



Versión actualizada #21 de abril

Guia do corredor – Distância: 80K

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 corrida muito distinta às habituais ultra trail devido que nas distâncias 80K e 100K ocorrerá pelo que se chama alta montanha, e em todas suas distâncias o terreno por onde se transita é lento, exigente e pedirá uma dose adicional de esforço que mudará os tempos habituais que cada corredor tenha em mente.

Nas distâncias de 80K e 100K se chegará a uma altura de 3400msnm no Cerro Arenales e 3450msnm em Las Morenas Coloradas. Nesta zona a altura pode ser sentida. As temperaturas baixas, o vento e os aclives semi-técnicos exigem um esforço único. Mas se o clima ajuda, as vistas do Cordão de Prata e da zona de Potrerillos serão incríveis. Vão ter muitos trechos de trilha firme, caminhos e até asfalto onde o atleta poderá avançar em melhor ritmo e não chegar muito desgastado a Vallecitos a 3000msnm. Por momentos transitarão por aclives de enduro, e por lugares onde há vegetação espinhosa e o terreno arenoso os fará mais lentos.

O desnível vai crescendo pouco a pouco e de forma constante, não se acumulando com subidas e baixadas, por tal motivo que os mais de 3300mts + de subida serão considerados como uma distância planimétrica de 80km se torne uma distância altimétrica de 113km.

A corrida larga no Gran Hotel Potrerillos nas margens do Lago Potrerillos a 1380msnm e avança 8km pela estrada. Neste setor há um PH que os desvia a uma trilha de 4x4 e logo chegarão a Vialidad, onde ingressam a uma montanha que margeia o rio Las Mulass até seu primeiro PAS, que será Las Vegas, aos 1980msnm y km 17. Depois passarão 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 25. Ao chegar nesse PAS de altura, PAS Vallecitos, km33, vão se realizar importantes travessias: ao Cerro Arenales a 3400msnm e a Las Morenas Coloradas, a parte mais alta das pistas de esqui, a 3450msnm e km 58. Uma vez alcançadas ambas subidas e passando novamente pelo PAS Vallecitos, começará a perda de altura pela serra em caracol até cruzar o rio Blanco pela trilha antiga que vai a El Salto, onde está a escola e PAS, e já estaremos a 1860msnm e km 85. 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: 4

Mountain level: 6

Finisher level: 290

Mudanças no percursos pelo clima:

Sabemos que nessa época do ano podem cair fortes nevascas, ou o clima pode estar muito hostil pelas tempestades e possível falta de visibilidade na alta montanha. Por essa razão, há previsão de alteração de percursos dos 80K e 100K ao chegar a Vallecitos. De acordo com essas situações pode-se chegar a cortar a subida ao cerro Arenales e neste caso se vai do PAS Vallecitos às Morenas Coloradas e voltam. Num pior cenário climático, se eliminam ambas subidas e o ponto mais alto da corrida seria Vallecitos a 3000msnm e se estende a falta desse trecho com uma travessia por Las Vegas.



Não haverá mudanças de percurso por mau clima nas demais distâncias da corrida.

Dia da prova: sábado 20 de maio

Horario de largada: 01:00 hs

Local de largada e chegada: Gran Hotel Potrerillos. Potrerillos

Horario de término: 22:00 hs

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) Largada / Escritório Central do Evento/ Guarda Volumes / Chegada / Premiação

Sábado 20 - 01:00hs. 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 **OBRIGATÓRIO**

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



Postos de Assistência Total (PAS):

Drop Bag – Bolsa de Corredor

Pas Escuela El Salto – PAS Vallecitos – PAS Las Vegas

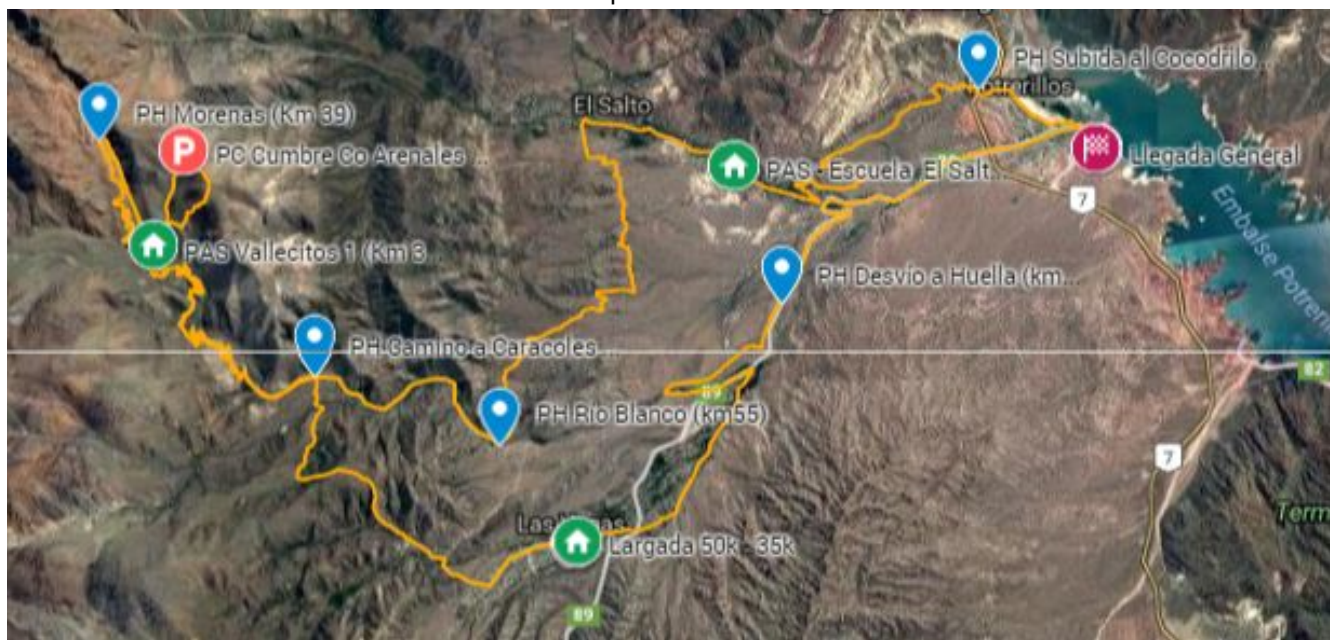
Nesses postos de assistência, os corredores que queiram poderão enviar uma bolsa, que será entregue durante a entrega de kits, com os pertences que desejem para cada posto. Cada bolsa estará identificada com seu número de corredor e o nome da PAS para qual irá a bolsa. Se entregará uma bolsa colorida 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.

