

GRAVEL HILLS

— DESAFIE OS MONTES, SINTA A NATUREZA, VIVA A LIBERDADE —

REGRAS E ORIENTAÇÕES DE PROVA

1. Preservar a Natureza

- Evite deixar rastros durante o percurso. Preserve ecossistemas sensíveis e respeite as áreas protegidas.

2. Pedalar com Responsabilidade

- O evento ocorre em estradas abertas. Respeite as leis de trânsito locais.
- Capacete, luzes dianteiras e traseiras são obrigatórios. Durante a noite, colete refletivo também é exigido.
- A organização pode solicitar que um atleta descanse caso julgue que ele não esteja em condições seguras para continuar pedalando.

3. Recursos Próprios

- O percurso deve ser feito apenas com sua bicicleta e equipamentos próprios.
- A rota é fornecida pela organização e a mesma deve ser cumprida em totalidade, passando pelos pontos de controle dentro do tempo.
- Em caso de emergência, é permitido usar transporte para resoluções médicas ou mecânicas, desde que você retorne ao ponto exato onde parou.

4. Autossuficiência

- Todo suprimento deve ser transportado por você ou adquirido no trajeto.

- Reservas de acomodações são permitidas e fazem parte do planejamento de rota. No entanto, não é permitido deixar roupas ou pertences pessoais nas acomodações com antecedência para se beneficiar durante o evento.

- Todos os serviços e reabastecimentos utilizados pelo atleta devem estar disponíveis para qualquer outro participante. Não é permitido se beneficiar de oportunidades ou apoio exclusivos de conhecidos, amigos ou familiares.

- Apenas serviços públicos ou privados acessíveis a todos podem ser utilizados. Qualquer outro tipo de apoio externo configurará desclassificação.

5. Itens Obrigatórios

- Capacete.
- Óculos.
- Luvas.
- Luzes dianteiras (farol principal e farol reserva).
- Luzes traseiras (sinalizador principal e sinalizador reserva).
- Colete refletivo.
- Jaqueta.
- Sistema de reparo de pneus.
- Cobertor de emergência.
- Bomba de ar.

6. Itens Sugeridos

- Jaqueta para chuva leve.
- Protetor solar.
- Alimentos para um dia.
- Power link.
- Baterias extras ou powerbank.
- Pneus no mínimo 700x40c.
- Kit de chaves.

- Pastilhas extras para freios.
- Chave de corrente.
- Sistema de navegação GPS
- **Orientação climática:** Durante o dia, as temperaturas costumam ser quentes, enquanto as noites podem ser bastante frias. Planeje seu vestuário adequadamente.

Mais orientações serão dadas no manual de prova.

7. Documentos e Seguro Obrigatórios

- Documento de identificação válido: CNH, RG ou passaporte.
- Atestado médico para atividades físicas.
- Termo de responsabilidade.
- Reembolso do rastreador em caso de perda ou uso inadequado.
- Seguro ou convênio médico válido:
 - O seguro deve cobrir acidentes em práticas esportivas, emergências e repatriação (para estrangeiros).
 - Caso o atleta possua convênio médico, deve apresentar o documento do convênio.

8. Seguir a Rota Oficial

- É obrigatório seguir a rota oficial fornecida pela organização. Saídas temporárias para suprimentos são permitidas, desde que o atleta retorne ao ponto exato onde deixou a rota.
- Estude os arquivos e o Manual que serão enviados pela organização antes do evento.

9. Rastreamento

- O atleta é responsável pela sua segurança e do seu equipamento, assim como bom uso do rastreador e monitoramento de bateria do mesmo. A organização fará o monitoramento através da plataforma do rastreador via satélite e por equipes de mídia que também poderiam prestar socorro em emergências.
- Respeite seus próprios limites. Em uma prova autossuficiente, a organização não pode oferecer suporte direto durante o percurso, mas estará disponível para auxiliar,

conduzir ou prestar socorro em casos de emergência, bem como acionando as autoridades competentes e redes de contato mais próximas ao local.

- Não há apoio fora dos pontos de controle. A equipe da organização estará em movimento tanto durante o **dia** quanto à **noite**, registrando mídias e acompanhando a condução geral do evento.
- O uso correto do rastreador por satélite é obrigatório e será explicado no Manual e demonstrado no briefing do evento.
- Em caso de falha do equipamento, a organização fará a substituição o mais rápido possível.
- O rastreador deve ser devolvido assim que o atleta cruzar a linha de chegada ou enviado para o local e data limite informados no Manual.

10. Categorias e Premiação

- **Categorias:**
 - Dupla mista.
 - Solo masculino.
 - Solo feminino.
- Caso um integrante da dupla não continue na prova, o outro pode seguir se desejar, mas será considerado finisher e não participará do ranking da competição.
- **Premiação:**
 - Gravel Hills premiará os 3 primeiros colocados de cada categoria.
 - **Orientação:** Reforçamos que o desafio pessoal é o mais importante no ciclismo de longa distância. Valorizamos a superação individual acima de qualquer resultado.

11. Pontualidade

- Compareça no horário para credenciamento, briefing e largada.
- O tempo para cumprir a rota de 250km é de 25 horas e da rota 550km é de 55 horas.
- Após o limite oficial, o suporte será encerrado, mas você pode continuar o percurso e aproveitar a rota.

12. Respeito à Organização e Equipe

- Seja cordial com os voluntários e siga as instruções da organização. Eles estão dedicados a garantir sua segurança e o bom andamento do evento.

13. Integridade

- Penalidades podem ser aplicadas por descumprimento das regras. No entanto, o código de honra é essencial no bikepacking. Respeite as regras e os demais participantes.