



Versión actualizada #21 de abril

## Guia do corredor – Distância: 50K

### A) Descrição Geral da Indomit Ultra Trail Mendoza / Descrição do Percurso / Classificação do Circuito / Data da prova / Horário de largada / Local de largada / Local de chegada / Horário de Término

#### Descrição do Percurso:

Indomit Ultra Trail Mendoza, Argentina, será uma prova com um circuito desafiante. Os atletas correrão por trechos de endure e com animais, em bordas onde a vegetação espinhosa e o terreno arenoso os tornarão mais lentos em alguns lugares.

A corrida de 50K larga no Camping Municipal Las Vegas, haverá transfer aos participantes desde o Gran Hotel Potrerillos até a largada. São aproximadamente 15km de asfalto.

A corrida larga pela rua principal a 1980msnm, logo passará pelo Valle del Sol a 2100msnm e toma a rua rumo a Los Zorzales até entrar por uma propriedade privada a uma montanha muito técnica, que sobe até uma planície e logo desce pela serra de subida a Vallecitos, km 7. Após este, sobe pelo caminho principal da serra em caracol até chegar ao PAS de altura, PAS Vallecitos, km 15. Este será o ponto mais alto e logo de se abastecer, os atletas descerão pelo caminho até o PH Río Blanco km 26.

De aqui há necessidade de cruzar o rio Blanco pelo velho caminho que vai a El Salto, onde sua escola abriga o próximo PAS e já estaremos a 1860msn e km 39 de corrida. Finalmente após descer pela estrada, se desviam para uma zona técnica de vales e sobem ao Cerro Cocodrilo para logo costear o Lago Potrerillos rumo à chegada no Gran Hotel Potrerillos.

Mendoza e sua cordilheira os esperam, o imponente Cordão de Prata e toda a paisagem em torno do percurso converterão a esta edição de Indomit Ultra Trail como a grande corrida de montanha na Argentina.

#### Classificação do Percurso, dados da ITRA:

Endurance points: 3

Mountain level: 4

Finisher level: 280

**Dia da prova:** sábado 20 de maio

**Horario de largada:** 07:00 hs

**Local de largada:** Camping Municipal Las Vegas

**Local de chegada:** Gran Hotel Potrerillos. Potrerillos

**Horario de término:** 22:00 hs

**Horario do transfer para a Largada:** 05:30hs – Gran Hotel Potrerillos

### B) Credenciamento e Entrega de Kits / Congresso Técnico

Credenciamento e entrega de kits: apresentar-se com DNI ou passaporte e Certificado Médico Obrigatório

Quinta-feira 18 de maio: de 12hs à 22hs. Gran Hotel Potrerillos

Sexta-feira 19 de maio: de 10hs à 20hs. Gran Hotel Potrerillos

Congresso Técnico **OBRIGATÓRIO**

Sexta-feira 19 de maio: de 13hs à 14hs. Gran Hotel Potrerillos



### C) Traslado a largada / Largada / Escritório Central do Evento/ Guarda Volumes / Chegada / Premiação

Transfer para a largada:

Sábado 20 - 05:30hs. Lugar: Gran Hotel Potrerillos

Largada:

Sábado 20 – 07:00 0hs. Lugar: Gran Hotel Potrerillos

Escritório Central do Evento:

Funcionará durante a prova no Gran Hotel Potrerillos

Guarda-Volumes:

Serviço grátis de guarda-volumes somente para corredores.

A recepção de pertences começa uma hora antes da largada no Gran Hotel Potrerillos no escritório central do evento.

A devolução de pertences do guarda-volumes se dá com a apresentação do número Tyvek ou DNI/Passaporte do corredor no escritório central do evento.

Os pertences do guarda-volumes se retirarão unicamente no escritório central do evento, estes não serão trasladados aos PAS.

Chegada:

Sábado 20 – Lugar: Gran Hotel Potrerillos.

Os participantes que cruzem a linha de chegada receberão uma medalha FINISHER.

Premiação:

Domingo 21 – 11:00hs. Lugar: Gran Hotel Potrerillos.

Congresso Técnico OBRIGATORIO

Sexta 19 – de 13hs a 14hs. Gran Hotel Potrerillos

Postos de Assistência Total (PAS):

Drop Bag – Bolsa de Corredor

Pas Escuela El Salto – PAS Vallecitos

Nesses postos de assistência, os corredores que queiram poderão enviar uma bolsa, que será entregue durante a entrega de kits, com os pertences que desejem para cada posto. Cada bolsa estará identificada com seu número de corredor e o nome da PAS para qual irá a bolsa. Se entregará uma bolsa colorida para cada PAS pelo qual passem. Desta maneira, é garantido ter seus pertences desejados em casa PAS.

**As bolsas serão entregues para a organização no escritório central da prova na quinta-feira 18/05, de 12:00 à 22:00 e sexta-feira 19/05, de 10:00 à 15:00. NÃO SERÃO RECEBIDAS AS BOLSAS EM NENHUM OUTRO SETOR NEM EM OUTRO HORÁRIO.**

As bolsas devem estar fechadas quando entregues á organização. Ao participante se dispensará um recibo, que deverá ser apresentado no escritório central da prova para poder retirar as mesmas ao final da prova.

As bolsas poderão ser retiradas no escritório central da prova, no Gran Hotel Potrerillos, no sábado 20/05 de 21hs à 23hs. E no domingo 21/05 de 10hs à 15hs.

Não é permitido deixar pertences fora das bolsas.



**C) Informação do Percurso:**

Mapa do Percurso / Altimetria / Serviços dos postos / Definições dos postos / Marcação do circuito / Postos de Desqualificação com fechamento do percurso / Protocolo de abandono

Mapa do circuito:



Altimetria:



Serviços nos Postos:

Largada:

- Água, Powerade, Chá, Café, Barras de cereais
- Guarda-volumes
- Sanitários



PH (Camino a Caracoles):

Água, Powerade

PAS:

Pas Vallecitos:

Água, Powerade, Café, Chá, Caldo, Barras de cereais, Uvas passas, Balas ácidos, Comida quente  
 Bolsa de corredor – Drop Bag  
 Assistência médica  
 Sanitários  
 Controle de passagem

PH (Cruce Río Blanco):

Água, Powerade, bebida quente

PAS:

Água, Powerade, Café, Chá, Caldo, Cereais, Uvas passas, Bananas, Doce (similar a goiabada), Pizza  
 Bolsa do corredor (Drop bag)  
 Assistência médica  
 Sanitários  
 Controle de passagem

PH (Subida Co. Cocodrilo):

Água, Powerade

Chegada:

Água, Powerade, Café, Chá  
 Assistência médica  
 Sanitários  
 Guarda-volumes

Definições dos postos:

PC: posto de controle de passagem

PH: posto de hidratação

PAS: Posto de assistência

Hora Corte: horário regulamentado à partir do qual NÃO se pode SAIR o competidor ao próximo PAS

INDOMIT 50K

Posto	km	Dist.* a prox PH o PAS	Altura snm	Terreno	Corte da Corrida
PH Camino a Caracoles	7	8	2100	100% Asfalto	
PAS Vallecitos	15	11	1980	Terra firme e 5km de coastering	
PH Cruce rio Blanco	26	13	1990	Caminho de Trilha	
PAS Escuela El Salto	39	7	1860	Trilha de 4x4 e asfalto	



PH Subida al Co Cocodrilo	46	5	1430	Asfalto e montanha técnica	20:00 hs
Llegada G.H. Potrerillos	51		1380	Montanha técnica e logo rua	

\*Distâncias aproximadas

#### D) Marcação dos Circuitos

Os circuitos estarão claramente marcados em toda sua extensão para que os competidores possam correr sem risco de se perderem. Os marcos utilizados serão de três tipos e farão referência ao trecho do circuito:

**Fitas azuis claras com logo Indomit:** É a fita principal que marca a zona de alta montanha e estará em forma de paredão cobrindo as rochas.

**Fitas laranjas com logo Indomit:** Os competidores somente deverão se guiar por estas fitas para saber que estão sobre o trecho correto da prova. Na zona de vegetação espinhosa se colocarão essas fitas nos arbustos. Nas zonas sem vegetação se colocarão sobre as pedras ou paredes. O atleta deverá seguir esse marco. Se em algum trecho não se veem as fitas celestes, laranjas ou refletoras deverá voltar ao último lugar onde avistaram uma dessas fitas. Em lugares de desvio haverá maior quantidade dessas fitas. Nas vilas onde há cruzamento de ruas ou em inclinações de pouca visibilidade, mas que tenha único caminho ou rua, as fitas se distanciarão o suficiente para que os competidores possam divisar que estão no caminho correto sem se perder apenas por levantar o olhar.

