



MANUAL DO ATLETA BRASIL RIDE ESPINHAÇO 2023

17 a 21 de Abril de 2023





Caro atleta, seja bem vindo à terceira edição da Brasil Ride Serra do Espinhaço. Estamos muito felizes com realização deste evento, que abrirá o calendário de eventos Brasil Ride ano de 2023. Conceição do Mato Dentro pretende se transformar na capital brasileira do Mountain Bike, e este evento irá mostrar à você as mais incríveis trilhas e opções de rota da região. Nosso compromisso é de proporcionar uma grande experiência aos atletas. Estamos certos de que esta prova ficará marcada em sua vida. Faremos jus à sua expectativa de participar de uma grande prova.

Teremos em Conceição do Mato Dentro a ultra maratona com 5 etapas, além da Maratona de CMD, que acontece no último dia. Uma das novidades da ultra-maratona, será a categoria E-MTB. Também no último dia do evento, teremos a categoria TOUR, voltada aos iniciantes, em um percurso menor onde não há competição. As largadas e chegadas acontecerão sempre no mesmo local, na praça Brasil Ride, mesmo local que acontecerá as entregas de kits.

A agenda geral será a seguinte:

17 de Abril (2ª f) – Entrega de kits na arena Brasil Ride.

- 11:00 Abertura da Vila Brasil Ride Espinhaço
- 14:00 às 19:00 Entrega de kits dos atletas
- 16:00 Reunião com atletas UCI – arena Brasil Ride (praça de alimentação)

18 de Abril (3ª f) – Prólogo

- 10:30 Alinhamento para a largada do prólogo
- 11:00 às 13:30 Largadas do prólogo (horário de cada atleta será divulgado a parte)
- 12:00 às 15:00 almoço
- 14:30 resultados e premiação na arena
- 12:00 Brasil Ride Stage News

19 de Abril (4ª f) – 2ª Etapa

- 08:30 Alinhamento para a largada
- 09:00 Largada da 2ª etapa
- 12:00 às 16:00 almoço
- Premiação na arena – 1h após os líderes de cada categoria cruzarem a linha de chegada
- 16:00 Tempo limite de prova
- 11:30 Brasil Ride Stage News – relatos da etapa do dia