D) 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 (Desvio a Trilha):

Água, Powerade

PAS Las Vegas:

Água, Powerade, Café, Chá, Caldo, Barras de cereais, Uvas Passas, Balas ácidas, Comida quente
Bolsa de corredor – Drop bag
Assistência médica
Sanitários
Controle de passagem

PH (Caminho a serra em caracol):

Água, Powerade

PAS Vallecitos1:

Água, Powerade, Café, Chá, Caldo, Sopa de lentilhas, Massas, Barras de cereais, Uvas passas,
Frutos secos, Bananas, Batatas fritas,
Bolsa de corredor – Drop bag
Assistência médica

PC Cumbre arenales

PH (Morenas):

Água, Powerade

PAS Vallecitos2:

Água, Powerade, Café, Chá, Caldo, Sopa de lentilhas, Massas, Barras de cereais, Uvas passas,
Frutos secos, Bananas, Batatas fritas,
Bolsa de corredor – Drop bag
Assistência médica
Sanitários
Controle de passagem

PH (Cruce Río Blanco):

Água, Powerade, Sopa



PAS Escuela El Salto:

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

PH (Subida ao 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 80K

Posto	Km	Dist.* a prox PH o PAS	Altura snm	Terreno	Corte de Corrida
PH Desvio a trilha	8	9	2100	100% Asfalto	
PAS Las Vegas	17	8	1980	Trilha 4x4 e montanha coastering	
PH camino a Caracoles	25	8	2300	Caminho e montanha técnico	
PAS Vallecitos	33	3	3000	Caminho de terra	13:00hs
PC Cumbre Co Arenales	36	3	3400	Montanha pela borda	
PH Morenas	39	4	3450	Montanha pela pista	
PAS Vallecitos 2	43	10	3000	Aclive ou trilha por pistas	17:00hs
PH Cruce rio Blanco	53	13	1990	Caminho de terra	
PAS Escuela El Salto	66	8	1860	Trilha 4x4 e asfalto	20:00hs
PH Subida ao Co Cocodrilo	74	6	1430	Asfalto montanha técnica	
Llegada G.H Potrerillos	80		1380	Montanha técnica e logo rua	

* Distâncias aproximadas



E) 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.

EXCLUSIVO SEGMENTO "ALTA MONTANHA" 100K e 80K

SEGURANÇA:

A nossa premissa principal é A SEGURANÇA e trabalhamos com um sistema de PREVENÇÃO E CONTROLE para minimizar problemas dessa índole. O percurso global do evento está desenhado para ser atendido em boas condições meteorológicas. Cabe mencionar que em caso de condições adversas (CHUVA, VENTO, ETC), se avaliará a opção de "corte de percurso" por razões de segurança.

Como pontos importantes a ter em conta, detalhamos o seguinte:

- Todos os participantes deverão participar do Congresso Técnico de Segurança (obrigatório);
- Haverá comunicação em 100% do **segmento alta montanha** por sistema de rádio entre os **patrulheiros de alta montanha**, que estarão em pontos chave com distância de não mais de 1km entre um e outro. Cada patrolheiro de alta montanha terá disponível um transceptor VHF pré-programado e com baterias de reserva.
- Cada patrolheiro de alta montanha terá uma mochila de 80 litros com equipamento e mantas para HIPOTERMIA, disponível para enfrentar uma eventual espera diante da necessidade de evacuação.
- São exigidos uma série de **equipamentos obrigatórios** a todos os competidores e há penalidade ou desqualificação se não os possuem.

F) 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 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, gases, 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.
- Capacete (pode ser de mountain bike)
- Blusa térmica mangas compridas.
- Calça térmica.
- ABRIGO EXTRA - moletom de micropolar mangas compridas
- ABRIGO EXTRA – Luvas de abrigo. Recomendamos 1era capa de abrigo ou térmico a 2da capa isolante
- ABRIGO EXTRA - Gorro de abrigo



- ABRIGO EXTRA – Meias de abrigo.
- Óculos com filtro UV. (possível neve)

Itens recomendados para todas as distâncias:

GPS / 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