

# Volta da Lagoa

## A Saga das Cinco Cidades

Data : 01-05-2022

Local da Largada/Chegada: Pontal da Barra - Maceió

Horario das Largadas

- Todas as categorias - após 5:00hs
- Encerramento da Prova - 12:00hs
- Premiação por ordem de chegada , respeitando a formação do Podium

### 1. Do percurso

- **1.1** Denominada **A saga das cinco cidades** pelo fato de percorrer cinco municípios do perímetro da lagoa Mundaú , largando de Maceió , sentido Ponte Divaldo Suruagy, seguindo para **Marechal Deodoro, Al 101 sul** , entrando pela via de acesso ao polo industrial, entra novamente a direita após a ponte da lagoa, chega-se ao **PC 01** já em **Coqueiro Seco**, segue para **Santa Luzia do Norte**, cruzando toda a cidade , em direção a cidade de **Satuba**, onde temos o **PC 02**. Aí é feito o retorno, passando novamente por **Santa Luzia do norte** , rumando de volta para **Coqueiro Seco** onde fica o **PC 03**, segue para **Marechal Deodoro** onde é corrido quase toda essa fase da prova , cruzando a Ponte Divaldo Suruagy retorna a Maceió, onde fica a linha de chegada.
- **2.1** A organização disponibilizará pontos de Apoio que serão instalados nas áreas de transição ,Kms 12,5 , 25 , e 37,5 onde haverá hidratação básica destinada aos atletas.

## 2. Das categorias

A corrida será disputada em 04 categorias:

- **1.4 Solo – 50Km**

Atleta individual, onde o atleta terá 03 pontos de apoio, podendo ter apoio próprio, ficando responsável pelo seu abastecimento, hidratação, e alimentação durante todo o percurso.

- **2.4 Solo – 25Km**

Atleta individual, onde o atleta terá postos de hidratação e poderá ter apoio próprio, ficando responsável pelo seu abastecimento, hidratação, e alimentação durante todo o percurso.

- **3.4 Categoria Duplas**

Serão 02 atletas que cada atleta percorrerá 25km (A transição acontecerá nos PCS, com opção estratégica de revezar a cada trecho, ou no meio da prova, sendo obrigatório a confirmação de passagem com a presença do atleta ativo. ( Isso será anotado e controlado pela cronometragem). A dupla será responsável pelo seu abastecimento e haverá penalização com eliminação dos mesmos no caso de rodízio fora da área definida.

- **3.4 Categoria Quarteto**

Cada atleta percorrerá 12,5Km, e a Equipe será responsável pelo deslocamento e abastecimento dos atletas, ficando obrigatório que o rodízio de atletas aconteça apenas nos Pcs definidos pela organização, sendo esses comuns a todas as categorias.

### 3. Da premiação

Os atletas serão premiados com troféus e Medalhas

- **Categoria Solo Masculino 50km** - Troféus personalizados especiais para os 3 primeiros e de participação para todos os atletas que completarem o percurso dentro do tempo Máximo definido.
- **Categoria Solo Masculino 25km** - Troféus personalizados especiais para os 3 primeiros e medalhas finisher para todos os atletas que completarem o percurso dentro do tempo Máximo definido.
- **Categoria Solo Feminino 50km**- Troféus personalizados especiais para os 3 primeiros e de participação para todos os atletas que completarem o percurso dentro do tempo Máximo definido.
- **Categoria Solo Feminino 25km**- Troféus personalizados especiais para os 3 primeiros e e medalhas finisher para todos os atletas que completarem o percurso dentro do tempo Máximo definido.
- 
- **Dupla Feminino**- Troféus para as 3 primeiras duplas e medalhas finish para os demais que cumprirem no tempo Máximo definido
- **Dupla Masculino**- Troféus para as 3 primeiras duplas e medalhas finish para os demais que cumprirem no tempo Máximo definido
- **Dupla Misto**- Troféus para as 3 primeiras duplas e medalhas finish para os demais que cumprirem no tempo Máximo definido
- 
- **Quarteto Livre** - Troféus para os 3 primeiros Quartetos e

medalhas finish para os demais que cumprirem no tempo Máximo definido

- **Quarteto Masculino** - Troféus para os 3 primeiros Quartetos e medalhas finish para os demais que cumprirem no tempo Máximo definido
- **Quarteto Feminino** - Troféus para os 3 primeiros Quartetos e medalhas finish para os demais que cumprirem no tempo Máximo definido

