

Prezados Aventureiros,

O regulamento está composto por uma série de regras que devem ser observadas e respeitadas que que você e todos os participantes possam aproveitar o evento da melhor forma possível.

Inscrições: – [www.uprisebrasil.com/inscricoes](http://www.uprisebrasil.com/inscricoes)

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

Boa leitura e nos encontramos na UpRise Brasil 2017.

Att,

Equipe UpRise Brasil

[contato@uprisebrasil.com](mailto:contato@uprisebrasil.com)

#### O EVENTO:

A UpRise Brasil é um evento que reúne treinamento, informação, Ecoturismo e esporte. Com o objetivo de estimular a prática da corrida de montanha (Trail Run) que tem como grande apelo o contato com a natureza. Não pretendemos estimular uma disputa entre os atletas, por isso não temos premiação por colocação. **NÃO SOMOS UMA PROVA, SOMOS UM GRANDE EVENTO QUE PROPÕE UMA EXPERIÊNCIA DIFERENTE COM O ESPORTE.**

Além de criar todo um envolvimento com os atletas e seus acompanhantes, o UpRise Brasil desenvolve um trabalho de experimentação com marcas e produtos. Esse é um trabalho totalmente direcionado para que nossos clientes tenham um maior contato com os produtos e marcas dos patrocinadores da prova.

#### DEFINIÇÕES:

A corrida de montanha (TRAILRUN) é uma modalidade totalmente diferente. Estar em contato com a natureza, animais e poder aproveitar um momento de encontro pessoal, faz com que cada vez mais atletas migrem para essa modalidade.

#### LOCAL:

Toda a estrutura do evento está localizada no Resort Bristol Vista Azul - Pedra Azul - Domingos Martins /ES

## INSCRIÇÕES:

As inscrições são limitadas e serão realizadas exclusivamente pelo site do evento até uma semana antes da realização ou até que o limite de atletas seja atingido, o que vier primeiro.

## PACOTES:

Kit básico trail run - **Treinamento**: Esse kit dá direito ao atleta participar de todas as palestras e aulas ministradas pelos melhores profissionais da área, (para saber mais informações sobre as palestras ler o item abaixo), no dia 7 de abril de 2018.

O kit também inclui os seguintes itens:

- Certificado de conclusão de curso
- Brindes (caso tenha liberação dos patrocinadores)
- Sorteio de 8 mil reais em produtos

Valor do kit : R\$ 50,00 (cinquenta reais)

Kit básico trail run - **Desafio**: Esse kit dá direito ao atleta participar das largada nas distâncias de 5, 10 ou 21km do domingo dia 8 de abril de 2018, o percurso será divulgado em breve.

O kit também inclui os seguintes itens:

- Camisa de corrida no material MESCLA da marca Mantle
- Medalha de FINISHER
- Seguro atleta da My Safe Sport
- Brindes (caso tenha liberação dos patrocinadores)
- Sorteio de 8 mil reais em produtos

Valor do kit : R\$ 90,00 (noventa reais)

Kit Completo trail run - **Treinamento + desafio**: Esse kit dá direito ao atleta participar de todas as palestras e aulas ministradas pelos melhores profissionais da área, (para saber mais informações sobre as palestras ler o item abaixo) além do desafio Uprise Brasil nas distâncias de 5, 10 ou 21km.

O kit também inclui os seguintes itens:

- Camisa de corrida no material MESCLA da marca Mantle
- Medalha de FINISHER
- Seguro atleta da My Safe Sport
- Certificado de conclusão de curso

- Brindes (caso tenha liberação dos patrocinadores)
- Sorteio de 8 mil reais em produtos

Valor do kit : R\$ 120,00 (cento e vinte reais)

## CANCELAMENTO E DEVOLUÇÕES

Só haverá devolução do dinheiro em caso de cancelamento do evento ou solicitação por parte do participante com 3 semanas de antecedência do evento. A solicitação deverá ser feita por email [contato@uprisebrasil.com](mailto:contato@uprisebrasil.com)

## CONFIRMAÇÃO DA INSCRIÇÃO:

Após efetuar o pagamento aguarde o prazo de até dois (2) dias úteis para receber o email de confirmação do site de inscrições. Caso o pagamento não seja efetuado sua inscrição será automaticamente CANCELADA, e se tornará disponível para outro atleta.

## KIT ATLETA:

Os atletas confirmados para etapa, na lista que é fechada na quarta-feira da semana do evento, são os únicos que estão aptos a retirar o kit e portanto, participar do evento. A organização do evento não fará inscrições no local e não entregará kits para atletas que não estejam na lista de confirmados.

## DOCUMENTAÇÃO PARA RETIRADA DO KIT DO ATLETA:

Para a retirada do Kit de Atleta é obrigatória a apresentação de um documento original ou cópia autenticada, e comprovante de pagamento. Sendo que esta pode ser feito pelo próprio atleta ou por alguém que esteja de porte deste documento. Vale lembrar que a organização não se responsabiliza por estes documentos em porte de terceiros. 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.

## LOCAL PARA RETIRADA DO KIT:

A entrega de kit será sexta feira dia 06 de abril de 2018 das 18 às 22h no próprio local do evento de acordo com o cronograma, caso o atleta não consiga retirar o kit na sexta, tem que procurar a organização do evento para a retirada do mesmo no sábado 7 de abril das 6 às 8 horas ou domingo dia 8 de abril de 2018 das 6 às 8h.

