleta dianteiro, o mesmo deve atender ao pedido, independentemente de estar disputando as primeiras colocações.
- 11.1.11. Poderá ser solicitado exame antidoping a qualquer atleta antes, durante ou após o evento. Caso este se recuse, será desclassificado e informado aos órgãos esportivos competentes.
- 11.1.12. Em caso de doping positivo e após os procedimentos de contraprova, o atleta será desclassificado.

12. REGRAS GERAIS

12.1. É aplicável a todos os corredores inscritos na LA MISIÓN BRASIL.

- 12.1.1. O participante tem a obrigação de conhecer e respeitar estas regras de competição, assim como as normas de circulação e as instruções dos responsáveis de cada prova.
- 12.1.2. As imagens que se obtenham na competição poderão ser utilizadas pela organização e pelas empresas patrocinadoras para fins de difusão e publicidade do evento e/ou de produtos associados ao mesmo. Os competidores que aceitarem participar deste evento não terão direito a realizar reclamações.
- 12.1.3. Não é permitido o acompanhamento por fotógrafos ou cinegrafistas particulares ao longo de todo o percurso de LMB⁺⁺⁺⁺⁺.
- 12.1.4. Os dados individuais estão sob proteção da LGPD e poderão ser compartilhados com pesquisadores (estudos referentes a modalidade) e parceiros da LMB.
- 12.1.5. A organização não se responsabilizará por pertences de atletas, extraviados dentro ou fora da arena da prova.
- 12.1.6. O atleta assume total responsabilidade pelos dados fornecidos.

⁺⁺⁺⁺⁺ Informação adicional aplicada em 10 de agosto de 2025.

⁺⁺⁺⁺⁺ Informação adicional aplicada em 10 de agosto de 2025.

- 12.1.7. A LA MISIÓN BRASIL tem parte de seu percurso dentro da APA Serra da Mantiqueira, Floresta Nacional de Passa Quatro, RPPNs e propriedades particulares. Cuidar e conservar este santuário ecológico é dever de todos: atletas e organização!
- 12.1.8. Em caso de extravio de sinalização os corredores serão responsáveis de voltar ao caminho e retomar o percurso.
- 12.1.9. As 5 (cinco) primeiras colocações da geral masculina e feminina serão definidas por ordem de chegada. As demais colocações das categorias serão definidas pela apuração do tempo líquido, gasto por cada atleta para completar o percurso.
- 12.1.10. Os corredores devem, obrigatoriamente, passar cronologicamente por todos os postos de controle, seguindo as placas que indicam o caminho de volta para a linha de chegada.
- 12.1.11. É permitido o mesmo atleta se inscrever em duas modalidades/distâncias diferentes.
- 12.1.12. Os atletas que abandonarem ou forem cortados da prova deverão seguir o seguinte protocolo: a) entregar o numeral de peito com chip a equipe de percurso; b) aguardar o deslocamento para arena nos carros da organização ou pela equipe médica.
- O deslocamento desses atletas acontecerá por ordem de chegada. Casos de urgência ou emergência serão deslocados pela equipe médica.
- 12.1.13. Atletas que abandonarem ou forem cortados da prova não são considerados finisher e não poderão cruzar a linha de chegada e/ou receber os itens finishers da modalidade.
- 12.1.14. A inscrição, firmada pelo atleta ou seu procurador, importa na declaração de conhecimento e aceitação de todo o conteúdo do presente regulamento, não podendo, via de consequência, em momento algum, alegar ignorância ou desconhecimento das condições aqui estipuladas.

13. DENÚNCIAS E PROTESTOS

- As denúncias e protestos deverão ser feitos **CLICANDO AQUI**:
- e deverá ser feita até 30 minutos antes da premiação LMB 2025.
- As deliberações serão realizadas pela direção da LA MISIÓN BRASIL.
- Para impetrar com uma denúncia ou protesto é necessário pagar via pix o valor de R\$500,00 (quinhentos reais).
- Chave PIX para denúncias e protestos: 26748534000194.
- Enviar o comprovante de pagamento pra o WhatsApp TAMBO: (35) 9222-7950
- Caso a denúncia seja deferida o valor pago será ressarcido integralmente.