20 de Abril (5ª f) – Arena Brasil Ride – Etapa Rainha

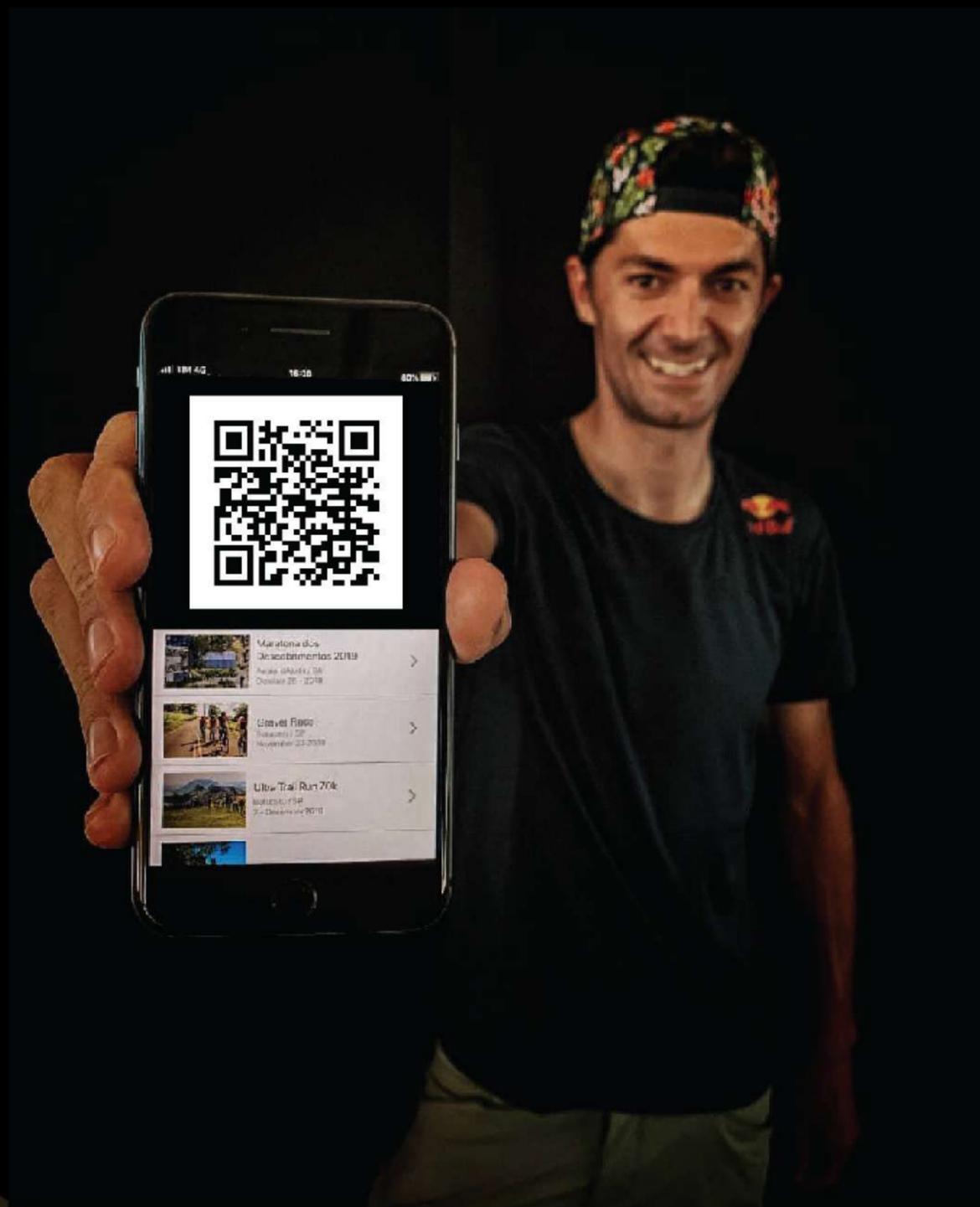
- 07:30 Alinhamento para a largada
- 08:00 Largada da 3ª etapa
- 12:00 às 16:00 almoço
- Premiação na arena – 1h após os líderes de cada categoria cruzarem a linha de chegada
- 17:45 Tempo limite de prova
- 11:30 Brasil Ride Stage News – relatos da etapa do dia

21 de Abril (6ª f) – XCO

- 09:30 Alinhamento para a largada
- 10:00 – Largada da 1ª bateria de XCO – 4 voltas no percurso
- 12:00 – Largada da 2ª bateria de XCO – E-MTBs
- 14:00 – Largada da 3ª bateria de XCO
- 11:30 Brasil Ride Stage News – relatos da etapa do dia
- 12:00 às 16:00 almoço
- 15:30 Premiação na arena

22 de Abril (sábado) – 5ª etapa + Maratona CMD

- 08:30 Alinhamento para a largada
- 09:00 – Largada da 5ª etapa
- 09:10 – Largada Maratona CMD (alinhados atrás da 5ª etapa)
- 09:30 – Largada Tour
- 11:00 às 14:00 almoço
- 11:00 Brasil Ride Stage News – relatos da etapa do dia
- 15:30 Premiação geral na arena



APP Brasil Ride

Convidamos desde já você a baixar o APP Brasil Ride, onde nele disponibilizaremos informações da prova como agenda, resultados, baterias de largada e notícias das provas.

www.brasilride.com.br/app

Arena Brasil Ride

As largadas e chegadas de todas as etapas acontecem na Arena Brasil Ride, onde teremos diversos serviços oferecidos aos atletas.

Lá que faremos a entrega de kits dos atletas e onde se encontra a loja com produtos oficiais da Brasil Ride e lojas de parceiros.

Também haverá serviços de massagens na arena, uma praça de alimentação com diversas opções de refeições. Ainda lá funcionará o apoio mecânico da Shimano, o guarda-bike e o lava-bikes Squirt exclusivo para os atletas inscritos. Ao término de cada etapa, enquanto você almoça, a sua bike será lavada e colocada no "bike-park".

