


bocaina park

TRAIL
3ª edição


caminho bocaina

21/05

45k 25k 16k 8k
↑ 2500 + ↑ 1550 + ↑ 885 + ↑ 540 +


caminho bocaina


SUPER COPA
TRAIL


TRAIL RUNNING


ONSIGHT
ESCALADA


AMAR


Araxá
CÂMARA
MUNICIPAL DE ARAXÁ


My
safe
Sport


GRAN
SELLA


ADV
FORCE


BIOCENTER

21 DE MAIO **TRAIL** 4ª edição **BOCAINA PARK - MG**

INTRODUÇÃO

A **Bocaina Park Trail** surgiu em 2018 com percursos de 6K, 18k e 30K com o intuito de desenvolver em Araxá e região provas de Trail Running com terrenos mais técnicos e altimetrias pesadas.

Após boa aceitação, em 2019 foram criados os percursos de 25K e 45K, onde foi utilizado como base as características da modalidade **Skyrunning**. E neste mesmo ano nos filiamos a ITRA com nossos percursos valendo pontos para o Ultra Trail Du Mont Blanc.

Em 2022 no dia 21 de maio a **Bocaina Park Trail** chega a sua 3ª edição com as distâncias de 45k, 25k, 16k e 8k com percursos em ambientes selvagens e com trilhas fantásticas proporcionando aos atletas desafios, superação e visuais deslumbrantes.

Este guia tem como objetivo deixar você dentro de todos os detalhes do evento, e assim, evitarmos qualquer contratempo no dia da prova, mesmo assim, continuamos a disposição através do email bocainaparktrail@gmail.com, onde sugestões e críticas serão sempre muito bem vindas para que possamos estar em contínua melhoria em nossos serviços. Obs: Este manual não substitui a participação no congresso técnico online, onde passaremos as últimas informações sobre os percursos e os atletas poderão tirar dúvidas.



21 DE MAIO **TRAIL** BOCAINA PARK - MG
4ª edição

PROGRAMAÇÃO GERAL

Dia 14 de maio (sexta – feira)

- 20:00 às 21:00 Congresso Técnico online - Instagram da Bocaina Park Trail

Dia 20 de maio (sexta feira)

- 8:00 às 18:00 Montagem de tendas de assessorias.
- 16:00 às 19:00h Entrega de kits – Virgilius Palace Hotel

Dia 21 de maio (sábado)

- 6:00h - Recepção dos atletas.
- 6:15h – Entrada para o pórtico de largada e conferencia dos equipamentos obrigatórios
- 7:00h – Largada 45k
- 7:45h – Entrada para o pórtico de largada e conferencia dos equipamentos obrigatórios
- 8:30h – Largada 25k
- 9:15h – Entrada para o pórtico de largada e conferencia dos equipamentos obrigatórios
- 10:00h – Largada 16k
- 11:30h – Largada 8k
- 15:00h – Premiações
- 17:00h – Confraternização no Camping Bocaina (Base da Prova)



21 DE MAIO **TRAIL** BOCAINA PARK - MG
4ª edição

RETIRADA DE KIT

- A entrega do kit acontecerá na sexta feira dia 20 de maio das 16:00 às 19:00 horas no Virgilius Palace Hotel na rua: Dr. Franklin de Castro, 545 – Centro, Araxá.

- Procure retirar seu kit na véspera da prova e evite correrias no dia da largada. Para retirada do kit do atleta, é necessário:

1- Documento de identificação original com foto.

2- Termo de responsabilidade preenchido e assinado.

supercopatrail.com.br/storage/app/media/Bocaina/TERMO_RESPONSABILIDADE.pdf

3 – Atestado médico (apenas para os atletas dos 25k e 45k)

4- Um alimento não perecível (macarrão ou óleo). Não havendo levado o alimento, o atleta poderá depositar o dinheiro na urna destinada a este fim, durante a entrega de kits do atleta, o mesmo será revestido na compra de alimentos não perecíveis a serem entregues a uma entidade social em Araxá a ser definida .



