



ULTRA
BM *amino*
VITAL

GUIA DO
ATLETA
O F I C I A L



VEGA
sports

1. SOBRE A PROVA:

A PROVA SERÁ REALIZADA NO SÁBADO
19 DE OUTUBRO DE 2024.

LARGADA:

PRAIA DA ENSEADA EM BERTIOGA/SP NA FAIXA
DE AREIA EM FRENTE AO SESC BERTIOGA

REFERÊNCIA: RUA HUMBERTO DA SILVA PIQUES.

CHEGADA:

A CHEGADA DE TODAS AS CATEGORIAS
ACONTECERÁ NA PRAIA DE BORA BORA
EM SÃO SEBASTIÃO/ SP

REFERÊNCIA: RUA ALUÍSIO DE AZEVEDO.

2. HORÁRIO DAS LARGADAS:

05h00 **75K** 

05h30 **42K**  MARA
TONA

06h00 **75K**  TRIO

06h30 **75K**  SEXTETO

06h45 **75K**  OCTETO

3. RETIRADA DE KIT:

DIA 17/10

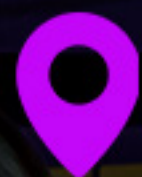


KEEP RUNNING - R. SENA
MADUREIRA, 92 VILA MARIANA,
SÃO PAULO - SP - 04021-050



HORÁRIO: 10H AS 19H

DIA 18/10



LARGADA DA PROVA - ARENA BERTIOGA
AVENIDA TOMÉ DE SOUZA
EM FRENTE AO SESC



HORÁRIO: 10H AS 20H



**INFORMAMOS QUE, PARA A
RETIRADA DOS KITS, NÃO HAVERÁ
ESTACIONAMENTOS NOS LOCAIS.
PARA FACILITAR O ACESSO E EVITAR
TRANSTORNOS, RECOMENDAMOS
QUE VENHAM UTILIZANDO SERVIÇOS
DE CARRO DE APLICATIVO.**

4. DOCUMENTAÇÃO PARA RETIRADA:

PARA RETIRAR SEU KIT:

Seu documento com foto + Protocolo de inscrição em QR Code
(DOCUMENTO FÍSICO, DIGITAL OU COM FOTO NO CELULAR)

PARA A RETIRADA DE KIT DE OUTRA PESSOA:



Documento com
foto do titular



Protocolo de
inscrição em QR Code

(DOCUMENTO FÍSICO, DIGITAL OU COM FOTO NO CELULAR)



Entrega de cópia de atestado médico de aptidão física assinado e com CRM (com validade dentro de 6 meses)
OBRIGATÓRIO para SOLO e MARATONA HARD. 42K.

5. ULTRA BM ECOLÓGICA

▲ ULTRA É ECO



EM CADA PC TEREMOS UMA **GRANDE QUANTIDADE DE FONTES DE HIDRATAÇÃO**, PENSADAS PARA ATENDER TODOS OS ATLETAS DE FORMA COORDENADA.

ESSA AÇÃO FOI PENSADA PARA **DIMINUIR O NÚMERO DE RESÍDUOS** DEIXADOS NO PERCURSO PÓS PROVA.

AJUDE NA CAUSA E **SEJA SUSTENTÁVEL** COM A ULTRA BM 2024.



6. ALERTAS PARA HIDRATAÇÃO:



LEVE SEU PRÓPRIO MEIO DE HIDRATAÇÃO

LEMBRAMOS QUE CADA ATLETA DEVE TRAZER SEU PRÓPRIO MEIO DE HIDRATAÇÃO. ISSO NÃO APENAS GARANTE QUE VOCÊ TENHA ÁGUA OU BEBIDA ISOTÔNICA DISPONÍVEL A QUALQUER MOMENTO, MAS TAMBÉM AJUDA A EVITAR IMPREVISTOS DURANTE A PROVA. PRESERVAÇÃO DO MEIO AMBIENTE.



