



A 5ª Ultramaratona Sand & Sun no litoral do Paraná, um evento único e diferenciado no calendário do circuito Summit. Será uma corrida pedestre, em percurso de ida e volta pela areia (dura e fofa) da praia, com passagem por braços de água e asfalto, com total liberdade de ritmo. Será declarado vencedor o atleta que percorrer a distância no menor tempo sem sofrer penalidade. É denominado evento auto-suficiente, no qual o atleta se responsabiliza por sua orientação de percurso que estará devidamente sinalizado com cal, fita zebra e/ou tinta no asfalto, a alimentação e hidratação será disponibilizada em pontos de apoio conforme listados abaixo

- Essa etapa “qualifica” atletas para participar da Morretes Guaraqueçaba em 16/05/2020
- [Clique aqui e assista a reportagem da Rede Globo da edição 2015 da Morretes Guaraqueçaba 105km](#)
- **Transmissão ao vivo** de trechos da prova durante o evento pelo **Instagram/correr_e_nadar** quando houver disponibilidade de sinal, fique conectado e compartilhe essa transmissão
- As regras da prova constam no Regulamento, sendo de conhecimento e aprovadas pelo corredor ao inscrever-se no evento em nosso site ou site de terceiros.
- Somente o pagamento garante a inscrição do atleta. O valor de toda inscrição é individual e depois de confirmada não será devolvido nem transferido para outra etapa em nenhuma hipótese, sejam elas realizadas em nosso site ou em sites de terceiros
- A realização do pagamento sem a devida inscrição no site não garante a participação do atleta na prova, nem a disponibilidade de kit, troféus e medalhas no fim do evento
- Proibido o acompanhamento de atletas com bicicleta ou correndo, trata-se de um evento "Survivor" (sem apoio).
- O atleta do 70k e 50k deverá apresentar por e-mail (correrennadar@correrennadar.com.br) um ATESTADO MÉDICO (modelo abaixo ou do próprio médico) específico para o Circuito Summit até dia xx, original entregue na retirada do kit, sem isso o atleta estará impedido de participar da prova. Esse atestado tem a validade para todas as etapas do circuito do ano corrente. Para as demais distâncias não é necessário o atestado
- O atleta deverá preencher o termo de responsabilidade (modelo abaixo) e entregar na retirada do kit. Eventuais despesas médicas e hospitalares, resultantes do desgaste físico dos atletas, serão de inteira responsabilidade do atleta.

- As inscrições encerram a qualquer momento, sem aviso prévio, uma vez atingido o limite técnico da prova
- **É desejável o uso de lanterna de cabeça ou similar nas provas que largam no escuro**
- A ORGANIZAÇÃO poderá, a seu critério ou conforme as necessidades do EVENTO, incluir ou alterar este REGULAMENTO, total ou parcialmente.
- Veja o vídeo da prova, [clique aqui](#)
- Inscreva-se em nosso site, [clique aqui](#) (com depósito bancário/transferência)
- Inscreva-se via Foco Radical, [clique aqui](#) (com boleto ou cartão em 3X)

CONCENTRAÇÃO, LARGADA E CHEGADA:

- Em Matinhos, na areia da praia, no encontro da Av. Curitiba com a Rua Bom Jardim (Av. Beira Mar)
- Coordenadas: 25°48'26.0"S 48°31'47.8"W
- -25.807215, -48.529932
- **Clique aqui para ver o local de prova**

ONDE FICAR

- Hotel Caieiras, contato: Vânia
- Tel: 41-3452-1917 ou 3473-9144
- Cel: 41-98828-5330 whatsapp
- caeirashotel@gmail.com ou www.hotelcaieiras.com.br
- Coordenadas: 25°51'04.9"S 48°33'08.7"W
- -25.851358, -48.552423
- [Clique aqui](#)

PROGRAMAÇÃO

- Entrega do kit na sexta-feira das 18:00 as 20:00hs no Hotel Caieiras em Caiobá,
- Entrega do kit no sábado em Matinhos na areia da praia no encontro da Av. Curitiba com a Rua Bom Jardim (Av. Beira Mar)
- Sábado das 3:45 as 4:15hs para o 70K, 50K e 30K
- Sábado das 7:00 as 8:00hs para o 12K e 5K
- **04:15 = Chamada para a largada 70K 50K e 30K**
- **04:30 = Largada 70K 50K e 30K**
- **08:45 = Chamada para a largada 12K e 5K**
- **09:00 = Largada 12K e 5K**
- **12:00 = Premiação** (anteciparemos a entrega das provas mais curtas)

IMPORTANTE:

- A fiscalização de retorno no trajeto de 70km, 50km, 30km, 12K e 5K será feita através de formulário e pulseira de retorno
- No qual o corredor É OBRIGADO assinar somente no retorno da sua prova
- A falta da assinatura significa desclassificação automática sem direito a reclamação posterior.
- O atleta deve parar nesses pontos para se hidratar e se alimentar
- Não é obrigação do staff solicitar a assinatura.

