

**BRASIL
RIDE**
MARATONA DA
PARAÍBA

BRASIL RIDE
PARAÍBA 2026

MANUAL DO ATLETA

MARATONA

12 de outubro de 2026

Costinha de Lucena a Serra da Raiz



MANUAL DO ATLETA

12 DE OUTUBRO · COSTINHA DE LUCENA A SERRA DA RAIZ

1. BEM-VINDO À MARATONA DA PARAÍBA

A Maratona da Paraíba é a **prova de um dia** da Brasil Ride Paraíba 2026. Em formato de travessia, ela conecta o litoral paraibano ao interior do estado, seguindo o **mesmo percurso cronometrado da segunda etapa da Ultramaratona Brasil Ride**.

O atleta larga em **Costinha de Lucena**, depois da largada dos atletas da Ultramaratona, e segue até **Serra da Raiz**. A chegada da Maratona acontece no município de Serra da Raiz, enquanto os atletas da Ultramaratona continuam por mais aproximadamente 4 km até o acampamento.

FORMATO DA PROVA

Travessia de um dia, com largada e chegada em cidades diferentes. Planeje com antecedência seu deslocamento até a largada e seu retorno após a chegada.

INFORMAÇÕES PRINCIPAIS

INFORMAÇÃO	DADO
DATA	12 de outubro de 2026
MODALIDADES	MTB • E-bike • Gravel
PERCURSO CRONOMETRADO	123 km
ALTIMETRIA DO PERCURSO	+1.320 m
LARGADA	Costinha de Lucena / PB
CHEGADA	Serra da Raiz / PB
HORA DA LARGADA	8h00

2. RETIRADA DO KIT

A retirada do kit será realizada em João Pessoa, no dia **11 de outubro, das 9h às 17h**, na **Arena Brasil Ride**, localizada no Busto de Tamandaré, na Av. Cabo Branco, s/nº. A retirada deverá ser feita **pessoalmente pelo atleta**, conforme as regras do evento.

É necessário apresentar um **documento de identificação com foto**. Na retirada, confira seu kit, placa e numeral antes de deixar a arena. **Não haverá entrega de kit e numeral no dia da largada.**

LARGADA E PERCURSO

12 DE OUTUBRO · COSTINHA DE LUCENA

3. LARGADA — COSTINHA DE LUCENA

A largada da Maratona da Paraíba será em Costinha de Lucena. Diferente dos atletas da Ultramaratona de 7 dias, **a Maratona não utiliza o deslocamento neutralizado nem a travessia de balsa** da Ultramaratona. O atleta da Maratona deverá se dirigir diretamente a Costinha de Lucena, por via terrestre, para a largada da sua prova.

Não haverá opção de balsa para a travessia de Cabedelo para Lucena, uma vez que a balsa das 7h00 foi fretada exclusivamente para os atletas da Ultramaratona Brasil Ride. Planeje-se para chegar ao local de largada com antecedência, sem usar a balsa. Não insista: atletas da Maratona não terão lugar na balsa.

A largada acontecerá **30 minutos após a largada dos atletas da Ultramaratona**. O alinhamento será a partir das **7h00**, atrás do espaço destinado aos atletas da Ultramaratona de 7 dias.

ALINHAMENTO

A PARTIR DAS 7H00

LARGADA

8H00

ATENÇÃO LOGÍSTICA

A retirada do kit ocorre em João Pessoa, enquanto a largada acontece em Costinha de Lucena e a chegada em Serra da Raiz. **O atleta é responsável por organizar seus deslocamentos.**