Passa Quatro, 12 de agosto de 2024.

TAMBO

Organizador da LA MISIÓN BRASIL



14. ANEXOS

ANEXO 1

AUTORIZAÇÃO DE RETIRADA DE KIT POR TERCEIROS:

Autorizo o(a) Sr.(a)_, portador

(a) do documento de identidade, número:_____, a retirar meu Kit Atleta LA MISION BRASIL 2025, sendo de minha responsabilidade o cuidado do mesmo após a retirada pelo autorizado. Estou ciente que o número de peito e chip de cronometragem não será entregue a terceiros e deverei realizar a retirada conforme cronograma do evento.

Assinatura do titular inscrito

OBSERVAÇÃO: O AUTORIZADO deverá apresentar cópia do documento de identidade autenticado do atleta.

AUTORIZAÇÃO E DECLARAÇÃO PARA PARTICIPAÇÃO DE MENOR

Eu, _____
inscrito no CPF nº _____, autorizo a participação de meu filho(a)
_____, portador(a) do
documento _____ nascido(a) em ____/____/____, no evento esportivo
LA MISIÓN BRASIL, na distância de _____.

Declaro que o (a) mesmo (a) possui atestado médico, conforme já apresentado, dando-o (a) como apto (a) físico e mentalmente nesta data para participar da prova do referido evento. Estou ciente de que o evento possui natureza esportiva, será realizado em espaço aberto, sob condições climáticas que podem ser adversas. Assumo inteira responsabilidade pela participação do menor no evento, por sua integridade física e moral e pelo teor das informações acima descritas, sob as penas do artigo 299 do Código Penal, isentando a produção do evento por qualquer fatalidade, acidente, dano ou prejuízo que ocorra ao menor ou derivado de sua participação no evento.

Por fim, declaro que a presente autorização está em conformidade com o disposto no Código Civil Brasileiro, especialmente o artigo 1.634, que trata das responsabilidades dos pais em relação aos filhos menores.

_____, _____, de _____ de 2025.

Assinatura do pai, da mãe, do tutor ou do guardião,

com reconhecimento de firma em cartório

ATESTADO MÉDICO – LA MISION BRASIL 2025

(Este é um modelo, serão aceitos outros tipos.)

Eu, _____ médico(a) abaixo-assinado, atesto que os exames do(a) atleta(a) _____ documento de identificação nº _____ e data de nascimento: ____/____/____ não apresentaram nenhuma contraindicação para participar em competições de corrida trail run, modalidade individual de ____ Km.

Atestado médico emitido em (local): _____. Data: _____.

Médico responsável _____

Carimbo com Registro Profissional

Especificar caso haja algum tipo de alergia: ____

``OBSERVAÇÃO: SERÃO ACEITOS OUTROS MODELOS DE ATESTADO MÉDICO, DESDE QUE ESTEJA NO PRAZO DE VALIDADE DE 12 MESES E CONTENHA OS DADOS EXEMPLIFICADOS NESSE MODELO.

ANEXO

TERMO DE RESPONSABILIDADE – LA MISIÓN BRASIL 2025

Declaro e comprometo-me:

1. Aceitar integralmente o REGULAMENTO da prova.
2. Ter plena capacidade física e psíquica para aceitar e compreender o disposto no presente termo.
3. Respeitar a legislação municipal, estadual e federal vigente, sendo responsável pelos atos praticados no período de duração do evento.
4. Respeitar os demais atletas, organização e população em geral que acompanha o evento.
5. Cumprir as orientações dos organizadores e colaboradores do evento.
6. Autorizar que suas imagens na competição possam ser utilizadas pela organização e empresas patrocinadoras para fins de difusão e publicidade do evento e/ou de produtos associados ao mesmo.
7. Eximir os organizadores, às Prefeituras Municipais, aos proprietários das terras pelas quais passe a corrida e aos patrocinadores de responsabilidade por extravios no percurso, acidentes pessoais; danos e/ou perdas de objetos que possa ocorrer antes, durante ou após sua participação na prova.
8. Ter ciência das dificuldades para realizar operações de resgate em algumas zonas do percurso. Saber inclusive que haverá zonas que não possa chegar com veículos, como o qual a atenção imediata é limitada.
9. Não suprimir qualquer vegetação, não utilizar fogo e não deixar qualquer resíduo, dejetos ou lixo durante todo o percurso e participação na prova.
10. Caminhar e/ou correr o tempo todo dentro das trilhas indicadas.
11. Possuir aptidão física, ter efetuado um correto treinamento e ter sido avaliado e liberado por um médico para participar desta prova específica.
12. Ter ciência, possuir e portar durante a prova os equipamentos de segurança obrigatórios e primeiros socorros, ficando a critério o uso dos equipamentos sugeridos.
13. Assumir, por livre e espontânea vontade, todos os riscos envolvidos e suas consequências pela participação nesta prova: torções, luxações, deslocamentos, fraturas, queimaduras, mordidas e picadas de animais, contato com plantas venenosas etc. Isentando os organizadores, colaboradores e patrocinadores de TODA E QUALQUER RESPONSABILIDADE por quaisquer danos materiais, morais ou físicos, que porventura venha a sofrer, advindos da participação nesta PROVA.
14. Aceitar que cabe aos organizadores o direito de adiar, cancelar ou modificar o evento por questões de segurança dos atletas e da equipe de trabalho.

ANEXO

Nenhum reembolso será requerido por mim, por meus outorgados legais, herdeiros ou familiares por cancelamento da prova ou por minha desistência declarada.

15. Estou ciente que o não cumprimento de todos desta declaração poderá acarretar a minha desqualificação.

PASSA QUATRO, 06 DE NOVEMBRO DE 2024.

- 1. NÃO É NECESSÁRIO ENVIAR VIA UPLOAD NEM ENTREGAR NO MOMENTO DA ENTREGA DE KITS.**
- 2. O ATLETA DEVERÁ ACEITAR O PRESENTE TERMO NO MOMENTO DA INSCRIÇÃO.**

ALIMENTAÇÃO / PONTOS DE APOIO

ARENA LARGADA	
MODALIDADE	TODAS
DISTÂNCIA PERCORRIDA	INÍCIO
ALIMENTAÇÃO	
CAFÉ PRETO (com/sem açúcar ou adoçante)	
QUEIJO	
DOCE DE LEITE ESTRELA DA MANTIQUEIRA	
RAPADURA	
BISCOITO POLVILHO	
SAL	

ARENA CHEGADA	
MODALIDADE	TODAS
DISTÂNCIA PERCORRIDA	FINAL
ALIMENTAÇÃO	
ISOTÔNICO DOBRO	
GUARANÁ GUARANITA	
ÁGUA MINERAL PASSA QUATRO	
CAFÉ PRETO (com/sem açúcar ou adoçante)	
MESA DE FRUTAS – BANANA, MAÇÃ E MELANCIA	
MESA DE FRIOS – QUEIJO, SALAME E AZEITONA	
MESA DE DOCES MINEIROS – ABÓBORA, COCADA, DOCE DE LEITE ESTRELA DA MANTIQUEIRA	
AMENDOIM	
CHOPP	

CHOCOLATE QUENTE (23 às 5h)
LANCHE DE PERNIL (23 às 5h)

PCA TOCA DO LOBO			
MODALIDADE	110K	80K	55K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	23 Km	14 Km	14 Km
ALIMENTAÇÃO			
ISOTÔNICO DOBRO			
GUARANÁ GUARANITA			
ÁGUA MINERAL PASSA QUATRO			
CAFÉ PRETO (com/sem açúcar ou adoçante)			
QUEIJO			
DOCE DE LEITE ESTRELA DA MANTIQUEIRA			
DOCE DE BANANA EM BARRA			
BANANA			
MAÇÃ			
CALDO VERDE COM CRISPY DE BACON (Somente 110K)			
BATATA CHIPS			
SAL			
MEL			