As bikes **não** podem pernoitar na arena, devendo ser retiradas pelo próprio atleta antes do fechamento da arena para pernoite em seu hotel.

Somente o atleta devidamente identificado com pulseira poderá retirar sua bike do bike-park.



Entrega de kit do atleta - documentação:

A entrega do kit acontecerá na arena Brasil Ride, neste local. Para retirar seu kit identifique o seu número de atleta, que estará disponível na listagem de atletas no APP Brasil Ride. Será necessária a apresentação de um documento com foto e o ATESTADO MÉDICO OBRIGATÓRIO.

Sua Jersey Brasil Ride será entregue conforme o tamanho solicitado no processo de inscrição.

Para a retirada de kit de terceiros (amigo), será necessário apresentar cópia de identidade do atleta e a autorização de retirada de kit por terceiros, preenchida e assinada, disponível no site do evento. Para imprimir esta autorização [CLIQUE AQUI](#).



Percursos exclusivos

O percurso passa por algumas terras particulares, por varias unidades de conservação que foram autorizadas a passagem dos atletas exclusivamente para a prova. Estes possuem porteiras que terão staffs controlando sua abertura e passagem.

Por este motivo ciclistas não que NÃO estiverem inscritos ou sem placa na bike não poderão seguir nos terrenos particulares.



Alinhamento e portões de largada

O alinhamento para a largada acontece dia a dia conforme a classificação acumulada de cada atleta na sua categoria. Verifique sua classificação e o respectivo portão pelo App Brasil Ride.

Para o prólogo, a largada acontecerá a cada 1 minuto, de uma dupla/atleta por vez

Portões Classificação

| | |
|---|--|
| A | Líderes das categorias Solo Masculino / Solo Feminino / Open / Femino / Mista / Masters / America Masculino / America Feminino / Grand Masters / Nelore / Corporate / Guarini / Iron rider + 10 primeiros atletas ou duplas geral na classificação geral |
| B | 2º e 3º de cada categoria Solo Masculino / Solo Feminino / Open / Femino / Mista / Masters / America Masculino / America Feminino / Grand Masters / Nelore / Corporate / Guarini / Iron rider |
| C | 4ª e 5º de cada categoria + os que estiverem dentro do 50 primeiros na classificação geral |
| D | Todos que estiverem até 51 e 70 primeiros na classificação geral |
| E | Demais equipes / atletas |

Largada das E-MTBs será 10 minutos após a largada das bikes convencionais

E-MTB

A Brasil Ride inovou com a realização de uma prova de etapas no Brasil, onde teremos a categoria E-MTB, que possui algumas particularidades nos horários, percursos e regras. As largadas acontecerão 10 minutos após as bikes convencionais. Com exceção ao prólogo em que tem horário marcado e ao XCO com bateria exclusiva.

Conforme o regulamento a assistência do motor não pode ultrapassar 25 km/h e o atleta que não fizer o teste antes do prólogo não poderá largar; O teste será feito pela organização em todas as e-bikes. Para isso os atletas deverão deixar suas bikes no bolsão dentro do bike-park até às 10:30h do dia do prólogo (30min antes das baterias de largada) para conferência, e só poderão retirar suas bikes do bolsão a 15min de sua largada. Além disso, os 3 primeiros colocados de cada etapa deverão fazer o teste após a prova assim que receberem a bandeirada;

Para algumas etapas, será possível receber assistência de uma bateria reserva. Para isso, os atletas deverão deixar as mesmas na véspera junto a um membro da organização em encarregado. As baterias devem ser deixadas com a organização até às 18h da véspera da etapa. As etapas que poderão fazer a troca de baterias serão na 2^a, 3^a e 5^a etapas.

Na 3^a etapa, a cronometragem das e-bikes irão se encerrar no ponto de hidratação do km64. A partir dali seguem para a chegada.

INFORMAÇÕES DAS ETAPAS

A seguir, informações de cada uma das etapas.

Prólogo – 18 de Abril

O prólogo será uma etapa de CONTRARRELÓGIO, onde teremos as duplas/atletas largando em horários previamente marcados, com intervalo de tempo de 1min entre cada. Os horários de largada serão conforme a lista publicada no site e app da Brasil Ride (www.brasilride.com.br/app). Só poderão alinhar os atletas no horário programado. Caso um atleta perca o horário de sua largada, será realocado ao término de todas as largadas.

O percurso possui 16 km com 393 m de altimetria acumulada. Não há ponto de hidratação no percurso, onde 70% dele é feito em trilhas, e estará aberto para reconhecimento na véspera. Ao longo do percurso terão fiscais e pontos de controle, sendo obrigatório seguir o percurso sinalizado.

Os atletas devem estar na arena com no mínimo 15min de antecedência ao seu horário de largada.



2ª Etapa – 19 de Abril

Largada da 2ª etapa às 09:00, onde o alinhamento nos portões 30 minutos antes serão conforme a classificação geral da etapa anterior.

Distância: 49,7 km. Altimetria: 1.560 m

Hidratação 1: 26,2 km | Apoio Neutro Shimano | Baterias E-MTB

Hidratação 2: 32,3 km

Hidratação 3: 43,4 km

Tempo limite de prova: 7 horas (16:00h local)



Nesta etapa o trecho inicial de 4 km será feito em trecho urbano, todo em deslocamento, devendo os atletas se manterem atrás do carro madrinha. Após o km 4 é possível acelerar, quando se inicia a subida da Serra da Ferrugem. A subida é toda feita em estrada larga, o início com calçamento e da metade pra frente estrada de terra. Do topo da serra, inicia o downhill em um single track com alguns trechos bem rodados e outros bem técnicos, com rochas. Fique atento e aproveite. Após o 1º ponto de hidratação, inicia a 2ª grande subida, que levará ao Pico do Soldado. No topo do Pico desta serra teremos o 2º ponto de hidratação, e após ele segue um outro downhill. O percurso irá “repetir” um mesmo trecho já passado anteriormente de 3km. No km 39 começa uma descida mais técnica, em uma escadaria, desça com cuidado. Haverá um cruzamento de rodovia no km 43 e logo após ele você encontrará o último ponto de hidratação. A etapa termina com uma descida toda por trilhas até a linha de chegada.

3ª Etapa – 20 de Abril – Etapa Rainha

Largada às 08:00, com alinhamento nos portões conforme a classificação geral acumulada

Distância: 83,3 km Altimetria: 2.340 m

Hidratação 1: 26 Km | Baterias E-MTB

Hidratação 2: 36 km

Hidratação 3: 45 km

Hidratação 4: 64 km | Apoio Neutro Shimano

Tempo limite de prova: 9h45 (17:45h hora local)

Corte 1: Km 26 | 10:45 (2h 45 min de prova)

Corte 2: Km 45 | 13:30 (5h 30 min de prova)



Etapa mais difícil do evento, tanto pela distância quanto pela altimetria e também pela grande exigência técnica. O trecho inicial será por estradas de terra largas, bem rodadas, com descidas e subidas. Pilote com atenção ao passar pelo distrito de Tabuleiro, no km 21, com uma descida íngreme e local com tráfego de turistas. No km 22 inicia a grande subida da etapa, longa e inclinada, por cerca de 16km e mais de 800m de ganho de altimetria. Quanto mais sobe, as vistas vão ficando mais impressionantes.

No 2º ponto de hidratação vocês terão atingido o platô do alto da Serra do Espinhaço. O local é completamente selvagem, com um cenário marcante. O 3º ponto de apoio estará no cruzeiro no km 45. A partir do km52 tem início um dos single-tracks mais alucinantes de toda a Brasil Ride, predominantemente em descida, bastante técnico, mas todo pedalável. No km 60 chegam ao mirante do parque do Tabuleiro, com vista para a maior cachoeira de MG. Neste local convidamos somente acompanhantes para visitar e ver os atletas passarem. No local há banheiro e água.

O próximo ponto de apoio será após passar pelo distrito de Tabuleiro, com 64km, onde acontece o 2º corte da prova. Deste último ponto para a chegada a predominância é de estradas de terra. Fique atento pois há grande fluxo de turistas. Hidrate-se bem neste dia e dose o ritmo para uma etapa desafiadora do início ao fim.

E-MTB

Nesta 3ª etapa, a categoria E-MTB terá o tempo cronometrado até o ponto de hidratação no km64, valendo para fins de classificação o tempo até este ponto. A partir dali será deslocamento neutralizado. Caso queira enviar bateria reserva ou carregador, pode ser entregue à organização, na secretaria na arena, na véspera da prova, devidamente identificada.



4ª Etapa – 21 de Abril – XCO

1ª largada às 10:00 60 primeiras equipes/atletas na classificação geral, alinhamento conforme portões – excetuando e-bikes

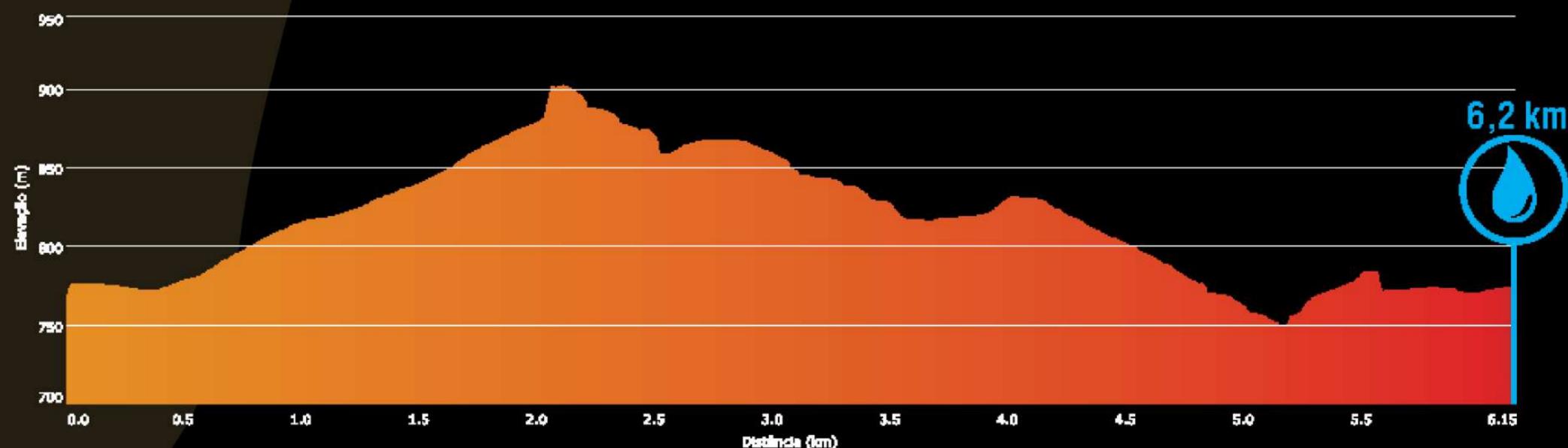
2ª largada às 12:00 – e-bikes,

3ª Largada às 14:00, classificados a partir de 60º no geral. Não há definição de portões

Distância por volta 6,2km x 4 voltas = 24,8km

Altimetria: 212m por volta x 4 voltas = 848m total

Hidratação: Ao completar cada volta passando na arena, os atletas podem se servir de água.



Esta será uma etapa em formato de cross country (XC), em percurso onde os atletas deverão dar quatro voltas (a serem confirmadas no briefing pré-etapa). Excepcionalmente nesta etapa será permitido que atletas de uma mesma equipe se separem. Para fins de tempo na classificação, será estipulado o tempo médio da dupla. Para a categoria CORPORATIVA serão computados o tempo dos três integrantes da equipe.

Nesta etapa cada atleta deve completar as quatro voltas dentro do tempo limite de 2 horas. Cada atleta pode iniciar uma nova volta até o tempo de 1h:30 de prova. Mesmo quando o líder acabar as 4 voltas, a pista continuará aberta até o tempo de 1h:30. Após este tempo, nenhum atleta inicia nova volta. Aos atletas que não conseguirem abrir alguma volta após 1h30, ou os que decidirem realizar menos de 4 voltas, será acrescido um tempo para cada volta faltante de 40 minutos (tempo a ser confirmado no briefing).

A regra vale para as 3 baterias do XCO

5ª Etapa – 23 de Abril

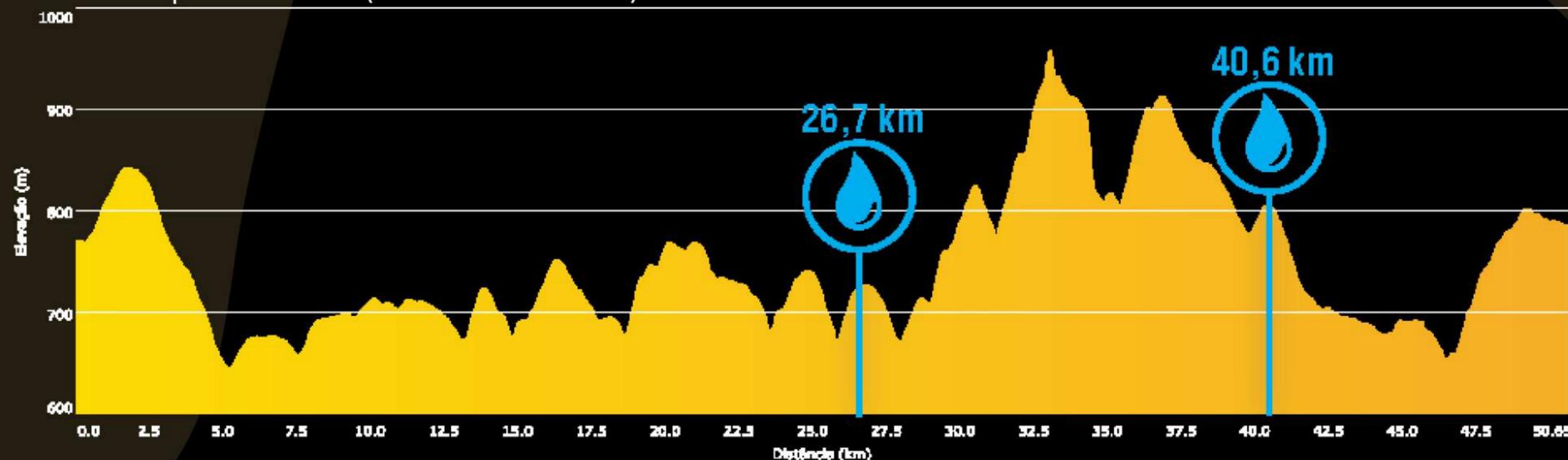
Distância: 50,6 km. Altimetria: 1.200 m

Largada: 09 h

Hidratação 1: 26 km | Apoio Neutro Shimano | Baterias E-MTB (Distrito de Córregos – ponto para expectadores)

Hidratação 2: 36,5 km

Tempo limite de prova: 6:00 (16:00 hora local)



Nesta etapa os primeiros 30km são predominantemente por estradas de terra e caminhos, incluindo um trecho de asfalto pela rodovia no início. A partir do km 30 que se iniciam os trechos de trilhas, mesclado com trechos de inclinação maior.

No primeiro ponto de apoio, distrito de Córregos, é o local possível para o público acompanhar a prova.

Neste dia acontece paralelamente a "Maratona CMD", onde os atletas farão o mesmo percurso que vocês, porém irão largar depois.

Pontos para assistir a prova

Conceição do Mato Dentro possui um rico cenário de belezas naturais e culturais, as quais buscamos colocar no percurso das etapas do evento.

Os acompanhantes e turistas que estiverem em Conceição do Mato Dentro, poderão diariamente se deslocar para conhecer pontos icônicos por onde a prova passará. Além de conhecer algumas das belezas naturais e históricas de Conceição do Mato Dentro, poderão acompanhar a prova e ver os atletas passarem.

Mas atente-se de que NÃO é permitido prestar apoio ou assistência aos atletas neste ponto.

Em documento a parte, colocamos os locais que os atletas passarão e que são locais que sugerimos a visita. Além do cenário marcante, você verá um pouco mais da disputa e emoção envolvida na Brasil Ride.

