



REGULAMENTO ULTRA TRAIL CAPARAÓ

EDIÇÃO ESPECIAL TRAIL CROSS 2026

1. MANIFESTO SANA SPORTS

Caminho...

direção a seguir para ir a um local

distância que se percorre para chegar a um lugar

caminho de quem?

caminho para onde?

qualquer caminho leva a toda parte

qualquer caminho traduz a arte de ser um só, a sós

os passos são somente nossos

mas a consequência é coletiva

consequência?

consciência?

caminho se faz no presente

consequência se vê no futuro

consciência é um doloroso presente

gratificante àquele maduro



madura deve ser nossa atitude
com o próximo e com planeta
aquele que nos nutre e alimenta
fonte de nossa plenitude

não há caminho sem vida
não há vida sem natureza
que triste seríamos no centro desse infinito
se caminhássemos longe de nossa essência

ir é ser
ser é viver
é tempo de reconectar com a vida
e a vida não faz sentido sem um belo caminho

não parar é ter razão
o presente é um caminho presente
é tempo de agir
e o tempo é agora

vamos juntos?

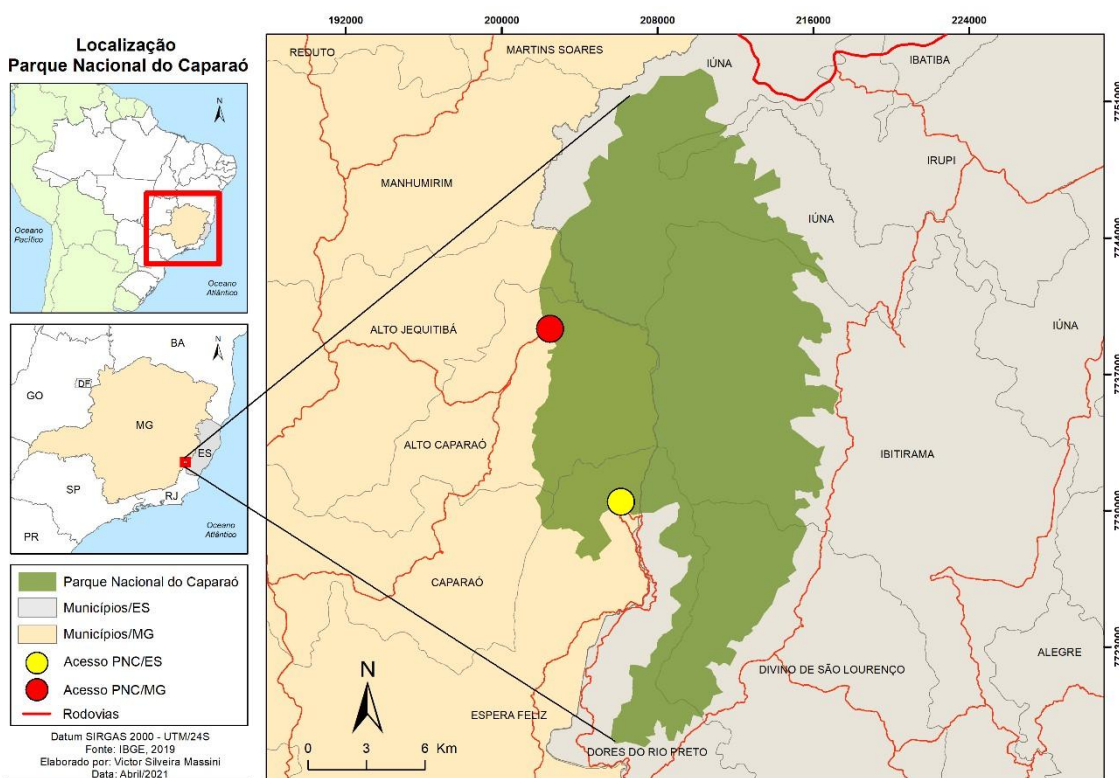
2. EVENTO

ULTRA-TRAIL CAPARAÓ 2026, edição especial Cross-Country, tem como principal objetivo desenvolver e aperfeiçoar tecnicamente o Atletismo nas provas de Cross Country no Brasil. Somados à experiências no universo da corrida cross-country, corrida em trilha e montanha, a competição tem como objetivo secundário servir como teste para um novo modelo televisivo que combina emoção ao vivo, identidade cultural e engajamento comercial.

A prova acontece em um único dia, 27 de setembro, em comemoração ao fim da temporada de montanha no Caparaó.