## PALESTRAS:

Sidney Togumi

Treinador UPFITRAIL

Membro do Conselho Mundial da ITRA

Consultor para Trail Running - CBA

Chefe da Equipe Brasil no Mundial Trail 2017

Técnico da Equipe Brasil no Mundial Trail 2016

Tor de Geants Finisher 2016

PTL Finisher 2013

UTMB Finisher 2012 e 2013

La Mision Race 160k Finisher por 5x

TNF Ilha Bela 80k finisher 2x

Indomit Costa Esmeralda 100k Finisher 2x

### Palestras:

- Aula Prática sobre corrida de montanha
- Aula Prática uso de trekking Poles
- Aula teórica como estudar os percursos da prova

Emilio Sant'Ana

Graduação Educação Física UFES - CREF 906/G-ES

Finisher nas Ultramaratonas

APTR Videiras 55k e 70k

APTR Ouro Preto 55k

APTR Pedra Azul 60k

APTR Arraial do Cabo 55k

Palestras em congressos técnicos Trailrun :

Correr no Mato Rio Preto 2016

APTR Ilha Grande 2016

Itaoca Trailrun 2017

Workshops Trailrun em Buenos Aires (Guarapari), Domingos Martins, Academia Razões do Corpo (Vitória) e na "Mountain Week Decathlon" Vila Velha (3 edições)

Colunista no portal Go On Outdoor

Colaborações em periódicos esportivos como Revista VO2, Revista Contra Relógio e Trail Running Brasil

### Palestras:

- Aula Prática sobre corrida de montanha
- Palestra sobre produtos usados no Trail Run

Fagner Luiz Pacheco Salles

Prof convidado do curso de Athletic Training pela Universidade de Bethel, TN, USA

Mestre em gestão de pessoas

Especialista em docência superior

Especialista em acupuntura

Membro da sociedade HARI de acupuntura tradicional japonesa

Terapeuta do Movimento e Manual

Sócio da empresa Biodinâmica

Palestras:

- Aula Prática educativos de corrida
- Palestra biomecânica da corrida

PERCURSOS:

O percurso será divulgado pela organização do evento até o dia 5 de março, dando tempo para o atleta se preparar.

**\*As distâncias poderão sofrer mudanças para melhor adaptar ao evento. Caso isso aconteça será informado com antecedência para todos os atletas através do e-mail e mídias sociais.**

EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO OBRIGATÓRIO:

- Para segurança do atleta é de suma importância que o mesmo tome os seguintes cuidados, e use os seguintes itens:
- tênis,
- camisa do evento
- celular com carga para ligar para a organização do evento caso tenha alguma necessidade.
- Vamos ter pontos de apoio durante o percurso, mas é obrigatório o uso de mochila de hidratação.

Número da organização: 0xx27 99919-1200 (VIVO) Willian Prates.

ITENS OPCIONAIS: Anti-histamínico / antisséptico / antialérgico / anti-inflamatório, Boné, Gorro ou Viseira, Roupa de compressão, Protetor solar, Sal, Gel carboidrato, Barra de Cereal, Mariola .

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

RESPONSABILIDADES, OBRIGAÇÕES E REGRAS ESPECÍFICAS É de responsabilidade de o atleta conhecer as regras do evento contidas neste documento . 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; 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 levar a maior quantidade de água e comida possível, o que o ajudará no julgamento de suas necessidades de comida e hidratação; Os participantes deverão respeitar todas as leis de trânsito caso seja realizado em vias públicas. Cada participante é responsável pelo seu lixo. Caso o atleta seja visto descartando lixo no local do evento, este será chamado atenção; Durante a prova, o atleta, caso seja alcançado por outro atleta mais rápido, é obrigado a dar passagem; Cada etapa contará com uma programação geral e de largada específica, válida somente para referida etapa; A organização, os hotéis, prefeituras municipais, CBC, Federações 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 durante o evento; É responsabilidade de cada participante ter um convênio médico para assistência e cobertura financeira em caso de acidente; 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. As equipes médicas que apoiam o evento prestarão somente os primeiros socorros e encaminhamento do acidentado para um hospital mais próximo; Todas as despesas hospitalares correrão por conta do acidentado; Zelar pela boa imagem do esporte através da preservação do meio ambiente, não jogando lixo no percurso ou qualquer tipo de vandalismo; É de responsabilidade individual o atleta 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; 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; 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; Mudanças de programação e comunicados importantes serão postados na secretaria do evento e em nossas redes sociais e/ou site do evento. É de responsabilidade de o atleta tomar conhecimento de tais comunicados; 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 está decisão pelo do site oficial da corrida, facebook 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. Notificar imediatamente à Secretaria de Prova se vier a abandonar o evento 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.

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

**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, enjoo, desmaios, pequenas queimaduras, fraturas e até risco de morte, pelo não cumprimento das orientações de segurança. 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 é de 18 anos. Valendo a idade que o atleta terá até 31 de dezembro do ano corrente do evento.

Em caso de acidente, o socorro não é imediato devido à geografia do terreno e meios de locomoção. O socorro pode demorar um tempo do período do acionamento até o resgate. Importante ter materiais de emergência e saber usá-los.

TERMO DE RESPONSABILIDADE É obrigatória a assinatura do termo de responsabilidade por todos os participantes. Não assinar o termo pode ocasionar em desclassificação. ESSE REGULAMENTO ESTÁ EM CONSTANTE ATUALIZAÇÃO, E PODERÁ SER ALTERADO ANTES DO EVENTO.