



CIRCUITO DAS SERRAS 2024

• GUIA DO ATLETA •

MIRACATU / SP

Última atualização – 05 de fevereiro 2025

*As informações a seguir podem ser atualizadas até a data do evento.

DATA	HORÁRIO	ATIVIDADE	LOCAL
QUINTA-FEIRA 20/02/25	10h - 19h	ENTREGA DE KIT	LOJA TRACK & FIELD - SÃO PAULO
SEXTA-FEIRA 21/02/25	10h - 17h		
SÁBADO 22/02/25	11h - 17h	ENTREGA DE KIT	PRAÇA PEDRO LARAGNOIT MIRACATU
DOMINGO 23/02/25	08h00	LARGADA 21Km	PRAÇA PEDRO LARAGNOIT MIRACATU
	08h30	LARGADA 08Km	
	08h50	LARGADA 05Km	
	12h	PREMIAÇÃO GERAL	

COMO CHEGAR



LOJA TRACK & FIELD – SÃO PAULO
Rua Bueno Brandão, 68 – Vila Nova Conceição, SP

COMO CHEGAR



Praça Pedro Laragnoit
Endereço: Praça Pedro Laragnoit, SN. (em frente à Igreja). Centro – Miracatu / SP

• DOCUMENTOS OBRIGATÓRIOS | ENTREGA DE KIT



1. Apresentar documento de identificação (RG / CNH) na retirada do kit de participação
2. Ficha Médica e o Termo de Responsabilidade (entregar impressa, preenchida e assinada na retirada do kit de participação)
3. Ficha Médica e o Termo de Responsabilidade MNORES 18 ANOS (entregar impressa, preenchida e assinada na retirada do kit de participação)

DOWNLOAD

DOWNLOAD

ATENÇÃO

NÃO TEREMOS RETIRADA DE KITS POR TERCEIRO

A retirada do kit/chip é feita **PRESENCIAL** e **INDIVIDUAL** somente com a apresentação de documento identificação pessoal (RG, CNH ou outro documento oficial com foto) e Ficha Médica e Termo de Responsabilidade preenchida e assinada pelo participante.

Track & Field

20.FEVEREIRO. 25 (QUINTA-FEIRA) - Das 10h00 às 19h00

21.FEVEREIRO. 25 (SEXTA-FEIRA) - Das 10h00 às 17h00

LOJA TRACK & FIELD – SÃO PAULO

Rua Bueno Brandão, 68 – Vila Nova Conceição, SP

COMO CHEGAR

22.FEVEREIRO. 25 (SÁBADO) - Das 11h00 às 17h00

PRAÇA PEDRO LARAGNOIT

Endereço: Praça Pedro Laragnoit, SN. (em frente à Igreja). Centro – Miracatu / SP

COMO CHEGAR

ATENÇÃO

NÃO TEREMOS ENTREGA DE KIT NO DIA DA PROVA. PROGRAME-SE!

Não faremos inscrições na retirada do kit e no dia do evento. Serão válidas apenas as inscrições realizadas pelo App da tfsports (www.tfsports.com.br).

• PROJETO SOCIAL

Contaremos com o apoio de todos os participantes para contribuir com o Lar dos Idosos de Miracatu, doando alimentos não perecíveis.

• REGRAS PERCURSO

• CAMISETA OFICIAL

Obrigatório o uso da camiseta oficial do evento durante todo o percurso sendo automaticamente desclassificado o atleta que não fizer uso da mesma.

O participante tem como total responsabilidade levar sua camiseta no dia da prova (domingo).

A organização não disponibilizará outra.

A escolha da camiseta é feita somente na retirada do kit e conforme houver disponibilidade da grade.

• TROCA DE NUMERAL

É expressamente proibido a troca de numeral de identificação ou repasse para outras pessoas não inscritas na competição.

Caso haja fraude comprovada na inscrição, os participantes envolvidos serão desclassificados da Corrida, ficarão impedidos de participar de outras edições de corridas realizadas pela Organizadora, poderão incorrer nas sanções previstas neste Regulamento e responderão por crime de falsidade ideológica e/ou documental perante as autoridades competentes.

• NÚMERO DE PEITO

A cada atleta será fornecido um número de identificação com chip.

O mesmo deve ser fixado de forma visível, na altura do abdômen para que o fiscal de percurso, largada e chegada tenham eficácia na cronometragem.

• PULSEIRAS

Durante os percursos serão entregues pulseiras (diferentes cores) em pontos específicos.

É obrigatório o uso das mesmas, em lugar visível, durante todo o percurso.

Na chegada de cada dia você vai devolver para a organização para comprovação de realização do percurso.

Será motivo de desclassificação finalizar a prova sem estar com todas as pulseiras.

• MARCAÇÃO PERCURSO

Ambos os percursos serão demarcados pela organização. Portanto não exigirá aos atletas terem conhecimento de navegação. No entanto durante o percurso, se não encontrar fitas demarcando o mesmo e estiver com dúvidas, retorne até a última fita encontrada e ache o caminho correto.



