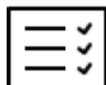


Manual do Atleta

Caro atleta, seja bem vindo à quinta edição da Maratona CMD. Estamos muito felizes com realização deste evento em Conceição do Mato Dentro, que a cada ano possui melhores condições e trilhas para o mountain bilke. Estamos certos de que esta prova ficará marcada em sua vida.

Neste dia teremos também o último dia do evento da ultramaratona de 5 dias Brasil Ride Espinhaço e a TOUR, em um percurso menor onde não há premiação. As largadas e chegadas acontecerão no mesmo local, na praça Brasil Ride, mesmo local que acontecerá as entregas de kits.



A agenda geral será a seguinte:

SEXTA-FEIRA | 16/05/2025

ENTREGA DE KIT MARATONA CMD E TOUR

HORA: 09:00 às 16:00

LOCAL: ARENA BRASIL RIDE

[Clique aqui para a localização](#)

SÁBADO | 17/05/2025

ENTREGA DE KIT MARATONA CMD E TOUR

HORA: 7:30 às 9:00

LOCAL: ARENA BRASIL RIDE

ALINHAMENTO MARATONA CMD

HORA: 10:00

LOCAL: ARENA BRASIL RIDE

LARGADA MARATONA CMD

HORA: 10:10

LOCAL: ARENA BRASIL RIDE

LARGADA CATEGORIA TOUR

HORA: 10:15

LOCAL: ARENA BRASIL RIDE

PREMIAÇÃO

HORA: 15:00 (PREVISÃO)

LOCAL: ARENA BRASIL RIDE

APP Brasil Ride

Convidamos desde já você a baixar o APP Brasil Ride, onde nele disponibilizaremos informações da prova como agenda, resultados, baterias de largada e notícias das provas.

www.brasilride.com.br/app

Arena Brasil Ride

A largadas e chegada acontece na arena [Brasil Ride, neste local](#). Nela faremos a entrega de kits dos atletas e onde se encontra a loja com produtos oficiais da Brasil Ride.

Também haverá serviços de massagens na arena, uma praça de alimentação com diversas opções de refeições. Nela teremos uma programação musical com bandas ao vivo ao longo do dia, aberto a todo o público. O guarda bike e lava-bike é de uso exclusivo dos atletas dos 5 dias de prova

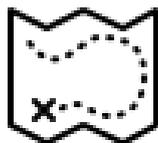


Entrega de kit do atleta - documentação:

A entrega do kit acontecerá na arena [Brasil Ride, neste local](#).

Para retirar seu kit será necessário a apresentação de um documento com foto.

Sua Jersey Brasil Ride será entregue conforme o tamanho solicitado no processo de inscrição.



INFORMAÇÕES DO PERCURSO da MARATONA

Distância: 47km

Altimetria: 1620m

Hidratação 1: 11,2km

Hidratação 2: 26km

Hidratação 3: 37km

Tempo limite de prova: 6 horas (16:010h local)



1º Corte: 11,2km : 1h30 de prova (11:40 hora local)

2º Corte: 26,5km: 3h de prova (13:10 hora local)

Atletas que forem cortados serão direcionados para um atalho para a arena da prova, sendo desclassificados



O trecho inicial de 4km será feito em trecho urbano, todo em deslocamento neutralizado, devendo os atletas se manterem em bloco atrás do carro madrinha. Após o km4 é possível acelerar, quando o carro madrinha der o sinal sonoro. Ali se inicia a subida da Serra da Ferrugem. A subida é toda feita em estrada larga, o início com calçamento e depois uma estrada de terra. O 1º ponto de hidratação está no topo da serra, de onde se tem uma vista espetacular. Após este ponto se inicia o 1º single track predominantemente em down-hill até o km 18, onde volta a rodar por estrada de terra até o 2º ponto de apoio, no km 26. Após o 2º ponto terá uma “divisão de prova”, onde você deverá seguir à DIREITA enquanto que os da 5ª etapa seguirão para a ESQUERDA, fique atento à sinalização. Atleta da Maratona que não fizer o percurso completo será automaticamente DESCLASSIFICADO. A partir deste ponto segue a segunda grande subida da prova. No km 37 terá o 3º ponto de apoio, mesmo local em que foi o 1º ponto de hidratação. Após este ponto haverá nova divisão de prova, fique atento: após passar pela 2ª vez por este ponto de hidratação, vocês deverão virar à direita, onde haverá uma placa como esta:



Então começa uma descida mais técnica, em uma escadaria, desça com cuidado. No fim da descida haverá um cruzamento de rodovia: observe os dois lados antes de efetuar a travessia, atravesse com cautela. Após a travessia irão acessar o Parque Salão de Pedras, onde termina a prova com uma descida toda por trilhas até a linha de chegada.

INFORMAÇÕES DO PERCURSO da TOUR

Distância: 21km

Altimetria: 680m

Hidratação 1: 11,2km

Tempo limite de prova: 4 horas (14:05h local)



Para a TOUR não estimulamos a competição, nesta categoria não há classificação e premiação, sendo uma categoria que estimulamos à participação no evento para desfrutarem das trilhas e da emoção que é participar de uma Brasil Ride.

A largada e trecho inicial até o km11 será igual e junto da Maratona. Neste ponto teremos um ponto de hidratação.



A frente deste ponto de hidratação é onde tem a separação das provas.

A Maratona segue em frente enquanto a Tour deverá virar para a direita onde se inicia uma descida bastante técnica, com degraus e trilhas fechadas.

Ao final da descida deverão cruzar a rodovia e então se dirigem ao Salão de Pedras para o trecho final até a arena. Para cruzar a rodovia olhe para os dois lados e só atravesse se não houver perigo.

Como é possível que atletas de elite alcance e necessitem ultrapassar vocês nas trilhas, pedimos que fiquem atento e sempre deem passagem aos atletas que venham para ultrapassá-los.

Necessidade especial

Caso possua alguma necessidade especial ao longo do percurso (problema médico, mecânico...) em que não seja possível prosseguir na prova, teremos motos batedoras e van fazendo a escolta e varredura no final. Aqueles que não tiverem condições de prosseguir na prova, utilizarão o carro "vassoura". Este veículo passará pelos principais pontos do percurso e pontos de hidratação e levará os atletas ao final da etapa para a arena.

Apoio Médico

Teremos uma equipe médica e de resgate estará com motolâncias, ambulância e veículos Mitsubishi L200 4x4 de resgate, circulando no percurso da prova, com comunicação por rádios. Haverá também um posto de atendimento médico instalado na arena de largada/chegada da prova, que terá um profissional médico durante todo o período de funcionamento da arena.

Demarcação do percurso

O percurso estará todo demarcado e será feito através de:

- Placas de sinalização
- Fitas das marcas Kona

Para a última etapa, fique atento à demarcação da divisão de prova com a "Categoria Tour".



A seta estará demonstrando o sentido a se seguir. Quando houver uma placa ou pintura no chão com um "X" significa que não se deve seguir na direção do "X".

SINALIZAÇÃO | COURSE MARKING

Significado das placas que você encontrará na trilha # Trail signs



Lixo

Cuidado com o lixo que produzir (garrafas, embalagens de gel e alimentos...). Leve eles consigo até os pontos de hidratação ou linha de chegada.

Estaremos fazendo coleta seletiva de lixo durante o evento, tanto na arena quanto no percurso. Quando for descartar seu lixo na arena, fique atento à destinação nos locais corretos, para lixos recicláveis ou para lixos orgânicos.

Preocupados em gerar o mínimo possível de resíduos, não forneceremos copos descartáveis para água no ponto de hidratação. O abastecimento de água será em sua garrafinha ou reservatório próprio de água.

Passagem por Unidades de Conservação

No percurso da Maratona CMD e TOUR, procuramos levá-los para conhecer os mais belos e icônicos lugares de Conceição do Mato Dentro.

Vocês terão a oportunidade de pedalar pelo Parque Natural Municipal Salão de Pedras e pelo Monumento Natural da Serra da Ferrugem. A fim de que possamos manter esta região intacta e gerarmos o mínimo de impacto possível, solicitamos alguns cuidados:

- Não descartar qualquer embalagem pelo percurso
- Pedalar somente pelos trechos devidamente sinalizados, nunca pedalar por fora das trilhas
- Não coletar animais ou plantas



**MARATONA e TOUR BRASIL RIDE CMD
CONCEIÇÃO DO MATO DENTRO / MG
17 DE MAIO DE 2025**

- Avisa qualquer membro da organização caso note qualquer anormalidade ou foco de incêndio.
- Destinar seu lixo adequadamente nas lixeiras identificadas pelo caminho ou na arena

Contamos com vossa colaboração para que possamos continuar a explorar e conhecer lugares de belezas naturais como estes.

Boa prova