21 DE MAIO **TRAIL** 4ª edição BOCAINA PARK - MG

RETIRADA DE KIT

- Para a retirada de kit por terceiros (amigo ou assessoria), será necessário apresentar além dos documentos acima com autorização que pode ser preenchida no site supercopatrail.com.br/shop/product/bocaina-park-trail-2022 assinada pelo atleta.

Atenção:

Apenas o atleta inscrito deve participar da prova, é de extrema irresponsabilidade transferir o seu chip para outra pessoa sem o aviso prévio à organização. Transferências irresponsáveis como esta podem causar sérios inconvenientes, uma vez que são os seus dados que constam nas informações referentes a seu número de peito, podendo causar desclassificação do participante



21 DE MAIO **TRAIL** BOCAINA PARK - MG
4ª edição

CONGRESSO TÉCNICO

- O Congresso Técnico acontecerá na sexta feira dia 14 de maio às 20:00h pelo instagram da Bocaina Park Trail- www.instagram.com/bocainaparktrail/

ARENA DE LARGADA

- O local da largada será no Camping Bocaina que fica no Bocaina Park, localizado aos pés da serra da Bocaina a 30km do centro de Araxá. Para chegar, pegar a estrada sentido Franca - São Paulo, entrar a esquerda (estrada de terra) sentido Argenita antes do posto policial . São 22km de estrada de terra toda sinalizada até o Bocaina Park. Programe a chegada com antecedência ao local de largada para evitar atraso. (Quando estiver em Araxá é possível acessar a localização do Bocaina Park através do aplicativo Google maps).

Obs: Só colocar no GPS quando tiver em Araxá para o GPS indicar o trajeto para estrada sentido franca e não pela BR 262.



21 DE MAIO **TRAIL** BOCAINA PARK - MG
a edição

ARENA DE LARGADA

O Bocaina Park foi criado para ser um local para a prática de esportes de montanha, lazer e desenvolvimento pessoal com atividades conscientes nos meios naturais, fortalecendo o turismo de esportes de montanha na cidade através de eventos de qualidade, canais de comunicação eficientes, promovendo saúde, sustentabilidade e bem estar. Com estrutura adequada e confortável de hospedagem em casas, suítes, quartos comunitários e camping para os visitantes.



21 DE MAIO **TRAIL** BOCAINA PARK - MG

ARENA DE LARGADA

- No Camping Bocaina, é onde teremos as largadas e chegadas de todas as provas. No local teremos praça de alimentação com a equipe do Varanda Sertaneja, que estará servindo macarrão, pastel, refrigerante, água, sucos e cervejas. Área para tenda de assessorias esportivas, banheiros, duchas e posto médico.

- Teremos estacionamento com valor de R\$ 10,00 por carro, que será vendido na entrega de kits.



ARENA

ARENA

21 DE MAIO **TRAIL** 4ª edição BOCAINA PARK - MG

PERCURSOS E ALTIMETRIAS

45k

↑ 2500 +

- Para o masculino e feminino os tempos de cortes serão no Km 14.5 às 10:30h e no Km 30 às 14:00h. (No caso de corte ou desistência o atleta será levado diretamente para a chegada).
- Os atletas terão até as 18h para finalizar os 45k.
- Haverá pontos de controle de passagem onde o número de peito do atleta será anotado por um fiscal de prova.
- Haverá pontos de checagem de equipamentos obrigatórios

21 DE MAIO **TRAIL** 4ª edição BOCAINA PARK - MG

PERCURSOS E ALTIMETRIAS



21 DE MAIO **TRAIL** 4ª edição BOCAINA PARK - MG

PERCURSOS E ALTIMETRIAS

25k

↑ 1600 +

- Não haverá tempo de corte.
- Os atletas terão até as 18h para finalizar os 25k.
- Haverá pontos de controle de passagem onde o número de peito do atleta será anotado por um fiscal de prova.
- Haverá pontos de checagem de equipamentos obrigatórios