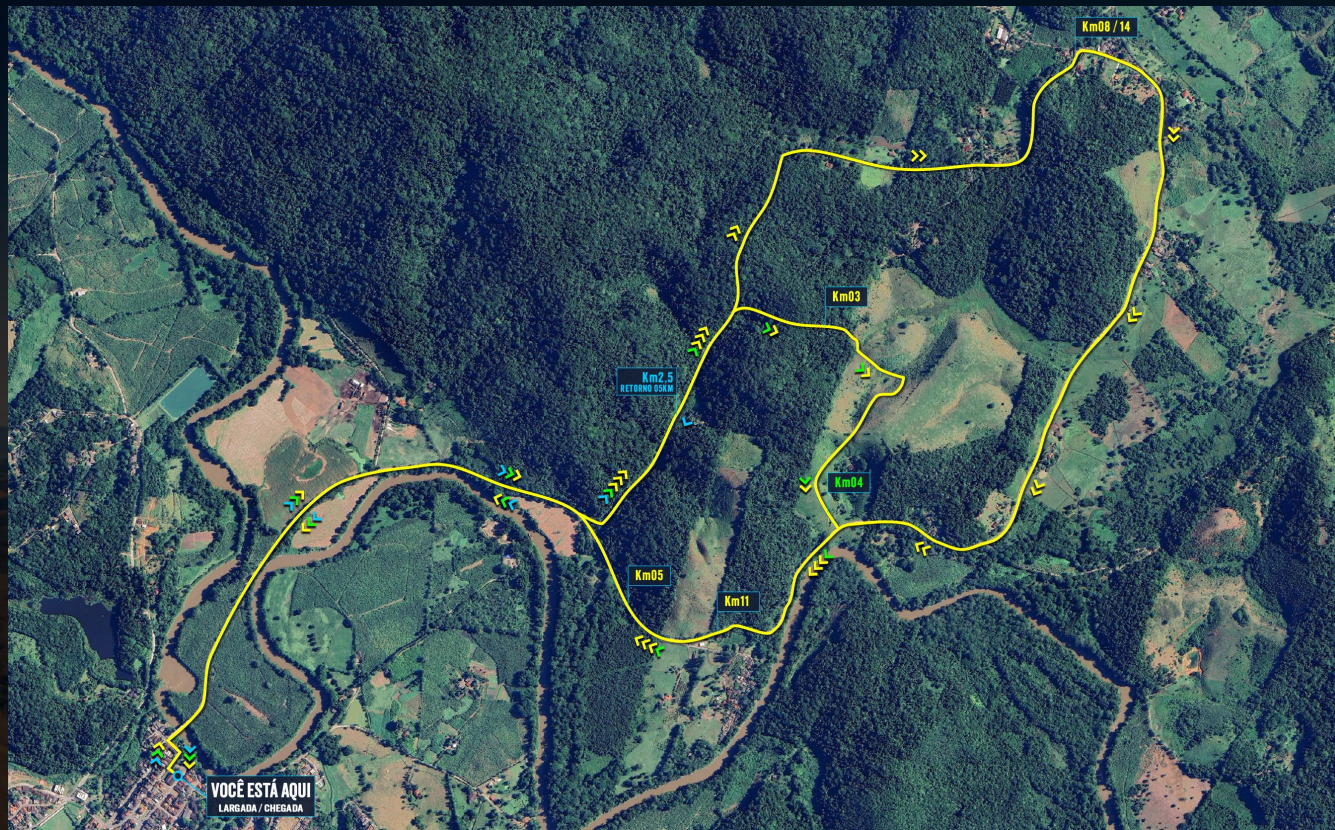
• AUTOSSUFICIÊNCIA

O Circuito das Serras é regida pelo princípio da corrida individual de autossuficiência. Ou seja, cada corredor deve ser capaz de organizar a sua própria sobrevivência entre a largada e a chegada, a partir do ponto de vista da alimentação, hidratação, vestuário e segurança, de modo que o corredor possa enfrentar e resolver sem a ajuda da organização os problemas encontrados nas montanhas e no qual a corrida acontece.

Para participar do Circuito das Serras, o atleta deve estar ciente de:

- Ser plenamente consciente de que nesta atividade, a segurança na montanha depende da capacidade de cada corredor para resolver as adversidades encontradas.
- Obter antes da corrida, capacidade de autonomia na montanha que lhe permita resolver, sem a ajuda da organização, os problemas que podem ser encontrados neste tipo de prova, especialmente aqueles relacionados:
 - Às condições meteorológicas, que podem ser muito difíceis na montanha (vento, frio, chuva ou sol forte)
 - Aprender a gerir, mesmo quando sozinho, os problemas físicos ou mentais a partir de frio, fadiga, problemas digestivos, dores musculares ou articulares, pequenas feridas, etc.
 - Estar plenamente consciente de que não é papel da organização resolver problemas individuais relacionados com o clima, alimentação, hidratação ou equipamento.
 - Ser plenamente consciente de que nesta atividade, a segurança na montanha depende da capacidade de cada corredor para resolver as adversidades enfrentadas na montanha.

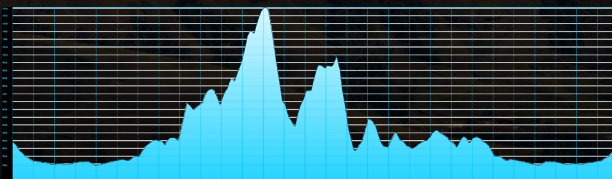
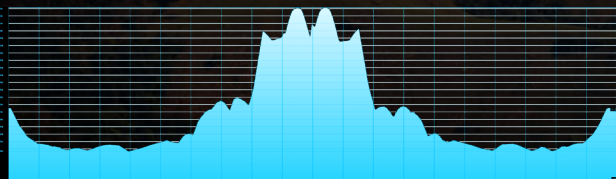




05Km • D+ 103

08Km • D+ 245

21Km • D+ 683



• PATROCÍNIO



Track
& Field



• APOIO



Toledo do Brasil
Indústria de Balanças Ltda.



• INTITUCIONAL



• REALIZAÇÃO



Secretaria de
Esportes



SÃO PAULO
GOVERNO DO ESTADO



CIRCUITO DAS SERRAS 2024

#circuitodasserras @desafiodasserrasoficial

www.circuitodasserras.com