Para todos os fins a ULTRA-TRAIL CAPARAÓ 2026, edição especial Cross-Country, é denominada simplesmente como CAPARAÓ no presente regulamento.

3. INFORMAÇÕES GERAIS



País: Brasil

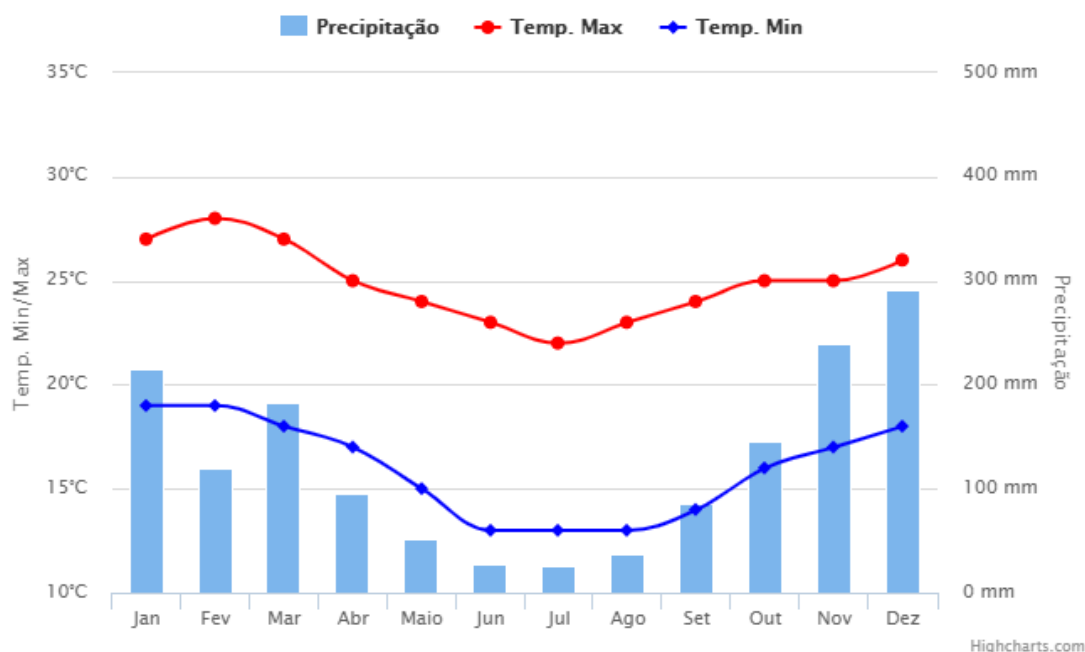
Microrregião: Caparaó (Estados de Minas Gerais e Espírito Santo)

Cidades Anfitriã: Caparaó - MG

Arena do evento: Portal da Lua, Caparaó - MG

Horário local: GMT -3:00

Comércio local: 08 às 17 horas



Climatologia

*baseado nas edições 2022, 2023 e 2024

Temperatura máxima (cidade): 28°C

Temperatura mínima (cidade): 6°C

Temperatura média (cidade): 24°C

Precipitação média por dia: 0 mm

Temperatura máxima (Pico da Bandeira, 2892 m): 12°C

Temperatura mínima (Pico da Bandeira, 2892 m): -7°C

Chance de geada e presença de gelo: Alta

Telefones de Emergência

Polícia Militar: 190

Corpo de Bombeiros de Minas Gerais: 193

Núcleo de Saúde e Segurança UTC 2024: Em breve.

Telefonia e Conectividade

Caparaó: Vivo (4G) Tim (4G), Claro (4G)

Parque Nacional do Caparaó: Sem rede. Na parte alta, porém, é possível encontrar alguns pontos com sinais Vivo e conectividade 4G, em ambos os lados, mineiro e capixaba. Estes pontos são sinalizados por placas ao longo da trilha.

3. TRANSPORTE

Aeroportos Regionais

Aeroporto Regional de Santo Amaro (Manhuaçu): 65 km ou 1 hora de traslado até a arena do evento. Saída e chegada do Aeroporto de Confins.

Aeroporto Regional do Vale do Aço (Ipatinga): A 207 km ou 3 horas e 30 minutos de traslado até a arena do evento. Saída e chegada do Aeroporto de Congonhas e Confins.

Aeroportos Internacionais

Aeroporto Internacional de Vitória: 264 km ou 4 horas e 30 minutos de traslado até a arena do evento.