21 DE MAIO **TRAIL** 4ª edição BOCAINA PARK - MG

PERCURSOS E ALTIMETRIAS



12

21 DE MAIO **TRAIL** BOCAINA PARK - MG
4ª edição

PERCURSOS E ALTIMETRIAS

16k

↑ 885 +

- Não haverá tempo corte.
- Haverá pontos de controle de passagem onde o número de peito do atleta será anotado por um fiscal de prova.



21 DE MAIO **TRAIL** 4ª edição BOCAINA PARK - MG

PERCURSOS E ALTIMETRIAS



21 DE MAIO **TRAIL** BOCAINA PARK - MG
4ª edição

PERCURSOS E ALTIMETRIAS

8k

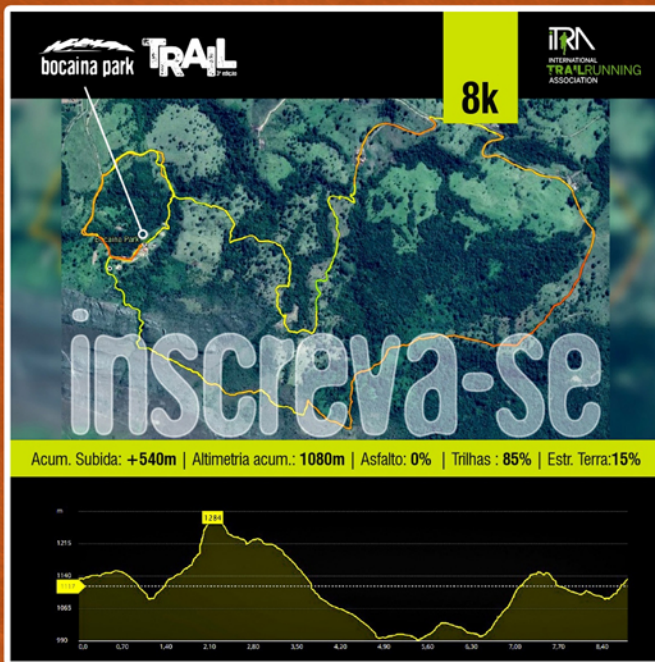
↑ 540 +

- Não haverá tempo de corte.
- Haverá pontos de controle de passagem onde o número de peito do atleta será anotado por um fiscal de prova.



21 DE MAIO **TRAIL** 4ª edição BOCAINA PARK - MG

PERCURSOS E ALTIMETRIAS



21 DE MAIO **TRAIL** 4ª edição BOCAINA PARK - MG

PONTOS DE ÁGUA

- É característica de corrida de montanha (Trail run) a autossuficiência, ou seja, o atleta é responsável por sua hidratação e alimentação durante a prova. Porém a título de hidratação auxiliar, além dos pontos naturais de água (rios e nascentes) a organização irá disponibilizar postos de reabastecimento de água no circuito e na chegada.

- Cada percurso terá postos de reabastecimento e de captação de água conforme descrito abaixo e detalhado no congresso técnico na véspera do evento.



21 DE MAIO **TRAIL** 4ª edição BOCAINA PARK - MG

PONTOS DE ÁGUA

- Terá pontos de hidratação da organização com água, frutas, coca cola, paçoquinha e batata frita. Todos os atletas ganharão uma garrafa de 500 ml de água e frutas na chegada
- Atenção: Não haverá copos plásticos nos postos de abastecimento nem garrafinhas descartáveis devendo cada atleta portar seu próprio recipiente (squeeze, copo, garrafinha, etc).
- Todos atletas receberão uma garra de 500ml de água na chegada.
- Conforme o regulamento, não é permitido qualquer tipo de assistência aos atletas durante o percurso.



EQUIPAMENTOS OBRIGATÓRIOS

45k

↑ 2500 +



- Recipiente de no mínimo 1 litro para abastecimento nos postos de hidratação (Mochila, pochete, garrafa de água, squeezes, cinto, etc...)



- Apito de emergência.



- Kit primeiro socorros (faixa de atadura, esparadrapo, gaze, anti-histamínico e antisséptico).



- Cobertor de emergência

25k

↑ 1600 +



- Recipiente de no mínimo 1 litro para abastecimento nos postos de hidratação (Mochila, pochete, garrafa de água, squeezes, cinto, etc...)



- Apito de emergência.



- Kit primeiro socorros (faixa de atadura, esparadrapo, gaze, anti-histamínico e antisséptico).



- Cobertor de emergência

EQUIPAMENTOS OBRIGATÓRIOS

16k

↑ 885 +



- Recipiente de no mínimo 500ml para abastecimento nos postos de hidratação (Mochila, pochete, garrafa de água, squeezes, cinto, etc...)



- Apito de emergência.



- Kit primeiro socorros (faixa de atadura, esparadrapo, gaze, anti-histamínico e antisséptico).

8k

↑ 540 +

Atenção

- Para a distância de 8 Km os itens não são obrigatórios. Mas é altamente recomendado o uso de recipiente para água.

Equipamentos aconselháveis

- Viseira ou boné
- Tênis para trilha
- Protetor solar
- Alimento/suplemento reserva

21 DE MAIO **TRAIL** BOCAINA PARK - MG
4ª edição

CHIP DE CRONOMETRAGEM

- Para a classificação na competição, utilizamos um sistema automático de cronometragem através de um chip que terá que ser colocado no tênis que o corredor deverá levar durante toda a competição. O "tempo oficial" de cada corredor, será considerado da hora de largada até o momento em que o atleta cruza o pórtico de chegada. Caso caia durante a prova leve contigo até o pórtico de chegada, não o troque com outro corredor e não o coloque num lugar diferente do indicado pela organização.

- Atletas que largarem em horário diferente ao de sua distância ou que correr com numeral de outro atleta será desclassificado.



21 DE MAIO **TRAIL** BOCAINA PARK - MG
4ª edição

SEGURANÇA



- Trechos que apresentem risco e maior atenção estarão sinalizados por uma placa como esta:

- Em caso de acidente, o atleta deverá permanecer no local e aguardar pelo resgate da organização, e se conseguir se locomover, ir até o próximo PC.

- Se um atleta presenciar um acidente com outro atleta, e obrigatório certificar – se esta tudo bem, prestar auxílio ao mesmo, na impossibilidade de auxílio, comunique o primeiro fiscal que encontrar.

camoind bocaína

SUPER COPA
TRAIL RUNNING

TRAIL
TRAINING

ONSIGHT
ESCALADA

AMAR

Araçá
CÂMARA
MUNICIPAL DE ARAÇÁ

My
safe
Sport

GRAN
SCALE

ADV
POVCE

ASSOCIATION
ASSOCIATION

21 DE MAIO **TRAIL** 4ª edição BOCAINA PARK - MG

PROTOCOLO DE ABANDONO

- Caso o atleta decida abandonar a prova, deve procurar imediatamente um membro da organização e avisar sobre sua decisão .
- Caso necessite de atendimento, o atleta será encaminhado a um posto médico.
- O atleta deve ainda declarar oficialmente o abandono na arena de chegada.



21 DE MAIO **TRAIL** BOCAINA PARK - MG
4ª edição

PREMIAÇÃO

- Todos os atletas que cruzarem a linha de chegada de forma legal e sem descumprimento deste regulamento, receberão medalhas de "finisher", uma garrafa com 500ml de água e frutas.
- O percurso de 45k vale xx pontos ITRA, e o de 25k vale xx ponto ITRA.
- A entrega dos prêmios (troféus) ocorrerá a partir das 15h na base de largada.