PERCURSO

- 70km
- 50km
- 30km
- 12km
- 05km



Todo o trajeto em percurso de ida e volta será pela areia (dura e fofa) da praia

PARTICIPANTES:

- Será admitido como participante, toda pessoa maior de 18 anos, sendo condição e requisito para o 70km e 50km ter participado e finalizado 1 prova de 42km+ no último ano
- Para comprovar envie por e-mail no correrrenadar@correrrenadar.com.br o link válido do resultado da prova realizada ou o certificado de conclusão ou ainda uma declaração da organização desse evento
- **Se já participou do circuito SUMMIT em uma dessas distâncias não há a necessidade de comprovação**

PACER PROIBIDO

- Apoio adicional de qualquer natureza oriundo de outra pessoa que não dos pontos de apoio da prova **NÃO é permitido**
- NÃO é permitido qualquer tipo de acompanhamento
- Esse é um evento survivor
- Penalidade = desclassificação

Pontos de apoio e hidratação:

- 1o. Ponto no km 2.5 e 67.5 no asfalto na Av. Beira Mar no Veneto Gelato esquina da Rua Itaguajé com a Av. Beira Mar
- 2o. Ponto no km 6 e 64 na areia da praia no Balneário de Betaras (Posto de Salva Vidas)
- 3o. Ponto no km 14 e 56 na areia da praia em Praia de Leste, na frente da Pousada Canadá
- 5o. Ponto no km 24.50 e 45.5 em Shangrilá no fim da Av. Beira Mar (é interrompida nesse ponto)
- 6o. Ponto no km 35 em Pontal do Sul no fim da praia próximo do molhe (trapiche) de Pontal do Sul.
- **Tempo de prova no 50km = 8hs, corte na ida em 3hs e na volta em 5hs**
- **Tempo de prova no 70km = 10hs, corte na ida em 4hs e na volta em 6hs**

MATERIAL SUGERIDO para o 70km, 50km e 30km:

- Mochila de hidratação com capacidade mínima de 2 litros
- Lanterna de cabeça ou similar
- Boné
- Protetor solar
- Óculos de sol
- Saquinhos de sal e açúcar

BENEFÍCIO AO ATLETA



- Camisa exclusiva (para inscrição recebida até uma semana antes da prova, após esse prazo fica sujeita a disponibilidade)
- Pulseira eletrônica (a ser devolvido no fim da prova)
- Número de peito e alfinetes de segurança
- Divulgação dos resultados 70K e 50K no site www.ultra-marathon.org
- Pontos de apoio com hidratação e frutas
- Hospedagem perto do local de prova
- Ambulância
- Kit primeiros socorros
- Ponto de foto ao longo do trajeto
- Estacionamento no local de largada
- Restaurante e lanchonete perto do local de largada
- É permitido o uso de mochilas de hidratação
- Treinamento e Assessoria específico para ultramaratonas com a Four One Assessoria Esportiva, contato Jefferson Cel 41-99808-6212

PREMIAÇÃO

- CLASSIFICAÇÃO GERAL: Serão premiados com troféus os 5 (cinco) primeiros colocados no masculino/feminino 70K, 50K, 30K, 12K e 5K
- CLASSIFICAÇÃO POR CATEGORIA 70K, 50K, 30K, 12K e 5K Serão premiados com troféus os 3 (três) primeiros colocados masc e fem.
- Medalha especial diferenciada exclusiva do evento para todos os atletas que completarem a prova
- Quem receber troféu no geral não recebe por categoria
- Categorias 13-15 / 16-19 / 20-24 / 25-29 / 30-34 / 35-39 / 40-44 / 45-49 / 50-54 / 55-59 / 60-69 / 70+

PREMIAÇÃO SUMMIT DA SAND & SUN:

- Troféu adicional SUMMIT
- Para o atleta masculino e feminino do 70km e 50km
- Para o atleta que passar por primeiro pelo ponto SUMMIT independente da idade
- O ponto SUMMIT estará devidamente sinalizado no km 25 e 35 (ponto de retorno)
- A assinatura no formulário comprova a passagem do atleta nesse ponto

PRÊMIO FINAL DO RANKING

- **TROFÉU** para o 1º ao 5º colocado no Geral masculino e feminino
- **TROFÉU** para o 1º colocado por categoria masculino e feminino
- **TROFÉU** para a 1ª e 2ª EQUIPE colocada no ranking do circuito

Obs.:

- se o atleta receber troféu no geral não receberá por categoria
- o circuito poderá ter o acréscimo ou decréscimo de provas ao longo do ano
- em caso de empate prevalece o prêmio para o atleta mais velho baseado no dia e mês de nascimento

VENCEDORES DO CIRCUITO SUMMIT 2020

Será declarado **Campeão e Campeã** no Geral do Circuito Summit o atleta que somar mais pontos em todo o circuito independente da faixa etária e das provas disputadas, esses 2 atletas **recebem 1 inscrição cortesia para qualquer etapa em 2020**. (Se o mesmo atleta for campeão no geral e em sua categoria, recebe uma vez a inscrição cortesia, e em caso de empate prevalece o prêmio para o atleta mais velho baseado no dia e mês de nascimento).

APOIO:

