

REGULAMENTO Skyrunning INSANITY MOUNTAIN

Onde a terra encontra o céu



SKY INSANITY MOUNTAIN	
REGULAMENTO 2023 SKYRUNNING Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil	PÁGINA
	2/26
	REV.
	0

ÍNDICE

<u>ITEM</u>	<u>DESCRIÇÃO</u>	<u>PÁGINA</u>
1.0	VISÃO GERAL	4
2.0	LOCAL	4
3.0	DATA	5
4.0	DEFINIÇÃO	6
5.0	INSCRIÇÕES	6
5.1	VALORES DE REFERÊNCIA DAS INSCRIÇÕES	7
5.2	CONFIRMAÇÃO DA INSCRIÇÃO	7
6.0	KIT ATLETA	7
6.1	DOCUMENTAÇÃO PARA RETIRADA DO KIT DO ATLETA	8
6.2	CONTEÚDO DO KIT	8
6.3	LOCAL PARA RETIRADA DO KIT	9
7.0	SEGURO DOS ATLETAS	9
8.0	CRONOMETRAGEM	9
9.0	CATEGORIAS	10
10.0	CRONOGRAMA BASE DO EVENTO	12
11.0	LARGADA	12
12.0	EQUIPAMENTOS OBRIGATÓRIOS	13
12.1	OUTROS ELEMENTOS ACONSELHADOS E OPCIONAIS	14
12.2	ACESSÓRIOS SONOROS	14
13.0	PERCURSO	15
14.0	RACE BOOK	15
15.0	APOIO	15
16.0	RESULTADO DA PROVA E RECURSOS	16
17.0	PREMIAÇÃO	16
18.0	PONTUAÇÃO	16

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023

SKYRUNNING

Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

3/26

REV.

0

19.0	PUBLICIDADE E DIREITO DE USO DE IMAGEM	16
20.0	RESPONSABILIDADES, OBRIGAÇÕES E REGRAS ESPECÍFICAS	17
21.0	RISCOS ENVOLVIDOS NAS ATIVIDADES	20
22.0	PUNIÇÕES	22
23.0	TERMO DE RESPONSABILIDADE	23

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023
SKYRUNNING
Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

4/26

REV.

0

1.0 VISÃO GERAL

O roteiro da prova passa por muitas propriedades particulares. O nosso compromisso com os donos das terras é que somente os atletas identificados com os numerais oficiais (Peito) passarão por ali.

Ao longo do roteiro haverá fiscalizações e triagens para que o nosso compromisso seja cumprido.

Mantenha seus números e pulseira de identificação bem visíveis para não ser prejudicado nesses PCs.

O INSANITY MOUNTAIN é evento de esportes outdoor, que visa criar um ambiente de superação, autoconhecimento e aventura, reunindo atletas e familiares em locais de extrema beleza, valorizando características culturais, sociais e ambientais de cada região. Prezamos pelo respeito, pela ética desportiva, lealdade, solidariedade e pelo meio ambiente.

O INSANITY MOUNTAIN foi criado com o objetivo de realizar eventos em plena natureza, onde toda a família desfrute de forma harmoniosa, onde o respeito seja o pilar da relação homem - floresta. Proporcionar a essência das provas de montanha em um ambiente sustentável e que o atleta seja autossuficiente preservando e evitando sujeira nas trilhas, montanhas e vales. Oferecer ao atleta e sua família possibilidades de diversão, aventura, desafio e competitividade em um mesmo evento.

Definições:

MOUNTAIN BIKE - MARATONA

É uma prova onde o percurso não pode compreender nenhum trecho por onde os corredores passem duas vezes. O percurso compreende, na medida do possível, os estradões de terra batida e trilhas, apresentar as variações de desnivelamentos importantes. A largada é em grupo e o vencedor é aquele que fizer o menor tempo no circuito da prova (geral e categorias).

MOUNTAIN BIKE - ENDURO

Com largada individual realizam deslocamentos não cronometrados, mas com um tempo máximo para cumprimento. Estes acontecerão em qualquer tipo de terreno: asfalto, terra, areia, com possíveis travessias de terrenos alagadiços, rios, córregos e em sua maioria aclives. Estágios são trechos cronometrados com no mínimo de 70% de declive, completando-se o percurso com planos e aclives. O vencedor é aquele que realizar o menor tempo no somatório dos trechos cronometrados.

SKYRUNNING

Definida como corrida de montanha acima de 2.000m em trilhas extremamente técnicas. Três disciplinas definem o esporte que não são apenas baseadas na distância, mas na subida vertical e na dificuldade técnica: Sky, Sky Ultra e Vertical. Com o mínimo de percurso pavimentado, que pode atravessar através vários ambientes (serra, montanha,

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023 SKYRUNNING Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil	PÁGINA
	5/26
	REV.
	0

trilhas, cachoeiras nos mais variados terrenos) a largada é em grupo e o vencedor é aquele que fizer o menor tempo no circuito da prova (geral e categorias).

CAMINHADA ECOLÓGICA

Caminhada com guias experientes com o espírito aventureiro. A mensagem da Caminhada Ecológica é profundamente atual e cada vez mais urgente. O projeto procura alertar a todos sobre a importância de se preservar os recursos naturais e de se preparar as gerações futuras para os problemas que estão surgindo em nosso planeta de forma inegável.

CROSS DUATHLON

Nesse esporte, o atleta começa correndo, pedala na sequência e corre novamente. A modalidade cross country do duathlon ainda é nova no Brasil, pois inclui as variáveis montanha, trilhas, terreno irregular e a mountain bike. Vem ganhando espaço por ser considerada um ótimo treino de resistência cardiovascular e muscular para os triatletas.

CORRIDA DE AVENTURA

São competições multiesportiva, que envolvem várias modalidades de esportes de aventura. Por envolver muitas atividades esportivas, a quantidade de equipamentos utilizada pelos atletas é grande e a maioria é requerida obrigatoriamente pela organização da prova.

O objetivo da competição é ser a primeira equipe completa a cruzar a linha de chegada, utilizando mapas e bússola para “navegar” e orientar. Normalmente as equipes devem ser mistas, formadas por competidores masculinos e femininos. As modalidades mais comuns são a orientação, trekking, mountain bike, canoagem e técnicas verticais.

2.0 LOCAL

Início e término – Igreja Matriz de Alto Caparaó – MG – Espírito Santo

Localizado na Serra do Caparaó, na divisa dos estados de Minas Gerais e Espírito Santo, o Parque Nacional do Caparaó é um dos destinos mais procurados pelos adeptos do montanhismo no Brasil. Abriga o terceiro ponto mais alto do país, o Pico da Bandeira, com 2.892 metros de altitude.

Além das trilhas, os visitantes podem se deliciar com banhos em cachoeiras e piscinas naturais, observar deslumbrantes visuais da Serra do Caparaó e região, com belos espetáculos no alvorecer e no pôr do sol.

O parque dispõe de quatro áreas de acampamento, pela portaria de Alto Caparaó em MG – “Tronqueira e Terreirão” e pela portaria de Pedra Menina no ES – “Macieira e Casa queimada” com sanitários, lava-pratos, mesas, bancos e quiosques (estes últimos apenas na “Tronqueira”) e ainda, churrasqueiras na área de visitação denominada “Vale Verde” e na Macieira.

3.0 DATA

24/03/23 - VK Insanity mountain (KILOMETRO VERTICAL)

25/03/23 – Skyrunning Insanity Mountain (12k, 27k, 60k) e Caminhada guiada

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023
SKYRUNNING

Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

6/26

REV.

0

4.0 DEFINIÇÃO

O Skyrunning Definida como corrida de montanha acima de 2.000m em trilhas extremamente técnicas. Três disciplinas definem o esporte que não são apenas baseadas na distância, mas na subida vertical e na dificuldade técnica: Sky, Sky Ultra e Vertical. Com o mínimo de percurso pavimentado, que pode atravessar através vários ambientes (serra, montanha, trilhas, cachoeiras nos mais variados terrenos) a largada é em grupo e o vencedor é aquele que fizer o menor tempo no circuito da prova (geral e categorias).

KILOMETRO VERTICAL – Corridas somente subidas com subida vertical de 1.000m em terreno variável, não excedendo 5 km de extensão. A inclinação média mínima deve ser de 20% e 5% da distância total deve ser superior a 33%.

CAMINHADA GUIADA

Caminhada com guias experientes com o espírito aventureiro. A mensagem da Caminhada tem apelo ecológico e é profundamente atual e cada vez mais urgente. O projeto procura alertar a todos sobre a importância de se preservar os recursos naturais e de preparar as gerações futuras para os problemas que estão surgindo em nosso planeta de forma inegável. A caminhada vai ao topo do Pico da Bandeira.

UDC – UNIDADE DE CONSERVAÇÃO O Parque Nacional do Caparaó é uma Unidade de Conservação Federal, criada em 24 de maio de 1961 pelo decreto federal nº 50.646, assinado então pelo presidente Jânio Quadros, cujo objetivo maior é proteger o terceiro pico mais alto do país, o Pico da Bandeira.

A Unidade Conservação é administrada pelo Instituto Chico Mendes de Conservação da Biodiversidade (ICMBio), autarquia federal vinculada ao Ministério do Meio Ambiente, criada em 2007, pelo decreto presidência 11.516, com o objetivo de gerenciar as Unidade de Conservação Federais do País.

De acordo com a Lei 9.985/2000 que institui o Sistema Nacional de Unidades de Conservação – SNUC, o Parque Nacional do Caparaó é uma unidade de Proteção Integral, cujo objetivo básico é a preservação da natureza, sendo admitido apenas o uso indireto de seus recursos naturais. Seu objetivo de manejo é a preservação dos recursos naturais, possibilitando a realização de pesquisas científicas e o desenvolvimento de atividades de educação e interpretação ambiental, de recreação em contato com a natureza e de turismo ecológico.

5.0 INSCRIÇÕES

On-line: <http://insanitymountain.com.br/inscricoes/>

As inscrições são limitadas por se tratar de uma UDC (Unidade de Conservação Federal) e serão realizadas exclusivamente pelo site do evento até uma semana antes da realização de cada etapa ou até que o limite de atletas seja atingido, o que vier primeiro.

SKY INSANITY MOUNTAIN	
REGULAMENTO 2023 SKYRUNNING Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil	PÁGINA 7/26
	REV. 0

A inscrição é pessoal, válida exclusivamente para a etapa determinada no momento do preenchimento, intransferível e não reembolsável.

O atleta só é considerado inscrito quando o mesmo efetuar o pagamento referente a sua inscrição.

Todas as informações estão sujeitas a verificação pela organização e mudanças de categorias poderão ocorrer após análise.

5.1 VALORES DE REFERÊNCIA DAS INSCRIÇÕES

São 3 (três) datas que ditarão o valor das inscrições:

- **Promocional 16 de novembro a 18 de novembro 2022** - Valor com desconto
- **19 de novembro a de 19 de dezembro 2022** – 1^o Primeiro lote - Valor integral
- **20 de dezembro 2022 a 17 de março 2023**–2^o segundo lote - Valor integral

Para os valores acesse: www.insanitymountain.com.br/inscrições

Obs: Sobre todas as inscrições incorrem taxas do site de inscrição e bancos.

Fique atento aos prazos, pois não faremos inscrições FORA dos estipulados na lista acima.

Caso o atleta inscrito não realize a prova, sua inscrição não servirá para as etapas seguintes.

5.2 CONFIRMAÇÃO DA INSCRIÇÃO

Após efetuar o pagamento aguarde o prazo de até dois (2) dias úteis para receber o e-mail de confirmação do site de inscrições.

Caso o pagamento não seja efetuado sua inscrição será automaticamente CANCELADA, e se tornará disponível para outro atleta.

6.0 KIT ATLETA

Os atletas confirmados para etapa, lista que é fechada na sexta feira da semana que antecede o evento, são os únicos que estão aptos a retirar o kit e, portanto, competir.

A secretaria do evento não fará inscrições no local do evento e não entregará kits para atletas que não estejam na lista de confirmados. **Não faremos entrega de kits pós evento**

Para cada modalidade existe um KIT correspondente ao valor da inscrição e ciclo de descontos.

6.1 DOCUMENTAÇÃO PARA RETIRADA DO KIT DO ATLETA

A entrega de kits será realizada na quinta feira dia que antecede a prova.

6.1.1. O atleta só será considerado inscrito depois de ter feito o pagamento da inscrição.

6.1.2. Para retirar seu número, chip e kit deve apresentar OBRIGATORIAMENTE:

6.1.2.a Documento de identificação original e fotocópia.

6.1.4.b Termo de responsabilidade preenchido e assinado.

6.1.4.c Itens obrigatórios para sua distância.

6.1.3. Certificado médico assinado contendo (arquivo modelo disponível no site oficial):

6.1.3.a.Nome completo do atleta.

6.1.3.b.Modalidade que irá participar.

6.1.3.c. Confirmação de aptidão física e médica para uma corrida SKYRUNNING na distância 60k escolhida.

6.1.3.d.Carimbo legível e assinatura do médico responsável.

6.1.3.e.Data (o certificado não poderá ter data superior a 6 meses).

6.1.3.f. Dados do plano de saúde (seguradora e número da apólice).

6.1.3.g. Telefone de um responsável em caso de emergência.

6.1.4. Parágrafo Único: Em nenhuma hipótese será entregue o kit atleta sem algum destes documentos.

6.1.5. Os inscritos que não possam estar presentes poderão encomendar esse trâmite a outro corredor, familiar, agente de viagens, funcionário da pousada em que se hospedarem, etc. O mesmo deverá apresentar todos os itens citados no Artigo 6.1, junto com a autorização correspondente presente no termo de responsabilidade, e uma fotocópia do seu documento.

6.1.6. Não haverá entrega de kits de participação no dia do evento, nem após o mesmo.

Caso o atleta tenha menos de 18 anos, é obrigatório que o maior de idade que seja legalmente responsável pelo atleta apresente o RG e o CPF originais ou cópias autenticadas, bem como **termo de responsabilidade** assinado pelo mesmo.

Todas as informações da ficha de inscrição estão sujeitas a verificação pela organização do evento.

6.2 CONTEÚDO DO KIT

O kit conterá itens que o atleta **deverá utilizar obrigatoriamente em toda a competição**, a seguir:

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023

SKYRUNNING

Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

9/26

REV.

0

1. Número do Peito – O número de peito deve ser usado visivelmente na parte da frente do corpo preferencialmente na parte do peito ou cintura. O não uso do Número de peito poderá ser dado à desclassificação do atleta, o uso é obrigatório. Caso ocorra o extravio ou rasura da placa, o atleta terá que adquirir outra (se disponível) no valor de R\$ 20,00 (vinte reais).

2. Chip de cronometragem ;

3. Camisa do evento. (**Para os inscritos pagos até 45 dias antes do evento**)

4. Race Book: Manual com cronograma do evento, mapas e informações do percurso (este é disponibilizado digitalmente via link divulgado no canal oficial da prova)

OBS: **Para a caminhada ecológica o Kit é a camisa do evento.**

6.3 LOCAL PARA RETIRADA DO KIT

Será agendado e comunicado por e-mails e mídias sociais.

7.0 SEGURO DOS ATLETAS

A organização da prova possui um seguro individual para cada atleta.

A cobertura individual e nominal é:

· **Morte Acidental/Invalidez por ACIDENTE – R\$ 30.000,00**

Para acionar o seguro o atleta deverá seguir os passos exigidos pela seguradora.

O serviço de resgate oferecido pela organização se encerra no momento que o paciente é deixado em hospital ou posto médico mais próximo, e não cobre despesas médicas acima do valor estipulado, nem o traslado de volta do hospital ou posto médico.

Caso tenha dúvida solicite na secretaria do evento as instruções.

8.0 CRONOMETRAGEM

Cronometragem com Chips de Uso Único, diminuição de recursos na entrega e recolhimento dos chips, ganhando espaço e diminuindo custos com estrutura e pessoas;

As TAGs podem ser entregues com antecedência;

Os atletas não precisam chegar com 2 horas antes da largada em função de retirar o chip;

Os atletas não precisam passar pelo desconforto de entregar o chip após uma exaustiva competição;

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023

SKYRUNNING

Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

10/26

REV.

0

Se perder a TAG não há cobranças, nem para o organizador, nem para o atleta;

9.0 CATEGORIAS

LONGO - TRAIL RUN - 60K

- **Geral** Masculino e Feminino – Premiação com troféu para os 5 primeiros de cada gênero;
- **Sub 30** Masculino e Feminino - Medalha Especial de Premiação para os 3 primeiros de cada gênero;
- **Sub 45** Masculino e Feminino - Medalha Especial de Premiação para os 3 primeiros de cada gênero;
- **Sub 55** Masculino e Feminino - Medalha Especial de Premiação para os 3 primeiros de cada gênero;
- **+ 55** Masculino e Feminino - Medalha Especial de Premiação para os 3 primeiros de cada gênero

MÉDIO - TRAIL RUN – 27K

- **Geral** Masculino e Feminino – Premiação com troféu para os 5 primeiros de cada gênero;
- **Sub 30** Masculino e Feminino - Medalha Especial de Premiação para os 3 primeiros de cada gênero;
- **Sub 45** Masculino e Feminino - Medalha Especial de Premiação para os 3 primeiros de cada gênero;
- **Sub 55** Masculino e Feminino - Medalha Especial de Premiação para os 3 primeiros de cada gênero;
- **+ 55** Masculino e Feminino - Medalha Especial de Premiação para os 3 primeiros de cada gênero
- **Seletiva Juvenil SKYRUNNING** – 18,19 e 20 anos – Os 3 primeiros
21, 22 e 23 anos – Os 3 primeiros

CURTO - TRAIL RUN - 12K

- **Geral** Masculino e Feminino – Premiação com troféu para os 5 primeiros de cada gênero;
- **Sub 30** Masculino e Feminino - Medalha Especial de Premiação para os 3 primeiros de cada gênero;

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023
SKYRUNNING

Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

11/26

REV.