Para todas as distâncias:

- 1º ao 5º colocado geral masculino e feminino
- 1º ao 3º colocado por categoria de idade (não entram os 5 primeiros da geral)
- 16 a 29 anos (Masc e Fem)
- 30 a 39 anos (Masc e Fem)
- 40 a 49 anos (Masc e Fem)
- 50 ou mais (Masc e Fem)



21 DE MAIO **TRAIL** BOCAINA PARK - MG
4ª edição

PREMIAÇÃO

- Todos os atletas que cruzarem a linha de chegada de forma legal e sem descumprimento deste regulamento, receberão medalhas de "finisher", uma garrafa com 500ml de água e frutas.
- O percurso de 45k vale xx pontos ITRA, e o de 25k vale xx ponto ITRA.
- A entrega dos prêmios (troféus) ocorrerá a partir das 15h na base de largada.

Para todas as distâncias:

- 1º ao 5º colocado geral masculino e feminino
- 1º ao 3º colocado por categoria de idade (não entram os 5 primeiros da geral)
- 16 a 29 anos (Masc e Fem)
- 30 a 39 anos (Masc e Fem)
- 40 a 49 anos (Masc e Fem)
- 50 ou mais (Masc e Fem)



25

21 DE MAIO **TRAIL** BOCAINA PARK - MG
4ª edição

PREMIAÇÃO

- Na semana anterior e pós o evento todos os atletas inscritos terão desconto promocional em massagem esportiva na clínica Fisiocenter na rua: Calimério Guimarães, 119 – Centro – Araxá - mg . Agendamentos e mais informações: (34) 36647191

HOSPEDAGEM

- Em Araxá, o Virgilius Palace Hotel é parceiro de nosso evento e terá um tarifário e logística de hospedagem especial para inscritos no evento e seus acompanhantes.
obs : Identificar o nome do evento na hora da reserva.

Contato para reserva - reservas@lifehotels.com.br e pelo WhatsApp: (34 992720076)



21 DE MAIO **TRAIL** BOCAINA PARK - MG
4ª edição

TRANSLADO

- Teremos uma van saindo da porta do hotel Virgilius para a Base da prova no dia 21/05/22 às 5:30h e 8:00h em ponto, com retorno logo após as premiações, com valor de R\$50,00 por pessoa (ida e volta) e deverá ser comprado na entrega de kits.

COBERTURA FOTOGRÁFICA

A Cobertura Fotográfica do evento será realizada pela empresa GoBro, onde todo atleta participante será fotografado no decorrer do evento. As fotos serão disponibilizadas para venda em até 24 horas no site **GOBRO.COM.BR**. O atleta que tiver interesse em adquirir suas fotos basta acessar o site e pesquisar seu número de peito (numeral de atleta), escolher e comprar as fotos que mais lhe agradar. O valor da unidade de foto é de R\$12,00 podendo diminuir com os pacotes maiores. Ao comprar suas fotos, receberá elas via email e whatsapp em formato de arquivo de alta resolução. O atleta ao participar da prova, entende os termos do uso de sua imagem no período do evento, podendo aparecer nas fotos e nos vídeos do evento.



27

21 DE MAIO **TRAIL** 4ª edição BOCAINA PARK - MG

PREPARE-SE PARA MAIS ESTE DESAFIO
E BONS TREINOS!


caminho bocaina


SUPER COPA
TRAIL


INTERNATIONAL
TRAILRUNNING
ASSOCIATION


ONSIGHT
ESCALADA


AMAR


Araxá
CÂMARA
MUNICIPAL DE ARAXÁ


My
safe
Sport


GRAN
SOLE
Grande Premium


ADV
FORCE


ISIOCENTER
CENTRO DE BIOMECÂNICA E REABILITAÇÃO