Aeroporto Internacional de Belo Horizonte (Confins): 347 km ou 6 horas de traslado até a arena do evento.

Aeroporto Internacional Antônio Carlos Jobim (Galeão): 424 km ou 6 horas de traslado até a arena do evento.

Traslado Oficial

Em breve mais informações e início das reservas.

4. DIREÇÃO E ARBITRAGEM

A CAPARAÓ é dirigida pela Sana Sports com apoio da federação sede com seu quadro de arbitragem, e realizada em conformidade com as Regras de Competição e Regras Técnicas da World Athletics (WA) e Normas da CBAt.

A arbitragem da CAPARAÓ será realizada por árbitros pertencentes ao Quadro da Federação sede da competição e com registro válido na CBAt.

Árbitros de outros estados poderão atuar na CAPARAÓ a critério exclusivo da federação sede.

5. PROVAS, CATEGORIAS E FAIXAS ETÁRIAS

São realizadas na CAPARAÓ as seguintes provas, por categorias para os atletas em ambos os naipes (masculino e feminino), tendo como ano base 2026:

- 10km Adulto;
- 5km Adulto;
- 5km Sub-20;
- 2,5km Sub-16;

As distâncias constantes deste artigo podem sofrer ajustes em função do circuito em que as provas forem realizadas.

As faixas etárias para as categorias constantes no artigo 8 são referentes ao ano de 2026, conforme abaixo:

- Adultos: atletas com idade a partir de 18 anos (nascidos a partir de 2008);
- Sub-20: atletas com 16 a 19 anos de idade (nascidos de 2010 a 2007);
- Sub-16: atletas com idade de 14 e 15 anos (nascidos em 2012 e 2011);

A idade a ser considerada é a que o atleta terá em 31 de dezembro de 2026.

6. ACEITE DAS REGRAS E ÉTICA DA CORRIDA

A participação na CAPARAÓ implica na aceitação integral e sem reservas do regulamento do evento a seguir discriminado, bem como qualquer instrução endereçada por essa organização aos corredores.

7. INSCRIÇÃO

As inscrições para o evento terão vagas limitadas e serão abertas no dia 14 de setembro de 2026, se encerrando em 20 de setembro de 2026, e poderão ser realizadas pela plataforma Ticket Sports, por meio da venda no lote promocional, tendo seu **valor de último lote** conforme abaixo:

- Adulto 10km: R\$ 150,00
- Adulto 5km: R\$120,00
- Sub-20 5km e Sub-16 2,5km: R\$ 70,00.

A mudança de lote e dos valores poderá ocorrer sem aviso prévio e dependerá do número de vagas disponibilizadas em cada lote.

Poderão se inscrever corredores maiores de 12 anos completos no ano do evento, independente do sexo, e em consonância com os critérios de elegibilidade determinados no tópico “Provas, Categorias e Faixas etárias”.

O corredor se responsabiliza pela veracidade das informações fornecidas no momento da inscrição. Caso haja fraude comprovada, o corredor será desclassificado da corrida e responderá legalmente por eventuais danos e prejuízos causados à organização, patrocinadores e parceiros.

A inscrição é pessoal e intransferível.

A quantia paga pela inscrição não será devolvida, caso o corredor comunique a desistência fora do prazo de 7d (sete dias) previsto no artigo 49 do Código de Defesa do Consumidor.

No caso de suspensão do evento em razão de força maior ou cenário assistencial e epidemiológico desfavorável, a organização reserva-se no direito de dar um crédito de inscrição para um evento futuro. Nessa hipótese, todos os eventuais custos e gastos despendidos pelo corredor não incluídos na inscrição serão de sua única e exclusiva responsabilidade, isentando a organização por quaisquer ressarcimentos.

08. SAPATOS

Os tênis e sapatilhas dos atletas poderão ser verificados na Câmara de Chamada e os que estiverem fora das especificações da World Athletics, não serão autorizados a competir com os mesmos.

A responsabilidade em competir com os calçados aprovados pela WA e que atendam às regras específicas da modalidade são exclusivamente do atleta, podendo o mesmo ser desqualificado após o término da prova por ação da arbitragem ou denúncia externa comprovada, caso as regras citadas não sejam cumpridas. A tabela de calçados permitidos pela WA poderá ser acessada através do link: <https://certcheck.worldathletics.org/>.