ESTUDE OS PONTOS DE HIDRATAÇÃO

OS PONTOS DE CONTROLE (PCS) SÃO ONDE A HIDRATAÇÃO SERÁ FORNECIDA. É IMPORTANTE QUE VOCÊ ESTUDE BEM O PERCURSO E OS LOCAIS DOS PCS, POIS ENTRE CADA UM DELES EXISTEM DISTÂNCIAS VARIÁVEIS. AS QUILOMETRAGENS PODEM SER SIGNIFICATIVAS, E DEPENDENDO DO SEU RITMO E CONDIÇÕES, PODE SER QUE VOCÊ PRECISE DE HIDRATAÇÃO



AUTOSSUFICIÊNCIA ENTRE OS PCS

ENTRE UM PC E OUTRO, É SUA RESPONSABILIDADE GARANTIR QUE VOCÊ ESTEJA HIDRATADO. PLANEJE SUA ESTRATÉGIA DE HIDRATAÇÃO LEVANDO EM CONSIDERAÇÃO AS DISTÂNCIAS ENTRE OS PONTOS E O CLIMA NO DIA DA PROVA. CERTIFIQUE-SE DE LEVAR ÁGUA SUFICIENTE PARA SE MANTER EM BOAS CONDIÇÕES FÍSICAS.

6. HIDRATAÇÃO:

PC1 - 7,5K

PC2 - 20K

PC3 - 26,6K

PC4 - 33K

PC5 - 46,5K

PC6 - 59K

PC7 - 66,8K

CHEGADA

amino
VITAL

HIDRATAÇÃO
ESPECIAL

HIDRATAÇÃO
ESPECIAL

HIDRATAÇÃO
ESPECIAL

NÃO HAVERÁ
OUTROS PONTOS
DE HIDRATAÇÃO
PELO PERCURSO!

LEMBRAMOS QUE CADA UM DEVE
**TRAZER SEU PRÓPRIO COPO OU MEIO
DE HIDRATAÇÃO** PARA A ULTRA BM.

OS PONTOS DE CONTROLE SÃO EXCLUSIVOS PARA
O REABASTECIMENTO, **NÃO ESQUEÇA O SEU ITEM.**

ALÉM DE AJUDAR NA SUA HIDRATAÇÃO, ISSO
CONTRIBUI PARA A PRESERVAÇÃO DO MEIO AMBIENTE.

7. TEMPO DE PROVA:

A PROVA TERÁ DURAÇÃO MÁXIMA DE **12H30**, CONTADA A PARTIR DA PRIMEIRA LARGADA, AS 5H DA MANHÃ.

SENDO ASSIM O ENCERRAMENTO DAS ATIVIDADES SERÁ AS 17H30.

ABAIXO O TEMPO DE CORTE DE CADA PC:

ENCERRAMENTO

PC1: 7.5K	07H51
PC2: 20K	09H35
PC3: 26.6K	10H31
PC4: 33K	11H19
PC5: 46.5K	13H03
PC6: 59K	14H47
PC7: 66.8K	15H51

A PROVA ESTARÁ OFICIALMENTE ENCERRADA ÀS 17H30.

8. MONITORAMENTO DO ATLETA

SIGA O PASSO A PASSO:

- BAIXE O APLICATIVO**
- PROCURE O EVENTO ULTRABM**
- PROCURE O ATLETA PELO NOME
COMPLETO OU NÚMERO DE PEITO**

ACESSE O LINK E BAIXE O APP



[HTTPS://MOBILE.RUNKING.COM.BR/VEGA-SPORTS/ULTRA-BM-2024](https://mobile.runking.com.br/vega-sports/ultra-bm-2024)