**Fitas Refletivas Brancas:** Como reforço da marcação desde a largada e até a meta haverá marcação com fita refletora com distâncias variáveis a fim de serem empregadas como sinalização durante a noite e no caso de ainda se estar no circuito quando se reduza a luz (18:00 hrs aprox.). Com a luz frontal poderão seguir o trajeto.

Em todos os cruzamentos críticos haverá staff portando bandeiras para sinalizar o caminho correto.

Dada a extensão dos percursos, setores com cruzamentos múltiplos e a mudança do terreno recomendamos aos competidores que olhem constantemente para frente em busca das fitas identificadoras. Haverá abundante marcação mas é importante não tomar caminhos não marcados nem atalhos de forma inadvertida, seguindo as instruções do staff de marcação para evitar extraviar-se. **É importante que observem a marcação e os cartéis indicadores nos PAS. Não tomem como referência o corredor de frente.**

**Nota importante: nos caminhos principais de carros, 4x4, asfalto ou terra, se limitará a colocação das fitas em apenas alguns pontos até reforçar nos desvios ou cruzamentos.**

Postos de Desqualificação com Fechamento do Circuito

Haverá Postos de Desqualificação com Fechamento do Circuito. Os horários de corte foram estabelecidos com margem folgada para que os competidores possam completar o percurso. Assim que o participante que chegue a esses postos depois do horário limite definido pela organização não poderá seguir participando por razões de segurança. Não haverá remanejamento para uma distância menor. Sua classificação aparecerá como "DNF" (sigla internacional que significa "Não Completou o Percurso"). Ficará o registro individualizado da aplicação dessa regra no posto.

A decisão de finalizar no posto mencionado é INAPELÁVEL.

Os corredores que abandonem ou estejam fora do tempo limite dos postos de controle serão trasladados em veículos da organização até o escritório central da prova no Gran Hotel Potrerillos. Os traslados se realizarão conforme designação da organização.

Postos de corte de percurso: em alguns postos, devido ao horário, se mudará o trecho a se seguir para evitar zonas



perigosas e poder chegar a tempo à meta.

#### Protocolo de Abandono

No caso de abandono, o competidor tem a **obrigação indelegável de avisar a organização**. O aviso apenas se receberá pelo Chefe de cada um dos postos, seja nos PAS, Largada ou Chegada. O Chefe de cada posto estará devidamente identificado. O staff de percurso ou pessoas fora desses lugares não registrarão o aviso de abandono. Os traslados serão feitos quando se designe a organização e irão para o escritório central da prova, no Gran Hotel Potrerillos.

#### E) Itens obrigatórios

- Certificado médico
- O número do corredor é de uso obrigatório, deve estar localizado na parte frontal e completamente visível.
- A camiseta técnica poderá ser declarada de uso obrigatório.
- Apito de emergência (não de festa)
- Número do corredor e chip
- Recipiente para levar água mínimo 1/2 litro
- Lanterna frontal (com pilhas novas além de um set de pilhas de reserva). Sugerimos a utilização de lanterna frontal tipo LED (as pilhas normalmente duram 24 hs).
- Luz traseira piscante.
- Jaqueta impermeável com capuz.
- Manta de sobrevivência aluminizada.
- Kit de primeiros auxílios (faixas, gazes, antialérgico, antiséptico, luvas de látex, loperamida, Ibuprofeno, band-aids, pinça para tirar espinhos, fita adesiva)
- Celular carregado full, com crédito para ligações a telefones de emergências que devem estar em sua lista de contatos. O telefone deve estar DESLIGADO durante a prova para assegurar a duração da bateria.

Itens recomendados para todas as distâncias:

GPS / Camiseta térmica mangas compridas / Meia calça comprida / Meias de compressão ou altas / Alimento/Suplemento de reserva / Bastões de Trekking / Polainas (ajudarão tanto a prevenir entrada de areia como a isolar os tornozelos de pequenos espinhos) / Par de meias de reserva / Capacete (pode ser de mountain bike) / JAQUETA/CASACO EXTRA - moletom de micropolar mangas compridas / ABRIGO EXTRA – luvas de abrigo / Recomendamos primeira capa de abrigo térmico e a 2da capa isolante / ABRIGO EXTRA - Gorro de abrigo / Óculos com filtro UV. (possível neve)