

MANUAL DO ATLETA

ALPHA RUNNER • ETAPA BARUERI-SP

13 de setembro de 2026 • Alphaville • 5 km

"We don't create races. We create experiences."

Este manual reúne tudo o que você precisa saber para viver a Alpha Runner sem preocupação — da retirada do kit ao último café do Alpha Village. Guarde no celular: na semana da prova, ele responde quase tudo.

1 • O SEU DIA 13

Na véspera

- Separe a camiseta, o número de peito e o tênis. Prenda o número na frente da camiseta — ele precisa ficar visível o tempo todo.
- Confira o trajeto até a largada e onde vai deixar o carro (item 2).
- Durma cedo: a largada é às 6h30 e o acesso fecha às 6h20.

No domingo

- Abertura da área de largada: horário a divulgar nos canais oficiais.
- 6h20 — fechamento do acesso à área de largada.
- 6h30 — largada, na Alameda Xingu.
- Até 7h45 — tempo limite para concluir os 5 km.
- Premiação: horário a divulgar nos canais oficiais.
- 10h — encerramento da arena.

A prova são 5 km. A experiência vai até as 10h. Não corra e vá embora — a melhor parte acontece depois da linha de chegada.

2 • COMO CHEGAR E ONDE DEIXAR O CARRO

Atenção a este ponto, porque ele é diferente da maioria das corridas: a largada e a chegada acontecem em lugares diferentes.

- LARGADA: Alameda Xingu, nas proximidades do Shopping Iguatemi Alphaville.
- CHEGADA E ARENA: estacionamento da Academia Gaviões Alphaville.

Onde estacionar

Você pode estacionar na Alameda Tocantins ou nos estacionamentos particulares da região, sempre respeitando a sinalização de trânsito e as regras de cada estabelecimento. Não temos estacionamento próprio.

Dica: pense onde você quer estar às 8h da manhã, não às 6h. Deixar o carro mais perto da chegada costuma ser mais confortável — depois da prova você vai querer ficar na arena, não caminhar de volta.

Chegue com folga. A área de largada fecha às 6h20 e quem chega depois larga no fim do pelotão.

3 • RETIRADA DO KIT

Quando e onde

- De 8 a 12 de setembro de 2026.

- Terça a sexta (8 a 11/09): das 9h às 20h. Sábado (12/09): das 9h às 16h.
- Loja Alphaville Suplementos, dentro do Posto Júlio Brito, ao lado do Shopping Iguatemi — Al. Rio Negro, 229, Alphaville Industrial, Barueri/SP.

O que levar

- QR Code da sua inscrição (menu do participante, na Ticket Sports).
- Documento oficial com foto.
- 1 kg de alimento não perecível, dentro da validade — é o nosso pedido para quem corre com a gente, e vai todo para doação.

O que vem no kit

Camiseta personalizada da etapa, gym bag, número de peito com chip de cronometragem e gifts dos nossos parceiros. A medalha de finisher é entregue na chegada, no dia da prova.

O chip é descartável: você não precisa devolver nada depois.

Não vou poder ir buscar

Outra pessoa pode retirar por você. Ela precisa levar a Declaração de Autorização preenchida e assinada por você (disponível nos canais oficiais), o seu QR Code, uma foto ou cópia do seu documento, e o documento original dela. Não precisa reconhecer firma.

Atletas de 14 a 17 anos

A retirada é feita pelo próprio atleta acompanhado do responsável legal. O termo de autorização fica impresso no local e é assinado ali mesmo, mediante apresentação dos documentos com foto dos dois. Não precisa baixar nem imprimir nada antes.

Não há entrega de kit no dia da prova. Kit não retirado até 12/09 não gera direito a entrega posterior.

4 • O QUE LEVAR (E O QUE DEIXAR EM CASA)

Não teremos guarda-volumes nem armários no evento.

Então a regra é simples: leve o essencial e nada que você não queira carregar. Se precisar levar chave, celular ou cartão, prefira um cinto de corrida ou bolso com zíper.