9. TRECHOS:

PC1 - 7,5K

PC2 - 20K

PC3 - 26,6K

PC4 - 33K

PC5 - 46,5K

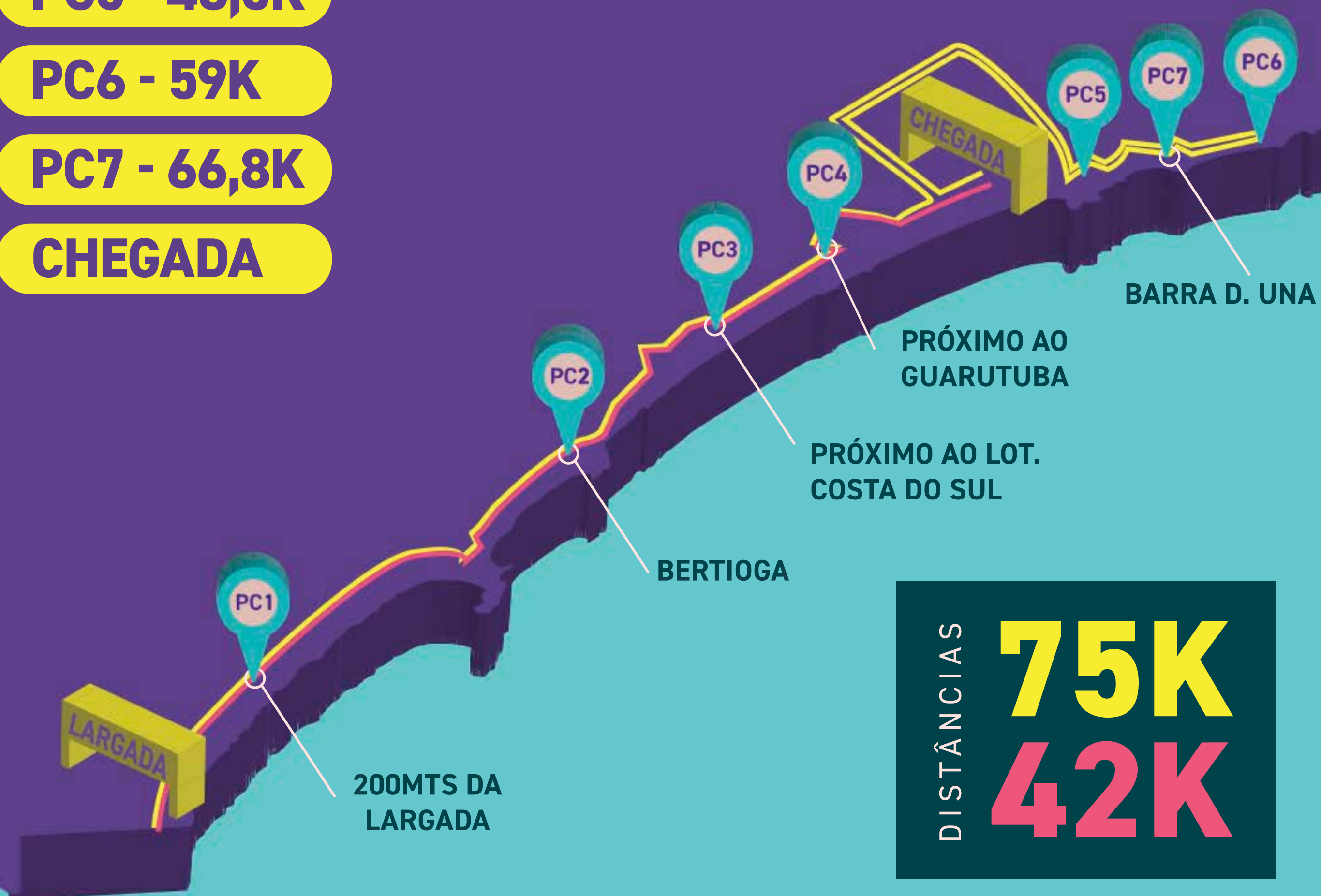
PC6 - 59K

PC7 - 66,8K

CHEGADA

CONFIRA A GEOLOCALIZAÇÃO DE CADA TRECHO NO SITE DA ULTRA BM

ULTRABM.COM.BR/GUIA-DO-ATLETA

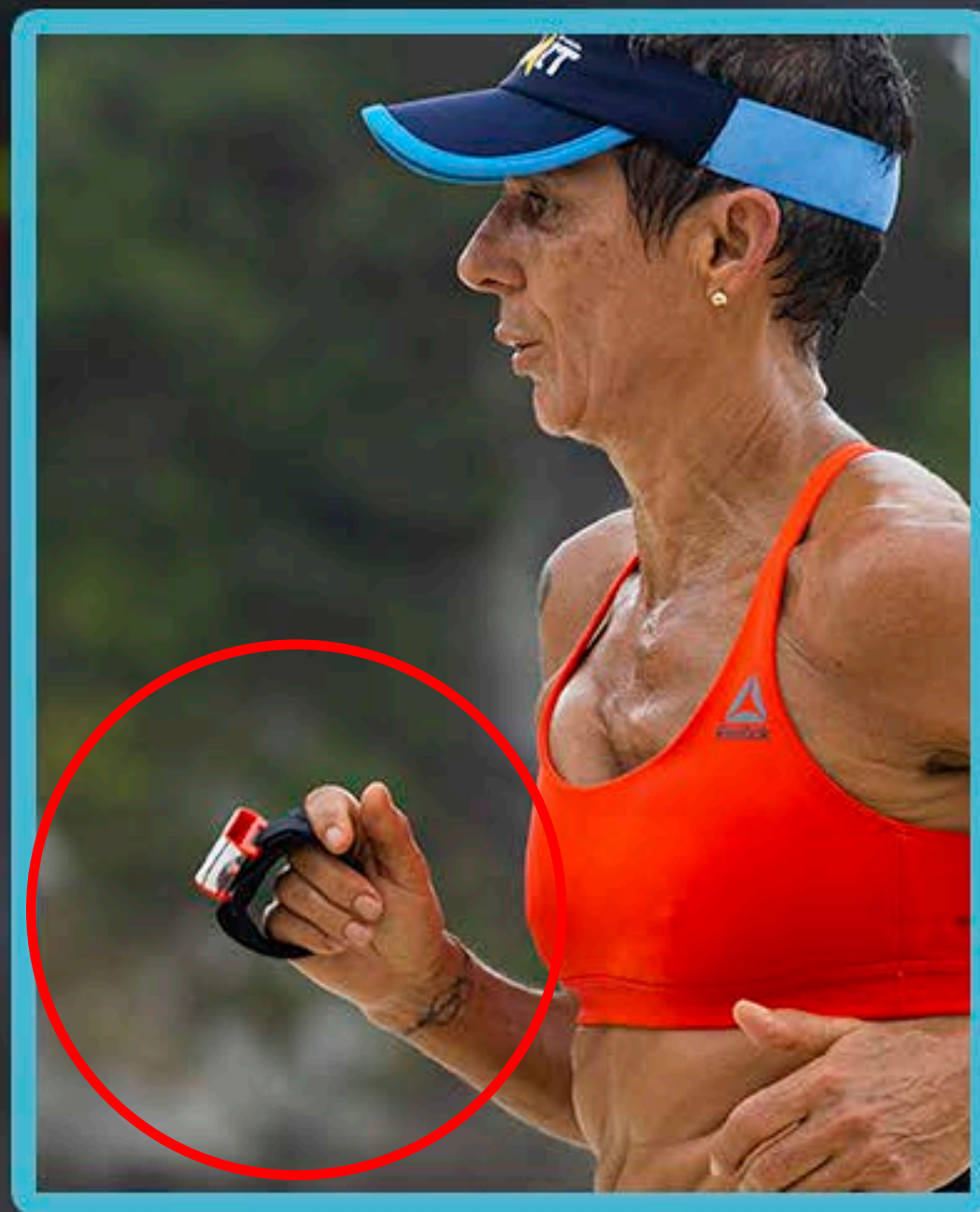


DISTÂNCIAS

75K
42K

10. CRONOMETRAGEM:

**OS ATLETAS PRECISAM
CORRER COM O CHIP
NAS COSTAS DA MÃO.**



**NAS PASSAGENS DE
TRANSIÇÃO PODEM
APROXIMAR NAS ANTENAS,
SEM A NECESSIDADE DE
BATER COM FORÇA.**



11. ENTENDA SEU NÚMERO DE PEITO:

SEU
NOME

SUA
MODALIDADE

	75K TRIO	MEDALHA 1441 3
	NOME	RECOVERY amino VITAL
1441		3

PICOTE
MEDALHA

SEU
RESULTADO

SEU NÚMERO
DE LARGADA

NÚMERO DE
REVEZAMENTO

12. FOTOP:

**ADQUIRA
ANTECIPADAMENTE
SEU PACOTE
DE FOTOS DA
@FOTOPBROFICIAL**



ACESSE: [FOTOP.COM/FOTOS/EVENTOS?EVENTO=88597](https://www.fotop.com/fotos/eventos?evento=88597)



13. PREMIAÇÃO ESPECIAL:

POR DINHEIRO

75K

R\$ 1000 PRIMEIRO LUGAR GERAL

R\$ 750 SEGUNDO LUGAR GERAL

R\$ 500 TERCEIRO LUGAR GERAL

OCULOS YOPP

75K

5 PRIMEIROS GERAIS – FEMININO E MASCULINO

42K MARA
TONA

5 PRIMEIROS GERAIS – FEMININO E MASCULINO

13 . PREMIAÇÃO:

CATEGORIA GERAL

75K

PREMIAÇÃO COM TROFÉUS AOS 5 (CINCO) PRIMEIROS COLOCADOS, CATEGORIA SOLO 75 KM MASCULINO, FEMININO E PCD.

42K MARATONA

PREMIAÇÃO COM TROFÉUS AOS 5 (CINCO) PRIMEIROS COLOCADOS, CATEGORIA SOLO 42 KM MASCULINO, FEMININO E PCD.

75K REVEZAMENTO

05 (CINCO) PRIMEIRAS EQUIPES CLASSIFICADAS DE CADA CATEGORIA (TRIO, SEXTETO E OCTETO - MASCULINO, FEMININO E MISTO).

POR FAIXA ETARIA

TROFÉU AOS 3 (TRÊS) PRIMEIROS COLOCADOS, CONFORME FAIXAS ETÁRIAS DESCRITAS:

MASCULINO

ATÉ 29 ANOS • DE 30 A 34 ANOS • DE 35 A 39 ANOS • DE 40 A 44 ANOS
DE 45 A 49 ANOS • DE 50 A 54 ANOS • DE 55 A 59 ANOS • ACIMA DE 60 ANOS

FEMININO:

ATÉ 29 ANOS • DE 30 A 39 ANOS • DE 40 A 49 ANOS
DE 50 A 49 ANOS • ACIMA DE 60 ANOS

14.LOJA:


**CONFIRA NOSSA LOJA ONLINE.
COMPRE E RETIRE NA ARENA DA PROVA.**

COMO FUNCIONA:

- ACESSE NOSSO SITE E ESCOLHA OS ITENS QUE VOCÊ PRECISA.
- SELECIONE A OPÇÃO “COMPRE E RETIRE”.
- VENHA ATÉ A LOJA E PEGUE SEU KIT!



18/10 •  10H ÀS 20H

 PRAIA DE BERTIOGA - RUA: HUMBERTO DA SILVA PIQUES.

**TAMBÉM TEREMOS NOSSA LOJA FÍSICA
NO DIA DA PROVA, NA ARENA DA CHEGADA:**



PRAIA DE BORA BORA

REFERÊNCIA: FINAL DA PRAIA DE BORA BORA,
RUA: ALUÍSIO DE AZEVEDO.