**Obs. A categoria é considerada livre quando é formada por atletas de ambos os sexos.**

#### **4 . Do Controle e Cronometragem**

- A cronometragem , controle de passagem nos PC`s ,apuração dos resultados geral e por categorias, será realizado pela Contimeassessoria que utilizará chip e sistema digital, que exige do atleta a correta colocação e condução do equipamento , que deve ser revezado a cada PC.

#### **5. Do Apoio, Abastecimento e Segurança**

Como já informado no item 1. “Do Percurso”, vale lembrar, mais uma vez que, cada atleta é responsável pela sua segurança , pois o tráfego permanecerá aberto durante todo o percurso. Também é de sua responsabilidade, o abastecimento com água ou hidratantes.

A Organização terá uma equipe de fiscais com motos e carros durante todo o percurso e definiu três (03) PC's nos km 12,5 , 25 e 37,5,(distancias aproximadas por questão de segurança) onde haverá em cada PC, staffs para conferir as trocas.

Nestes pontos, os atletas poderão realizar seu abastecimento básico.

- **A prova será corrida com o trafego aberto, cabendo aos atletas todas as precauções quanto a correr fora da via utilizando calçadas e acostamentos onde for necessário.**
- **A entrega de kits acontecerá na Sexta-feira dia 29/04/2022 .**

## **6. Das Inscrições**

A Volta da Lagoa é uma prova aberta a participação de atletas com idade mínima de (16) dezesseis anos, que se sentirem aptos e preparados para o evento, mediante assinatura de termo de responsabilidade, divulgado pela organização.

Todas as informações adicionais serão divulgadas através do site: [www.contimeassessoria.com.br](http://www.contimeassessoria.com.br) Telefone (82) 3235-4054 (82) 98866-4054 , além de redes sociais, instagran **Volta da lagoa.al**

Facebook – “volta da lagoa a saga” ,pagina que disponibilizará: Regulamento, Termo de Responsabilidade, Imagens, etc.

Whatsapp – 82 9 8836-6308 ,canal que deverá ser usado apenas por atletas com inscrição confirmada e será criado grupo que servirá para troca de mensagens, dúvidas, incentivos, informações entre os mesmos, visando estimular a fase de preparação para a prova.

As inscrições devem ser realizadas da seguinte forma:

**On line** através do site: [www.contimeassessoria.com.br](http://www.contimeassessoria.com.br) ,

[www.ticketagora.com.br](http://www.ticketagora.com.br)

**Presencial** na loja **Hibiscus suplementos**, na Rua Domingos Lordsleen , 438 -Pajuçara (rua do Banco Itaú-praça multieventos)

O termo de responsabilidade complementa esse regulamento e deve ser baixado nos endereços acima , impresso, assinado e entregue com a inscrição, que só será confirmada acompanhada do mesmo.

As inscrições encerrar-se-ão quando atingir o limite de 600 atletas.

Valor das inscrições : Lançamento 1º lote ,R\$125,00 + taxa bancaria (valor por atleta) - categorias solo e duplas, quartetos.

Data limite 1º lote , 10/01/2022

2º lote ,R\$160,00 + taxa bancaria (valor por atleta) - categorias solo e duplas, quartetos.

**As inscrições encerrar-se-ão quando atingir o limite de 600 atletas, podendo acontecer no 1º lote.**