Leve

- Número de peito já preso na camiseta.
- Garrafinha, se você gosta de correr com a sua.
- Protetor solar e boné — a manhã costuma abrir sol.
- Dinheiro ou cartão, se quiser aproveitar as marcas do Alpha Village.

Deixe em casa

- Objetos de valor, joias e tudo o que não couber no bolso.
- Mochilas grandes: não há onde guardar.

Teremos banheiros químicos na área do evento.

5 • NA LARGADA E NO PERCURSO

- São 5 km em percurso único e sinalizado. Detalhes do trajeto serão divulgados nos canais oficiais.
- Pode caminhar. Só é preciso concluir dentro de 1h15.
- Fone de ouvido é permitido — mantenha o volume baixo para ouvir a equipe e perceber o que acontece na via.

- Relógio esportivo, GPS e monitor cardíaco: liberados.
- Carrinho de bebê, bicicleta, patinete e skate: não é permitido no percurso.
- Pets não podem participar.
- Quem corre ao seu lado precisa estar inscrito e com o próprio número — vale para treinador, assessoria e família.
- Idade mínima: 14 anos completos até 31/12/2026.

Hidratação e atendimento

Haverá hidratação com água na chegada, e postos ao longo do percurso conforme informado nos canais oficiais. Teremos ambulância e equipe de primeiros socorros no local. Se não estiver bem, procure a equipe — não force.

6 • DEPOIS DA LINHA DE CHEGADA

Aqui começa a parte que dá nome à Alpha Runner. Você cruza a chegada, recebe sua medalha e entra na arena, montada no estacionamento da Academia Gaviões.

Recovery Experience

O espaço do corpo: banheira de gelo, massagem, alongamento assistido, hidratação e serviços de beleza. É onde a corrida vira recuperação — e onde a maioria das pessoas percebe que ainda não quer ir embora.

Alpha Village

O espaço da convivência: marcas parceiras, degustações, gastronomia, café e DJ ao vivo. Circule, experimente, converse. As atividades são opcionais e o acesso é gratuito; produtos e serviços dos expositores são vendidos por eles.

Suas fotos

Teremos fotógrafos oficiais no percurso e na chegada, além de captação com drone. As imagens individuais ficam disponíveis para você adquirir diretamente com o nosso parceiro de fotografia.

O aplicativo

A Alpha Runner tem um aplicativo parceiro com conteúdo de treino, informações da prova e o registro da sua participação. Todo inscrito ganha um período de acesso gratuito — as condições serão informadas nos canais oficiais.

A arena funciona da chegada até as 10h. Fique.

7 • ALPHA TABLES

Ninguém chega ao seu lugar por acaso.

Da inscrição até o dia 13, a gente vai te conhecer um pouco. Não é pesquisa: são perguntas rápidas sobre o que te move, o que você procura e como você gosta de passar uma manhã de domingo. E um concierge acompanha você nesse caminho até a linha de largada.

No dia, no meio da manhã, algumas pessoas vão receber uma mensagem. Um horário e um lugar. Sem explicação.

Quem for, entende.

A gente não cria corridas. Cria encontros que não aconteceriam sozinhos.

8 • RESULTADOS E PREMIAÇÃO

- Classificação na categoria Geral, masculina e feminina.
- Troféus para os 3 primeiros de cada gênero. Não há premiação em dinheiro.

- Todos que concluírem dentro de 1h15 recebem medalha de finisher.
- Resultados oficiais em até 72h nos canais oficiais e na Ticket Sports.
- Erro no seu tempo ou nome? Fale com a gente em até 48h após a publicação do resultado.

FALE COM A GENTE

- WhatsApp: (11) 92614-1204
- E-mail: eventos.alphasup@gmail.com
- Instagram: @alpharunner.br
- Inscrições e resultados: plataforma Ticket Sports

Atendimento: segunda a sexta, das 8h às 20h; sábados e domingos, das 9h às 15h.

Este manual é um resumo prático e não substitui o Regulamento Oficial da Alpha Runner — Etapa Barueri-SP 2026, disponível na página do evento na Ticket Sports. Em caso de divergência, prevalece o Regulamento.

ALPHA RUNNER - NO NORMAL RACE