Clique aqui para ver sobre os pontos para assistir a prova

Necessidade especial

Caso possua alguma necessidade especial ao longo do percurso (problema médico, mecânico...) em que não seja possível prosseguir na prova, teremos motos batedoras e ônibus fazendo a escolta e varredura no final. Aqueles que não tiverem condições de prosseguir na prova, utilizarão o carro "vassoura". Este veículo passará pelos principais pontos do percurso e pontos de hidratação e levará os atletas ao final da etapa para a arena. Também veículos Mitsubishi L200 4x4 e ambulâncias estarão circulando pelo percurso para prestar apoio.



Apoio Médico

Teremos uma equipe médica e de resgate estará com motolâncias, ambulância e veículos Mitsubishi L200 4x4 de resgate, circulando no percurso da prova, com comunicação por rádios. Haverá também um posto de atendimento médico instalado na arena de largada/chegada da prova, que terá um profissional médico durante todo o período de funcionamento da arena.



Classificação

A classificação da Brasil Ride Espinhaço se dará através da soma de tempo de cada uma das 5 etapas. Caso um atleta não complete uma etapa, ou complete fora do tempo limite, ou ainda deixe de realizar uma das etapas, será permitido largar nas etapas seguintes. Entretanto a ele será acrescido o tempo de 16 horas por etapa não concluída para fins de classificação e ele não será considerado "finisher".

Demarcação do percurso

O percurso estará todo demarcado e será feito através de:

- Pinturas no percurso no chão com setas de onde seguir
- Placas de sinalização
- Staffs sinalizando
- Fitas das marcas Shimano e Specialized

Para a última etapa, fique atento à demarcação da divisão de prova com a "Categoria Tour".

A seta estará demonstrando o sentido a se seguir. Quando houver uma placa ou pintura no chão com um "X" significa que não se deve seguir na direção do "X".

Significado das placas que você encontrará na trilha # Trail signs



EM FRENTE
AHEAD



A DIREITA
RIGHT



EM FRENTE, DEVAGAR
FORWARD, SLOW



A ESQUERDA
LEFT



PERIGO, DEVAGAR
DANGER



PERIGO, MUITO DEVAGAR
VERY DANGER



PONTE A FRENTE
BRIDGE AHEAD



TRAVESSIA DE RIO
RIVER CROSSING



DIREÇÃO ERRADA
WRONG DIRECTION



Passagem por Unidades de Conservação

Na montagem do percurso do Brasil Ride Espinhaço, procuramos levá-los para conhecer os mais belos e icônicos lugares de Conceição do Mato Dentro e da Serra do Espinhaço.

A Serra do Espinhaço, considerada a única cordilheira do Brasil, é um patrimônio natural tombado pela UNESCO e se estende de MG até a Bahia. Na Brasil Ride Espinhaço, os percursos passarão sempre por parques inseridos dentro da Biosfera do Espinhaço. Você terá a oportunidade de pedalar pelo Parque Natural Municipal Salão de Pedras, pelo Parque Natural Municipal do Tabuleiro e pela Serra da Ferrugem. A fim de que possamos manter esta região intacta e gerarmos o mínimo de impacto possível, solicitamos alguns cuidados:

- Não descartar qualquer embalagem pelo percurso
- Pedalar somente pelos trechos devidamente sinalizados, nunca pedalar por fora das trilhas
- Não coletar animais ou plantas
- Avise qualquer membro da organização caso note qualquer anormalidade ou foco de incêndio.
- Destinar seu lixo adequadamente nas lixeiras identificadas pelo caminho ou na arena

Contamos com vossa colaboração para que possamos continuar a explorar e conhecer lugares de belezas naturais como estes.

Lixo

Cuidado com o lixo que produzir (garrafas, embalagens de gel e alimentos...). Leve eles consigo até os pontos de hidratação ou linha de chegada.

Estaremos fazendo coleta seletiva de lixo durante o evento, tanto na arena quanto no percurso. Quando for descartar seu lixo na arena, fique atento à destinação nos locais corretos, para lixos recicláveis ou para lixos orgânicos.

Preocupados em gerar o mínimo possível de resíduos, não forneceremos copos descartáveis para água no ponto de hidratação. O abastecimento de água será em sua garrafinha ou reservatório próprio de água.

Boa Prova!