0

- **Sub 45** Masculino e Feminino - Medalha Especial de Premiação para os 3 primeiros de cada gênero;
- **Sub 55** Masculino e Feminino - Medalha Especial de Premiação para os 3 primeiros de cada gênero;
- **+ 55** Masculino e Feminino - Medalha Especial de Premiação para os 3 primeiros de cada gênero
- **Seletiva do JUVENIL SKYRUNNING (15,16 e 17 anos)** - os 3 primeiros

CURTO - TRAIL RUN - 06K

- **Geral** Masculino e Feminino – Premiação com troféu para os 5 primeiros de cada gênero;
- **Sub 30** Masculino e Feminino - Medalha Especial de Premiação para os 3 primeiros de cada gênero;
- **Sub 45** Masculino e Feminino - Medalha Especial de Premiação para os 3 primeiros de cada gênero;
- **Sub 55** Masculino e Feminino - Medalha Especial de Premiação para os 3 primeiros de cada gênero;
- **+ 55** Masculino e Feminino - Medalha Especial de Premiação para os 3 primeiros de cada gênero

VK – KILOMETRO VERTICAL

- **Geral** Masculino e Feminino – Premiação com troféu para os 5 primeiros de cada gênero;

*** PARA MENORES DE 18 ANOS SERÁ NECESSÁRIA A ASSINATURA E RG DO PAI OU RESPONSÁVEL NO TERMO DE RESPONSABILIDADE. E A PRESENÇA DO MESMO NA ARENA.**

SKY INSANITY MOUNTAIN	
REGULAMENTO 2023 SKYRUNNING Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil	PÁGINA 12/26
	REV. 0

10.0 CRONOGRAMA BASE DO EVENTO

Será realizado em 1 (um) dia e o regulamento será válido durante todo o evento, abaixo a lista básica de atividades para o dia da prova:

Dia 24 de Março 2023 – Sexta

- A partir de 9:30h - Recepção dos atletas para retirada dos kits
- 13:00h – Largada VK
- 17:00h - Encerramento da entrega de kits
- 18:00h- Premiação VK
- 19h – Briefing skyrruning (podendo ser antecipado no modelo virtual)

Dia 25 de Março 2023 – SÁBADO

- A partir de 2:00h - Recepção dos atletas e briefing para dúvidas.
- 03:00h – Largada do percurso **Longo** 55k
- 07:00 – Saída **Caminhada Guiada**
- 08:00h – Largada do percurso **Médio** 25k
- 14:00h- Largada do percurso **Curto** 10k
- 17:00h – início da premiação

20 minutos antes de cada largada checagem dos kits obrigatórios

10.1 Horário de corte

Longo

5horas e 30 minutos de prova na Portaria de Pedra Menina ES
Tempo limite para conclusão 17 horas (seguindo a norma da ISF)

Médio 25k

—

Curto 10k

—

Os horários definitivos e cronograma de cada modalidade serão divulgados no Race Book que cada atleta receberá. Estes acima podem sofrer alterações.

11.0 LARGADA

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023
SKYRUNNING

Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

13/26

REV.

0

Cada percurso tem seu horário de largada em grupo pré-definido. O atleta que não estiver presente em seu horário de largada será penalizado conforme seção de punições deste regulamento.

Caso considere necessário, a organização pode realizar chamada para alinhamento de largada para melhor organizar o processo, contudo a chamada é uma gratuidade, sendo que é papel do atleta, como dito acima, estar na hora e local marcado para que receba a contagem regressiva de largada.

Atrasos serão punidos conforme a tabela de punições contida neste documento.

12.0 EQUIPAMENTOS OBRIGATÓRIOS

PARA OS PERCURSOS MÉDIO E LONGO

- Mochila de hidratação ou recipiente que armazene no mínimo 1,5L (garrafinha de água);
- Alimentação (Para acima de 5 horas de prova);
- Cobertor de Emergência;
- Apito;
- Pastilha para purificar água;
- Kit Primeiros Socorros (Anti-histamínico / Antisséptico / Anti-inflamatório, Atadura, Gase) (consulte seu Médico); **Importante saber como utilizar.**
- Celular com crédito e carregado (levar desligado durante a prova).
- Lanterna de cabeça (**Sómente para o 55k**)
- Certificado médico (**Sómente para o 55k**) Apresentar na retirada de kit

PARA O PERCURSO CURTO

- Mochila de hidratação ou recipiente que armazene no mínimo 1L (garrafinha de água);
- Alimentação (Para acima de 3 horas de prova);
- Apito,
- Cobertor de Emergência;
- Kit Primeiros Socorros (Anti-histamínico / Antisséptico / Antialérgico / Anti-inflamatório, Atadura, Gase) (consulte seu Médico);
- Celular com crédito e carregado (levar desligado durante a prova)
- **Lanterna (pois largada será à tarde)**

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023

SKYRUNNING

Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

14/26

REV.

0

PARA CAMINHADA

- Mochila de hidratação ou recipiente que armazene no mínimo 1,5L (garrafinha de água).
- Alimentação (Para acima de 5 horas de duração).
- Celular com crédito e carregado (levar desligado durante o percurso);
- **Lanterna**

A organização informa que os itens obrigatórios poderão ser verificados nos PC's (ponto de controle) no decorrer da prova o não atendimento destes itens, o participante é passível de desclassificação e retirado da prova.

O atleta deve ser autossuficiente na hidratação e alimentação. Durante o Trajeto temos várias nascentes que serão indicadas para reabastecer os seus recipientes. A título de apoio suplementar, a Organização poderá disponibilizar água potável em postos determinados no local da prova e demais itens suplementares.

OBS: O uso obrigatório de mochila de hidratação e/ou garrafas, é impreterível, pois **não serão disponibilizados copos e/ou garrafas** descartáveis com água.

12.1 OUTROS ELEMENTOS ACONSELHADOS E OPCIONAIS

- Tênis Trail Run (Devido à irregularidade do solo e a variação como subidas, descidas e aspectos com água, areia, lama, terra e pedras).
- Luva para proteção das mãos
- Bastão de Caminhada
- Boné, Gorro ou Viseira
- Protetor solar
- Sal
- Gel carboidrato
- Barra de Cereal
- Mariola
- Ter um seguro de vida compatível com as necessidades de seus dependentes e beneficiários.

12.2 ACESSÓRIOS SONOROS

Não será permitido o uso de nenhum tipo de aparelho sonoro ou de comunicação de qualquer espécie durante a competição. Exemplos: headphone, mp3 players ou rádios etc.

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023
SKYRUNNING

Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

15/26

REV.

0

13.0 PERCURSO

- **LONGO** – 60Km – 3700 alt
- **MÉDIO** – 27Km – 1848 alt
- **CURTO** – 12Km – 603 alt
- **CURTO** – 06Km – 260 alt
- **VK (KILOMETRO VERTICAL)** – 6,5km - 1,000- Alt

Um mapa do percurso, juntamente com o boletim de prova, programação completa, localização dos pontos de captação de água, informações de altimetria e dados técnicos será divulgado no RACEBOOK, a ser enviado aos inscritos na prova e/ou juntamente com o Kit e/ou divulgado no site e mídias sociais do evento.

14.0 RACE BOOK

O Race Book é o guia do atleta para o fim de semana. Assim, a organização admite que, mediante a entrega do artefato ao atleta, ele estará ciente das informações contidas ali. É de responsabilidade individual de cada atleta ler o Race book.

De uma forma geral, o Race Book conterá as seguintes informações:

- Mapas
- Ponto de captação de água;
- Cronograma do evento;
- Horários;
- Regras específicas, que podem ser substitutas de regras contidas neste regulamento.

15.0 APOIO

Para dar suporte aos atletas teremos no percurso uma equipe de apoio capacitada e especialista do local. São staffs Insanity e guias credenciados do Caparaó. Eles estarão espalhados em pontos predeterminados pela logística da prova. Os mesmos têm função de balizar, ajudar e fiscalizar os atletas caso necessário. Em determinados pontos terão a função de posto de controle.

SKY INSANITY MOUNTAIN	
REGULAMENTO 2023 SKYRUNNING Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil	PÁGINA 16/26
	REV. 0

16.0 RESULTADO DA PROVA E RECURSOS

Tão logo a equipe de cronometragem apure os resultados finais de cada categoria, os mesmos serão anunciados e afixados para avaliação dos atletas interessados.

Recursos serão aceitos durante a prova ou até 15 minutos após a divulgação do resultado oficial. Passado este prazo, o mesmo será homologado pela Organização e divulgado como oficial. Somente serão aceitos recursos por escrito e acompanhados de um depósito de R\$ 150,00 em dinheiro. Caso seja julgado procedente, o depósito será devolvido.

O Diretor de Prova é soberano no que diz respeito ao julgamento dos recursos. Sua decisão será sempre final e irreversível.

Importante: Se depois da premiação houver alguma correção de resultados, a organização não será responsável por fazer a entrega ou troca de prêmios entre os atletas.

Em caso de alteração de resultados após a premiação, as trocas de prêmios, medalhas e troféus ocorrem por conta dos interessados sem participação da organização.

17.0 PREMIAÇÃO

Os cinco primeiros colocados gerais de cada distancia recebem troféus e os 3 primeiros de cada categoria receberão medalha personalizada e se disponíveis brindes de patrocinadores.

Todos os atletas que completarem a prova receberão a medalha de finisher.

É obrigatório o uso de camisa e alguma vestimenta adequada ao subir no pódio.
É obrigatório o uso de tênis, camisa, short/saia ou calça ao subir no pódio.

Proibido descalços.

18.0 PONTUAÇÃO

Esta etapa estará pontuando para o circuito Skyrunning Brasil e para o ranking Insanity.

19.0 PUBLICIDADE E DIREITO DE USO DE IMAGEM

A prova poderá ser gravada em vídeo e/ou fotografada.

Os atletas que tiverem alguma restrição ao uso de sua imagem deverão fazê-la por escrito antes da prova.

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023

SKYRUNNING

Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

17/26

REV.

0

Caso contrário, todas as imagens serão consideradas livres para qualquer tipo de uso, em qualquer data, sem qualquer compensação financeira, por tempo indeterminado.

20.0 RESPONSABILIDADES, OBRIGAÇÕES E REGRAS ESPECÍFICAS

É de responsabilidade do atleta conhecer as regras do evento contidos neste documento e no Race Book.

O Insanity Mountain é regido por este Regulamento. Ao se inscrever nesta competição, cada participante declara que:

Leu, entendeu e aceitou todas as normas contidas nele, com especial atenção nos itens 20.9/ 20.12/ 20.13

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023

SKYRUNNING

Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

18/26

REV.

0

- 20.1 Participa do insanity mountain por livre e espontânea vontade; em seu nome e de seus sucessores, isenta os organizadores, promotores, patrocinadores e supervisores deste evento de toda e qualquer responsabilidade sobre quaisquer consequências, acidentes, furtos, danos e prejuízos que possam advir de sua participação nesta prova, não cabendo qualquer tipo de indenização.
- 20.2 Salvo o diretor de prova, nenhum membro da organização/staff está autorizado a comentar ou responder por regras específicas do regulamento. A organização disponibiliza de um regulamento impresso na secretaria para apreciação;
- 20.3 A título de apoio suplementar, a organização poderá fornecer ou disponibilizar água potável em postos determinados no local da prova e demais itens será realizado através de produtos de nossos patrocinadores. Fundamental o atleta que leve a maior quantidade de água e comida possível, o que o ajudará no julgamento de suas necessidades de comida e hidratação; caso a organização forneça água mineral em copo, o mesmo será entregue já aberto, e seu uso exclusivo para beber (proibido usar esta água para outro fim).
- 20.4 Está ciente que a prova se desenrola por vias públicas e particulares abertas ao trânsito normal de veículos, onde as leis de trânsito têm que ser respeitadas; assume ressarcir quaisquer valores decorrentes de danos pessoais ou materiais causados por sua participação neste evento.
- 20.5 Cada participante é responsável pelo seu lixo. Caso o atleta seja visto descartando lixo no local da prova, este será chamado atenção e penalizado conforme seção de penalizações deste regulamento;
- 20.6 Durante a prova, o atleta, caso seja alcançado por outro atleta mais rápido, é obrigado a dar passagem;
- 20.7 Cada etapa contará com uma programação geral e de largada específica, válida somente para referida etapa;
- 20.8 A organização, os hotéis, prefeituras municipais, federações nacionais e estaduais, os promotores e patrocinadores não se responsabilizam por roubos/furtos e danos de equipamentos ou por qualquer traumatismo e/ou lesões em atletas e assistentes causados por acidentes antes durante e pós evento;
- 20.9 Assume com todas as despesas de viagem, hospedagem, alimentação, traslados, seguros, assistência médica e quaisquer outras despesas necessárias, ou provenientes da sua participação neste evento, antes, durante ou depois do mesmo
- 20.10 Está ciente de seu estado de saúde e de estar capacitado para a participação, gozando de saúde perfeita e de haver treinado adequadamente para esta prova; até a data de sua inscrição, não foi impedido de participar de qualquer outro esporte por motivos médicos; não usa drogas e não faz uso abusivo de bebidas alcoólicas

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023
SKYRUNNING

Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

19/26

REV.

0

- 20.11 Está ciente que à organização se reserva o direito de, a qualquer momento, rejeitar a inscrição de um atleta; que as inscrições são intransferíveis de titularidade e ano, e só serão efetivadas após o pagamento. **No caso de cancelamento dentro do prazo regulamentar, o inscrito será reembolsado, com desconto das taxas de site e de 15% referente produção de material administrativo. Faltando 1 mês do evento não tem reembolso.**
- 20.12 É responsabilidade de cada participante ter um convênio médico para assistência e cobertura financeira em caso de acidente;
- 20.13 Em caso de acidente, é obrigação do atleta que encontrar o acidentado, prestar o primeiro apoio e avisar ao próximo atleta que chegar no local. Esse deverá procurar a organização e avisar as equipes de resgate.
- 20.14 A organização da prova não cobre despesas médicas além dos primeiros socorros prestados no local. Caso necessite remoção, atendimento ou internação hospitalar, estes serão de responsabilidade da própria equipe e ou atleta acidentado. A organização se reserva o direito de acionar o cheque-caução para cobrir gastos emergenciais;
- 20.15 Ponto de cortes - a organização, por motivos de segurança, encerrará os trabalhos dos fiscais de acordo com a programação de cada etapa. Os atletas que ainda estiverem no percurso deverão obrigatoriamente seguir as instruções dos fiscais
- 20.16 Zelar pela boa imagem do esporte através da preservação do meio ambiente, não jogando lixo no percurso ou qualquer tipo de vandalismo;
- 20.17 É responsabilidade individual de o atleta o verificar na secretaria do evento antes dos treinos e da competição a existência de comunicados oficiais; o assinar o termo de responsabilidade e uso de imagem; casos omissos serão julgados pela direção de prova e comissários responsáveis
- 20.18 Está ciente que a medalha insanity mountain é um prêmio especial para aqueles que, comprovadamente, completarem seus respectivos roteiros de competição, dentro dos períodos de tempo estipulados pela organização; não é brinde e nem souvenir de participação.
- 20.19 A organização do evento se reserva o direito de alterar a data e local da realização das provas com até sete dias de antecedência, tal como modificar qualquer outra cláusula e/ou condições do presente regulamento com até 24 horas de antecedência da realização da etapa;
- 20.20 A organização do evento poderá cancelar o evento a qualquer momento sem ônus para a mesma. Esse cancelamento pode ser por força maior, condições climáticas e/ou para a segurança e bem-estar dos atletas

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023
SKYRUNNING

Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

20/26

REV.

0

- 20.21 Mudanças de programação e comunicados importantes serão postados na secretaria do evento e em nosso site de inscrição ou site do evento. É de responsabilidade de o atleta tomar conhecimento de tais comunicados
- 20.22 Em caso de cancelamento da prova por motivos de força maior (morte, acidente, condições meteorológicas, etc), os organizadores estarão isentos de qualquer tipo de indenização que não seja a devolução da taxa de inscrição (reduzido de taxas extras e impostos). A prova poderá ser adiada ou cancelada a critério da comissão organizadora, sendo comunicando aos inscritos esta decisão pelo do site oficial da corrida, redes sociais e email-marketing. Os competidores ficam cientes que deverão assumir no ato da inscrição todos os riscos, prejuízos e danos no caso de suspensão da corrida (iniciada ou não) por questões de segurança pública, condições meteorológicas ou qualquer outro motivo que esteja ligado a segurança dos competidores, não gerando qualquer responsabilidade para a comissão organizadora
- 20.23 Notificar imediatamente à secretaria de prova se vier a abandonar a competição por qualquer motivo. Caso isso não ocorra, à organização se reserva o direito de promover uma busca organizada e cobrar desse participante todos os custos que forem gerados por esta ação.
- 20.24 A vitória será feita sempre ao entrar no alinhamento da prova. Os fiscais e staffs da prova podem a qualquer momento solicitar ao competidor uma verificação de equipamento.
- 20.25 Está ciente que, além deste regulamento particular, sua participação está sujeita às normas impostas pela Skyrunning Brasil. (disponíveis nos websites de cada modalidade).

- Para dirimir qualquer dúvida oriunda do presente regulamento, fica eleito o foro da comarca de VILA VELHA – ES para fins civis e jurídicos.

21.0 RISCOS ENVOLVIDOS NAS ATIVIDADES

Riscos gerais de atividades ao ar livre, tais como picadas de insetos, animais peçonhentos, tropeções, esbarrões, queda de árvores, intempéries climáticas, dentre outros;

Lesões leves, graves ou gravíssimas pelo não cumprimento das orientações da organização do evento e equipe de apoio;

Escorregamentos, escoriações, arranhões, mal súbitos, enjoos, desmaios, pequenas queimaduras, fraturas e até risco de morte, pelo não cumprimento das orientações de segurança.

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023

SKYRUNNING

Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

21/26

REV.

0

Para a boa realização da prova o participante deverá estar usando roupas adequadas para atividade física, remédio de alergias, tênis adequado e com solado aderente e ainda protetor solar e os demais detalhes que foram passados na divulgação do evento.

O participante deverá estar ciente dos riscos que as atividades ao ar livre oferecem e estar ciente das instruções;

Gozar de boa saúde e ter informado, por escrito, qualquer condição médica que possua diferente da normalidade, bem como doenças pré-existentes e/ou uso de medicamentos;

Estar preparado, dentro do horário previsto, para a apresentação de instruções para as atividades do evento e que durante esta apresentação sanará todas as suas dúvidas;

Que entende e aceita os riscos mencionados nos itens acima, garantindo ter atestado médico que permita participar nesta atividade / prova;

Autoriza o uso de sua imagem, assim como a imagem de seu (s) acompanhante (s) para divulgação do evento, tanto no site da prova como em mídias sociais, revistas e demais veículos de comunicação.

O participante deve ter ciência de que qualquer ato seu, contrário às informações recebidas e orientações da Organização da prova, podem causar danos à sua integridade física, ao meio ambiente e a terceiros, nos quais assume integralmente a responsabilidade;

A idade mínima para participação na prova curta é de 16 anos. Nas demais distancias é 18 anos. Valendo a idade que o atleta terá até 31 de dezembro do ano corrente da prova.

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023
SKYRUNNING
Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

22/26

REV.

0

22.0 PUNIÇÕES

Em casos específicos de descumprimento de algum item deste regulamento, o atleta poderá ser punido de duas formas:

- Adição no tempo de prova ou;
- Desclassificação.

Abaixo se encontram as principais punições. Os valores em tempo referem-se à adição que será feita no tempo total de prova do atleta.

Vale lembrar que **qualquer atitude antidesportiva** ficará sujeita a julgamento pela direção de prova.

Atitude antidesportiva	Penalização
Atitudes antidesportivas, brigas e xingamentos	Desclassificação
Cortar caminho inferior a 50 metros (sem intenção)	10 minutos
Cortar caminho maior que 50 metros e menor que 1Km. (sem intenção)	30 minutos
Cortar caminho acima de 1Km (sem intenção)	1hora
Cortar caminho mal intencionado	Desclassificação
Jogar lixo nas dependências da competição	30 minutos (se recolher) ou Desclassificação
Não facilitar a ultrapassagem	1 minuto
Não utilização dos equipamentos Obrigatórios	10 minutos
Queima de largada	5 segundos
Uso de auxílio externo para obter vantagens sobre os demais competidores	Desclassificação
Uso de drogas ou produtos ilícitos	Desclassificação
Informações erradas ou falsas na ficha de inscrição.	Desclassificação
Tumultuar o trabalho da Organização (desde a inscrição até a premiação).	Desclassificação
Assinar e entregar o termo de responsabilidade	Desclassificação

O Organização se empenha para fazer um evento impecável. Porém, para garantirmos uma prova de alto nível, precisamos da colaboração de todos na fiscalização, respeito ao meio ambiente, as propriedades, comunidade, staffs e atletas e demais envolvidos.

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023

SKYRUNNING

Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

23/26

REV.

0

23.0 TERMO DE RESPONSABILIDADE

É obrigatória a assinatura do termo de responsabilidade por todos os participantes. Não assinar o termo pode ocasionar em desclassificação.

Não assinar o termo pode ocasionar em desclassificação.

Favor imprimir o termo na página a seguir e entregar como requisito para entrega do KIT.

ESSE REGULAMENTO ESTÁ EM CONSTANTE ATUALIZAÇÃO, E PODERÁ SER ALTERADO ANTES DO EVENTO.

INSANITY MOUNTAIN

TERMO DE RESPONSABILIDADE

NOME: _____ RG: _____
DATA NASCIMENTO: / /
ENDEREÇO: _____ CIDADE / ESTADO: _____
TELEFONE: _____ E-MAIL: _____
PERCURSO: _____ CATEGORIA: _____