PH QUARTZITO

MODALIDADE	110K	80K	55K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	28 Km	16 Km	16 Km
ALIMENTAÇÃO			
ÁGUA DE FONTE NATURAL			
PASTILHA HIDRA ISO DOBRO			

PCA PEDRA DA MINA			
MODALIDADE	110K	80K	55K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	34 Km	25 Km	25 Km
ALIMENTAÇÃO			
ISOTÔNICO DOBRO			
ÁGUA MINERAL DE FONTE NATURAL			
CAFÉ PRETO (com/sem açúcar ou adoçante)			
QUEIJO			
GOIABADA			
BATATA CHIPS			
SAL			

PH VALE DO RUAH		
MODALIDADE	110K	80K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	37 Km	28 Km
ALIMENTAÇÃO		
ÁGUA DE FONTE NATURAL		
PASTILHA HIDRA ISO DOBRO		

PH NATIVA SERRA FINA		
MODALIDADE	110K	80K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	51 Km	42 Km
ALIMENTAÇÃO		
ÁGUA DE FONTE NATURAL		

PCA ALTO MONTANA		
MODALIDADE	110K	80K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	54 Km	45 Km
ALIMENTAÇÃO		
ISOTÔNICO DOBRO		
GUARANÁ GUARANITA		
ÁGUA MINERAL PASSA QUATRO		
CAFÉ PRETO (com/sem açúcar ou adoçante)		
QUEIJO		
DOCE DE LEITE ESTRELA DA MANTIQUEIRA		
DOCE DE BANANA EM BARRA		
BANANA		
MELANCIA		
PÃO DE LEITE		
OVO MEXIDO		
MACARRÃO SEM GLÚTEN AO SUGO E BOLONHESA		
CALDO VERDE COM E SEM LINGUIÇA		
AÇAÍ		
SAL		

MEL
PH DEUS ME LIVRE

MODALIDADE	55K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	30 Km
ALIMENTAÇÃO	
ÁGUA DE FONTE NATURAL	
PASTILHA HIDRA ISO DOBRO	

PCA PAIOLINHO

MODALIDADE	80K	55K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	63 Km	38 Km
ALIMENTAÇÃO		
ISOTÔNICO DOBRO		
GUARANÁ GUARANITA		
ÁGUA MINERAL PASSA QUATRO		
CAFÉ PRETO (com/sem açúcar ou adoçante)		
QUEIJO		
DOCE DE LEITE ESTRELA DA MANTIQUEIRA		
DOCE DE BANANA EM BARRA		
BANANA		
MELANCIA		
PÃO DE LEITE		
MACARRÃO SEM GLÚTEN AO SUGO E BOLONHESA		
CALDO VERDE COM E SEM LINGUIÇA		

BATATA CHIPS
SAL
MEL

PH HOSTEL IVOS	
MODALIDADE	110K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	71 Km
ALIMENTAÇÃO	
ÁGUA DE FONTE NATURAL	
ISOTÔNICO DOBRO	

PCA MANTIQUEIRA	
MODALIDADE	110K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	79 Km
ALIMENTAÇÃO	
ISOTÔNICO DOBRO	
GUARANÁ GUARANITA	
ÁGUA MINERAL PASSA QUATRO	
CAFÉ PRETO (com/sem açúcar ou adoçante)	
QUEIJO	
DOCE DE LEITE ESTRELA DA MANTIQUEIRA	
DOCE DE BANANA EM BARRA	
BANANA	
PÃO COM QUEIJO E GOIABADA CREMOSA	
PÃO COM QUEIJO E OVO MEXIDO	

SAL
MEL

PH SERRA DOS LAMINS			
MODALIDADE	110K	80K	55K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	92 Km	69 Km	43 Km
ALIMENTAÇÃO			
ÁGUA DE FONTE NATURAL			
ISOTÔNICO DOBRO			

PH TAMBO			
MODALIDADE	110K	80K	55K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	15 Km	6 Km	6 Km
ALIMENTAÇÃO			
ÁGUA MINERAL PASSA QUATRO			

PCA TAMBO		
MODALIDADE	35K	25K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	17 Km	~ 10 Km
ALIMENTAÇÃO		
ISOTÔNICO DOBRO		
GUARANÁ GUARANITA		
ÁGUA MINERAL PASSA QUATRO		
QUEIJO		

DOCE DE LEITE ESTRELA DA MANTIQUEIRA
DOCE DE BANANA EM BARRA
BANANA
MELANCIA
BATATA CHIPS
AÇAÍ
MEL

PCA CASA DE PEDRA		
MODALIDADE	35K	25K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	~ 22 Km	~ 16 Km
ALIMENTAÇÃO		
ISOTÔNICO DOBRO		
GUARANÁ GUARANITA		
ÁGUA MINERAL PASSA QUATRO		
CAFÉ PRETO (com/sem açúcar ou adoçante)		
QUEIJO		
DOCE DE LEITE ESTRELA DA MANTIQUEIRA		
BANANA		
DOCE DE BANANA EM BARRA		
MELANCIA		
MACARRÃO SEM GLÚTEN AO SUGO E BOLONHESA (Somente 35K)		
BATATA CHIPS		
AÇAÍ		
SAL		

MEL

PCA RANCHO NO MATO

MODALIDADE	110K	80K	55K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	99 Km	75 Km	50 Km

ALIMENTAÇÃO

ISOTÔNICO DOBRO
GUARANÁ GUARANITA
ÁGUA MINERAL PASSA QUATRO
CAFÉ PRETO (com/sem açúcar ou adoçante)
QUEIJO
DOCE DE LEITE ESTRELA DA MANTIQUEIRA
DOCE DE BANANA EM BARRA
BANANA
AÇAÍ
SAL
MEL

PCA FLONA PORTARIA

MODALIDADE	35K		15K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	10 Km	32 Km	12 Km

ALIMENTAÇÃO

ISOTÔNICO DOBRO

GUARANÁ GUARANITA
ÁGUA MINERAL PASSA QUATRO
QUEIJO
DOCE DE LEITE ESTRELA DA MANTIQUEIRA
DOCE DE BANANA EM BARRA
BANANA
MAÇÃ
BATATA CHIPS
AÇAÍ (Somente 15K)
SAL
MEL

PCA FLONA TRILHA	
MODALIDADE	7K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	~ 5 Km
ALIMENTAÇÃO	
ISOTÔNICO DOBRO	
GUARANÁ GUARANITA	
ÁGUA MINERAL PASSA QUATRO	
QUEIJO	
DOCE DE LEITE ESTRELA DA MANTIQUEIRA	
DOCE DE BANANA EM BARRA	
BANANA	
AÇAÍ	
MEL	

PCA FLONA 3 - INFANTOJUVENIL				
MODALIDADE	SUB 11	SUB 13	SUB 15	SUB 17
DISTÂNCIA	FINAL			
ALIMENTAÇÃO				
ISOTÔNICO DOBRO				
GUARANÁ GUARANITA				
ÁGUA MINERAL PASSA QUATRO				
QUEIJO				
DOCE DE LEITE ESTRELA DA MANTIQUEIRA				
BANANA				
MELANCIA				
AÇAÍ				
BATATA CHIPS				

ARENA NÃO É SÓ CORRER	
MODALIDADE	KIDS
DISTÂNCIA	KIDS
ALIMENTAÇÃO	
GUARANÁ GUARANITA	
BANANA	
MELANCIA	
BISCOITO DE POLVILHO	
BALA DE GOMA	
ALGODÃO DOCE	

PH BAMBU		
MODALIDADE	7K	
DISTÂNCIA PERCORRIDA	2,5 Km	4,5 Km
ALIMENTAÇÃO		
ÁGUA MINERAL PASSA QUATRO		

PH FLONA	
MODALIDADE	35K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	~11 KM
ALIMENTAÇÃO	
ÁGUA MINERAL PASSA QUATRO	

PH FLONA CACHOEIRA			
MODALIDADE	110K	35K	15K
DISTÂNCIA PERCORRIDA	~5 Km	~5 Km	~5 Km
ALIMENTAÇÃO			
ÁGUA MINERAL PASSA QUATRO			