09. NÚMERO

Todos os atletas receberão 02 (dois) números que devem ser usados no peito e nas costas, onde 01 (um) número pode ser usado apenas no peito ou nas costas, os quais não poderão ser dobrados ou cortados.

10. PREMIAÇÃO DOS ATLETAS

Os atletas classificados em 1º, 2º e 3º lugares de cada prova, receberão, como premiação, medalhas de ouro, prata e bronze, respectivamente.

Todos os atletas das provas abertas receberão medalha de participação.

11. HIDRATAÇÃO

A organização disponibilizará hidratação aos atletas somente quando os mesmos adentrarem a câmara de chamada, zona mista e setores de provas do percurso. Fora estes locais a hidratação será de responsabilidade das equipes.

12. CONTROLE DE DOPAGEM

Poderá ser conduzido controle de dopagem na competição pela Autoridade Brasileira de Controle de Dopagem – ABCD, em conformidade com o Código Mundial Antidopagem das Regras da WA.

13. EXPRESSÃO POLÍTICA, RELIGIOSA, ÉTNICA E CULTURAL

Qualquer exibição ostensiva de mensagens ou imagens políticas durante o evento é proibida.

Discursos de ódio contra qualquer religião, raça, gênero, cor, orientação sexual, ou quaisquer outros que não respeitem a diversidade, são terminantemente proibidos e sujeitos ao banimento perpétuo da participação de eventos da organização.

14. RESPEITO AO MEIO AMBIENTE

De acordo com o manifesto da SANA SPORTS®, todos os corredores, colaboradores, voluntários e demais envolvidos no evento deverão respeitar o meio ambiente.

No momento de registro no evento, o corredor se compromete e aceita respeitar o meio ambiente e as áreas naturais que percorrer, conforme abaixo, mas não se limitando a:

- Descarte de lixo fora dos recipientes adequados é estritamente proibido (saches de gel, papel, detritos orgânicos, embalagens plásticas, bem como quaisquer outros). Lixeiras estão disponíveis em cada ponto de apoio de base e ponto de apoio médico. Os fiscais de prova farão a verificação durante toda a prova;
- Todos os corredores devem manter o lixo e embalagens consigo até que possam jogá-los nas lixeiras de um ponto de apoio de base ou ponto de apoio médico. Os corredores devem levar uma sacola ou bolsa para carregar seus resíduos até a próxima lixeira;
- Os corredores devem seguir obrigatoriamente os caminhos como eles estão marcados pela organização, sem utilizar atalhos. A utilização de atalhos ou caminhos não estabelecidos na rota oficial não garantem a segurança do corredor, bem como danificam o solo, a flora e fauna local;
- Não serão distribuídos itens e utensílios de difícil decomposição e que não sejam reutilizáveis ou recicláveis em nenhum ponto de apoio. Esta determinação tem como objetivo reduzir o desperdício e alertar o corredor, público geral, voluntários e a comunidade a repensar seus hábitos de consumo. Recomendamos que os corredores tragam os seus próprios utensílios se desejar comer refeições quentes nos pontos de apoio médico.

15. DIREITO DE IMAGEM E DIREITOS AUTORAIS

O corredor que se inscreve está incondicionalmente aceitando e concordando em ter sua imagem e voz divulgada através de fotos, filmes, rádio, jornais, revistas, internet, vídeos e televisão, ou qualquer outro meio de comunicação, para usos informativos, promocionais ou publicitários relativos ao evento, sem

acarretar nenhum ônus à organização e aos patrocinadores e parceiros, renunciando o recebimento de qualquer renda que vier a ser auferida com tais direitos em qualquer tempo/data.

Todos os corredores cedem, no ato de sua inscrição, todos os direitos de utilização de sua imagem e voz para a organização, patrocinadores e parceiros.

Somente a organização pode transferir tais direitos para qualquer tipo de mídia através da licença competente.

Toda comunicação sobre o evento ou uso de imagens do evento deve respeitar o nome do evento, as marcas registradas e ter a aprovação oficial da organização.

A filmagem, transmissão pela televisão, fotografias ou vídeos relativos ao evento têm os direitos reservados à organização. Qualquer forma de divulgação de imagens do evento ou interesse em destinar um profissional para sua cobertura estará sujeita à autorização e aprovação pela organização.

16. PATROCÍNIOS INDIVIDUAIS

Os corredores patrocinados só podem exibir os logotipos de seus patrocinadores em suas roupas e equipamentos durante a corrida. Todos os outros itens de patrocínio, como bandeiras e banners, são proibidos ao longo do percurso da corrida, inclusive na linha de chegada e pódio. Quebrar esta regra pode dar origem a uma penalidade decidida pelo Diretor de Prova.

17. CONDIÇÕES ESPECIAIS

Se necessário, a organização se reserva no direito de alterar a qualquer momento os percursos, horários de largada, tempo limite e de corte, localização dos pontos de apoio de base, pontos de apoio médicos, pontos de controle, local e horário de entrega do numeral de peito, ou qualquer outro aspecto relacionado ao bom andamento do evento.

Em caso de força maior, mau tempo, ou qualquer outra circunstância que ponha em risco a segurança dos corredores, staff, membros da organização ou das comunidades locais, a organização se reserva no direito de:

- Modificar o traçado, mesmo encurtando sua distância;
- Modificar o horário de largada, mesmo que em horas;
- Modificar tempo limite e de corte;
- Cancelar as corridas, mesmo que parcialmente;
- Suspender as corridas;
- Parar uma corrida em curso;
- Estabelecer medidas sanitárias excepcionais, como partidas em ondas.

18. COMPROMISSO DOS CORREDORES

Para participar na Ultra Trail Caparaó, é essencial que o corredor:

1. Preencha de forma correta todas as informações solicitadas no momento da inscrição, pois as comunicações entre a organização e o corredor ocorrerão baseadas nesses dados;
2. Aceite receber boletins provendo informações sobre o evento;
3. Informe à sua equipe que eles devem respeitar a natureza, as pessoas, as comunidades e o regulamento da prova;
4. Esteja completamente ciente da distância e especificidades do evento;
5. Esteja perfeitamente preparado para a distância e especificidades da corrida escolhida;
6. Esteja ciente que todo o staff da organização, incluindo equipe médica, será apenas para Pronto-Socorrismo, com o objetivo de atender as primeiras necessidades e encaminhar ao hospital quando necessário;
7. Esteja em boa forma física e mental e com condições para participar da corrida escolhida;
8. Esteja totalmente ciente que para as atividades na montanha, a segurança depende da habilidade do corredor de se adaptar aos problemas que surgem;
9. Declare ser maior de idade (18 anos), e, portanto, responsável pelos seus atos, declarando, ainda, participar da corrida de livre e espontânea vontade, isentando a organização, patrocinadores, parceiros e profissionais do staff (médicos, fisioterapeutas, profissionais de educação física, dentre outros), de quaisquer responsabilidades, reconhecendo e assumindo livremente todos os riscos, conhecidos ou não, pela sua participação;
10. Esteja ciente que as corridas serão realizadas em ambiente não controlado (estradas, trilhas, dentre outros), existindo risco de acidente durante sua realização, e declara assumi-los por livre e espontânea vontade, assim como suas eventuais consequências, que incluem a possibilidade de traumas, invalidez e até morte;
11. Esteja totalmente ciente que a função da organização do evento não é ajudar os corredores a gerenciarem os problemas citados no item abaixo;
12. Tenha a real capacidade de autonomia pessoal na montanha permitindo que este gerencie qualquer tipo de problema que possa ocorrer durante este tipo de evento, tais como, mas não se limitando a:
 - Conhecimento em enfrentar condições climáticas que podem ser bastante difíceis de lidar em ambiente de montanha (vento, frio, neblina, cerração, chuva, animais selvagens e peçonhentos);
 - Conhecimento para gerenciar, inclusive quando sozinho, problemas físicos e mentais decorrentes de grande fadiga, tais como problemas digestivos, musculares ou dores articulares e pequenas feridas;

19. PROGRAMA HORÁRIO

8:00 - 5km - Adulto
8:00 - 5km - Sub-20
9:00 - 10km - Adulto
10:45 - Cerimônia de Abertura
11:00 - 2,5 km - Sub-20
11:30 - Premiação

20. RETIRADA DO NÚMERO

O número de peito será entregue para cada corredor mediante a apresentação de documento de identificação com foto, conforme especificações abaixo:

- 26/09/2026: 10hs às 17hs, na Estação Cultural de Caparaó/MG;
- 27/05/2026: 06hs às 07hs, na Arena UTC (Mirante Portal da Lua).

Para retirada do número por terceiros, será necessário apresentar Autorização de Retirada de Kit por Terceiro, (disponível no website www.caparaotrail.com), além de documento de identificação com foto do corredor inscrito e o documento de identificação original do retirante.

O corredor deverá pendurar o numeral de peito na área do peito ou do estômago, devendo permanecer integralmente visível durante toda a corrida, por cima de qualquer peça de roupa. É proibido pendurar o numeral de peito nas pernas ou na mochila.

O nome do corredor e os logos de patrocinadores não poderão ser alterados ou escondidos.

O numeral de peito é o passe de acesso a câmara de chamada, a hidratação, ponto de apoio médico, traslado em caso de desistência, enfermaria, e só será retirado se o corredor se recusar a cumprir com as decisões da direção da prova. Se o corredor abandonar a corrida, o numeral de peito será cortado e desativado.

21. MARCAÇÕES

O percurso será claramente demarcado com fita em ambos os lados e placas indicativas. Por respeitarmos o meio ambiente, não será usado materiais permanentes no percurso.

22. TEMPO LIMITE E DE CORTE

O tempo limite para terminar cada corrida é:

- 10km: 1h 50 min (uma hora e cinquenta minutos)
- 5km: 55 min (cinquenta e cinco minutos)

- 5km Sub-20: 55 min (cinquenta e cinco minutos)
- 2,5km Sub-16: 20 min (vinte minutos)

Os tempos de corte serão referenciados juntamente com os mapas oficiais dispondo sobre informações detalhadas de cada prova.

Os tempos de corte são calculados para permitir que os corredores cheguem ao final dentro do tempo limite.

23. PENALIDADES E DESQUALIFICAÇÃO

Se um corredor infringir as regras, o Diretor de prova e os chefes dos pontos de apoio de base ou médico podem aplicar instantaneamente as penalidades de acordo com a tabela a seguir, ressalvado o seguinte:

- As penalidades de tempo são aplicadas imediatamente *in loco*, ou seja, o corredor tem que interromper sua corrida durante o tempo de penalidade;
- Se a violação da regra for sabida após a corrida, a organização pode adicionar o tempo de penalidade ao tempo final da corrida do corredor;
- Qualquer outra violação das regras estará sujeita a uma penalidade decidida pelo Diretor de Prova.

VIOLAÇÃO	SANÇÕES
Pegar atalho cortando caminho	Desqualificação imediata
Descarte voluntário de lixo pelo corredor ou alguém de sua equipe	30m (trinta minutos) de penalidade
Ato de falta de respeito com outrem (membros da organização, corredores, membros da comunidade local). Nota: Apoiadores e torcedores de corredores que forem rudes ou se negarem a respeitar as instruções da organização serão penalizados	Desqualificação
Não ajudar um outro corredor em dificuldade, que precise de cuidados emergenciais	Desqualificação
Receber suporte da equipe ou apoiador em áreas não autorizadas	10m (dez minutos) de penalidade
Ser acompanhado ao longo do percurso por outra pessoa que não esteja inscrita nas corridas, fora das zonas de tolerância claramente definidas nas áreas autorizadas	10m (dez minutos) de penalidade
Trapacear (exemplo: utilizar qualquer meio de transporte, compartilhar numeral de peito, e demais condutas antidesportiva)	Desqualificação imediata perpétua
Falta de visibilidade do numeral de peito	Desqualificação

Pendurar de forma não conforme o numeral de peito	Desqualificação
Comportamento perigoso com o uso inadequado dos bastões (exemplo: bastões apontados para outros corredores ou expectadores)	10m (dez minutos) de penalidade
Ausência do chip do numeral de peito	A critério do Diretor da prova
Não cruzar um ponto de controle	A critério do Diretor da prova
Recusa em cumprir uma ordem do Diretor de prova, chefes dos pontos de apoio de base e médico, equipe médica, de primeiros socorros e de salvamento	Desqualificação
Recusa de realizar teste antidoping	Sanção igual àquela aplicada caso o corredor tenha se dopado
Utilização de bastões não transportados desde o início da corrida	10m (dez minutos) de penalidade

24. RECLAMAÇÕES

Qualquer reclamação que envolva alteração de classificação deve ser enviada por e-mail ao endereço info@sanasports.com.br, em até 24h (vinte e quatro horas) após o término do evento.

Outras reclamações devem ser feitas por e-mail, enviadas ao endereço info@sanasports.com.br, no prazo máximo de 10d (dez dias) após a prova.

Qualquer reclamação ou discordância relacionada à inscrição ou em relação à gestão esportiva da corrida e suas regras não são válidas para serem consideradas como uma queixa.