TERMO DE RESPONSABILIDADE

DECLARO PARA OS DEVIDOS FINS QUE ESTOU CIENTE E DE ACORDO COM O REGULAMENTO DESTA COMPETIÇÃO E ISENTO OS ORGANIZADORES, PROMOTORES, PATROCINADORES E SUPERVISORES DESTE EVENTO DE QUALQUER RESPONSABILIDADE E SOBRE QUAISQUER CONSEQUÊNCIAS QUE POSSAM ADVIR DE MINHA PARTICIPAÇÃO NESTA PROVA, NÃO CABENDO QUALQUER TIPO DE INDENIZAÇÃO. DECLARO AINDA, QUE ATÉ HOJE, NÃO FUI IMPEDIDO DE PARTICIPAR DE QUALQUER OUTRO ESPORTE POR MOTIVOS MÉDICOS, NÃO USO DROGAS, NÃO FAÇO USO ABUSIVO DE BEBIDAS ALCOÓLICAS. EM CASO DE EMERGÊNCIA, AUTORIZO QUALQUER PESSOA QUALIFICADA A ADMINISTRAR O TRATAMENTO NECESSÁRIO, MÉDICO E/OU CIRÚRGICO, INCLUINDO A ADMINISTRAÇÃO DE SANGUE E DERIVADOS SANGUÍNEOS. AUTORIZO TAMBÉM QUE AS INFORMAÇÕES RELATIVAS AO MEU ESTADO DE SAÚDE SEJAM DADAS PELO MÉDICO RESPONSÁVEL PARA O DIRETOR DA PROVA. DECLARO ESTAR CIENTE QUE É OBRIGATÓRIO A APRESENTAÇÃO DO COMPROVANTE DE PAGAMENTO NA RETIRADA DO KIT E QUE O MESMO PODE SER ENTREGUE A TERCEIRO MUNDO DESTE TERMO POR MIM ASSINADA E PORTANDO COPIAS DE MEU DOCUMENTO COM FOTO. EU CONCORDO EM OBSERVAR QUALQUER DECISÃO OFICIAL DA COMPETIÇÃO RELATIVA À MINHA POSSIBILIDADE DE TERMINÁ-LA SEGURAMENTE, BEM COMO AO DE MEUS EQUIPAMENTOS. ASSUMO TODOS OS RISCOS EM PARTICIPAR DESTA COMPETIÇÃO, INCLUSIVE DE MINHA PRÓPRIA VIDA, DENTRE OUTROS RELATIVOS A QUEDAS, CONTATOS COM OUTROS PARTICIPANTES, ASSALTOS, EFEITO DO CLIMA, INCLUINDO ALTO CALOR E/OU UMIDADE, CONDIÇÕES DO CIRCUITO E DO TRÁFEGO DURANTE A COMPETIÇÃO, ENFIM TODOS OS CONHECIDOS E JÁ POR MIM ESTIMADOS. TENDO EM VISTA ESTA RENÚNCIA DE DIREITOS E CONHECENDO ESTES FATOS, E POR SUA CONSIDERAÇÃO EM ACEITAR ESTA INSCRIÇÃO, EU, POR MIM MESMO E POR NINGUÉM MAIS QUE SE FAÇA POR MIM REPRESENTAR EM MEU FAVOR, RENÚNCIO E LIBERO A ORGANIZAÇÃO DO INSANITY MOUNTAIN, TODOS SEUS PATROCINADORES, APOIADORES, SEUS REPRESENTANTES OU SUCESSORES DE TODAS AS RECLAMAÇÕES OU RESPONSABILIDADE POR QUALQUER FATO QUE ME COLOQUE FORA DA PARTICIPAÇÃO DA COMPETIÇÃO, AINDA QUE A RESPONSABILIDADE PROVENHA DA NEGLIGÊNCIA OU FALTA DE ATENÇÃO DE PARTE DAS ENTIDADES/ PESSOAS AQUI NOMINADAS. EU CONCEDO PERMISSÃO A TODAS ELAS, ENTIDADES/PESSOAS, A UTILIZAREM QUAISQUER FOTOGRAFIAS, FILMES GRAVAÇÕES OU QUALQUER OUTRA FORMA QUE MOSTRE MINHA PARTICIPAÇÃO NO PROVA, PARA QUALQUER PROPÓSITO LEGÍTIMO.

ASSINATURA DO ATLETA

ASSINATURA DO RESPONSÁVEL

RG DO RESPONSÁVEL

OBSERVAÇÃO: PARA MENORES DE 18 ANOS SERÁ NECESSÁRIA A ASSINATURA E RG DO PAI OU RESPONSÁVEL.

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023
SKYRUNNING
Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

25/26

REV.

0

Este certificado tem como base as diretrizes da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte. Após aprovação no teste de aptidão física o documento deverá ser preenchido com letra de forma legível, datado e assinado pelo médico, juntamente com o seu carimbo de registro profissional. A apresentação do presente certificado é OBRIGATÓRIA no momento da retirada do kit. O atleta que não o apresentar terá a inscrição automaticamente cancelada



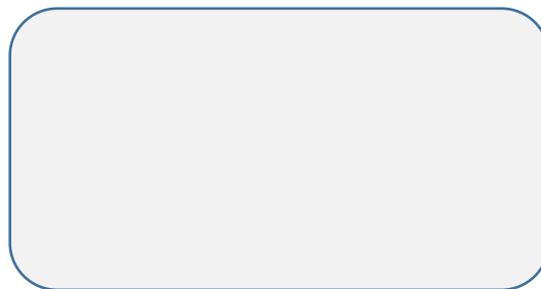
Eu, _____ médico(a) abaixo-assinado, atesto que os exames do(a) atleta(a) _____ documento de identificação nº _____ e data de nascimento: ____/____/____ não apresentaram nenhuma contra-indicação para participar em competições de corrida TRAIL RUN, modalidade individual de _____ Km.

Atestado médico emitido em (local): _____.

Data: _____



Assinatura



Carimbo Registro Profissional

Dados Complementares:

Grupo sanguíneo (fator RH): _____ Frequência cardíaca em repouso: _____

Alergia(especifique): _____

Para emergência contactar: _____

Telefone: _____

Plano de saúde: _____

Nº: _____

SKY INSANITY MOUNTAIN

REGULAMENTO 2023
SKYRUNNING
Etapa: PICO DA BANDEIRA – Alto Caparaó – MG - Brasil

PÁGINA

26/26

REV.

0



AUTORIZAÇÃO DE RETIRADA POR TERCEIROS

Autorizo o(a) Sr.(a) _____,
portador (a) do documento tipo: _____, número: _____, a retirar meu
Kit Atleta da prova INSANITY MOUNTAIN ETAPA: _____
sendo de minha TOTAL responsabilidade o cuidado do mesmo após a retirada pelo
autorizado.

_____ Estando compreendidas e analisadas as condições para participação assino o presente
instrumento. LOCAL E DATA

: _____
ASSINATURA: _____

Não esqueça de anexar
a fotocopia do seu
documento de