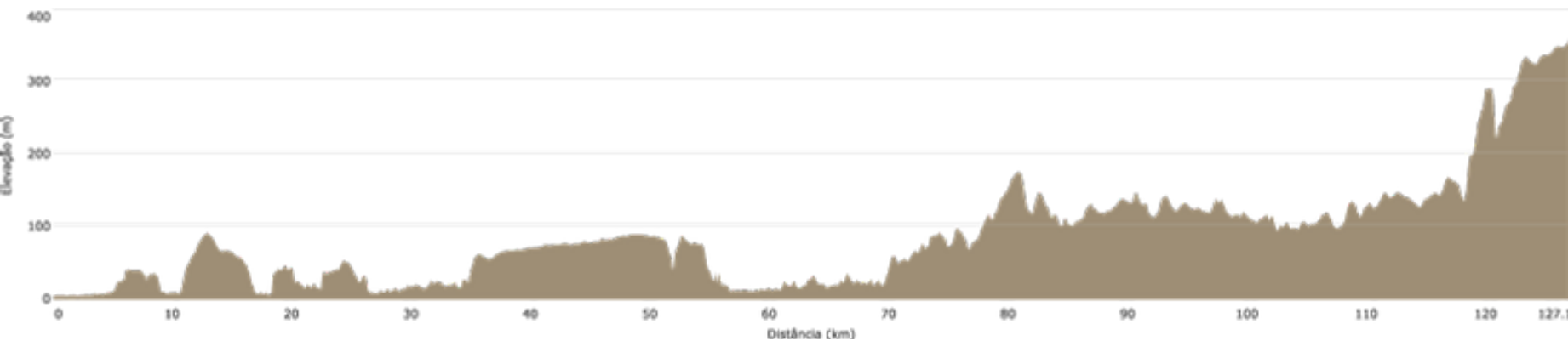
4. O PERCURSO

123 KM

PERCURSO CRONOMETRADO

+1.320 M

ALTIMETRIA ACUMULADA



Perfil do percurso · elevação (m) × distância (km)

A Maratona utiliza o mesmo percurso cronometrado da segunda etapa da Ultramaratona, a partir de Costinha de Lucena. É um percurso longo, predominantemente formado por **estradas de terra**, sem grande exigência técnica na maior parte do trajeto, mas que reserva **trechos arenosos, pequenas erosões** e uma **concentração maior de altimetria nos quilômetros finais**, além de uma distância desafiadora.

O percurso começa por um trecho asfaltado, que será feito de forma controlada pelo carro madrinha, até entrar nas estradas de terra, passando por paisagens características do litoral e do interior paraibano. A formação de pelotões pode ser favorecida em diversos setores, mas o atleta deve manter atenção permanente ao terreno e ao trânsito.

ATENÇÃO AO TRÂNSITO

- As vias **não estarão totalmente fechadas para veículos**. Haverá trechos compartilhados com carros, motos e outros usuários.
- Redobre a atenção ao passar por vilarejos, pequenas cidades e áreas urbanizadas.
- Muita atenção na **região dos canaviais**, nos cruzamentos com tráfego de treminhões, onde a visão fica prejudicada.
- Antes de qualquer travessia, olhe para os dois lados e siga as orientações dos agentes e staffs.
- Nos trechos de rodovia, é **obrigatório manter-se no acostamento**.
- Respeite integralmente o Código de Trânsito Brasileiro e a sinalização existente.

A GRANDE DIFICULDADE ESTÁ NO FINAL

A maior concentração de altimetria estará nos quilômetros finais. A região de Serra da Raiz está em uma área mais elevada e o percurso guarda sua principal surpresa para a chegada, incluindo as **voltas do Mirante dos Chalés**.

Ao alcançar o mirante, o atleta estará próximo de Serra da Raiz, mas deverá continuar até a chegada da Maratona no município. **Não siga os atletas da Ultramaratona para o acampamento:** para a Maratona, a prova termina no centro de Serra da Raiz.

DURANTE A PROVA

APOIO, HIDRATAÇÃO E SEGURANÇA

5. PONTOS DE HIDRATAÇÃO, APOIO MECÂNICO E HORÁRIO DE CORTE

Durante o percurso haverá pontos de apoio para hidratação e reposição de energia, com **água, Coca-Cola, isotônico, frutas e snacks**, conforme a operação da organização.

IMPORTANTE

A água dos pontos de apoio é **exclusiva para beber**. Não a utilize para lavar mãos, caramancholas, partes da bicicleta ou para banho.

PONTO	KM	ALTIMETRIA ACUMULADA
APOIO 1	km 33	+291 m
APOIO 2	km 63,5	+481 m
APOIO 3	km 94,3	+878 m
APOIO 4	km 112	+1.027 m
RED BULL	km 120	+1.272 m

APOIO MECÂNICO

APOIO 2 · KM 63,5

HORA LIMITE DE PROVA

17H00

PONTO DE CORTE 1

12H45

Apoio 2

PONTO DE CORTE 2

16H00

Apoio 4

ALIMENTAÇÃO E HIDRATAÇÃO

- Cada atleta é responsável por levar sua alimentação e hidratação entre os pontos de apoio.
- Planeje sua estratégia para os trechos mais longos e para a parte final, onde a altimetria aumenta.
- **Não dependa exclusivamente dos pontos de apoio:** leve os recursos necessários para sua estratégia de prova.

6. APOIO EXTERNO E MECÂNICA

Não será permitido apoio externo de hidratação ou mecânico fora dos pontos de apoio e locais determinados pela organização.

- Carros, motos, mecânicos e fotógrafos particulares não podem acompanhar os atletas no percurso.
- **O apoio externo em local não autorizado poderá resultar em penalização.**
- Leve câmara de reserva, bomba e kit de ferramentas adequados à sua bicicleta.
- Haverá apoio mecânico em um dos pontos de apoio.

E-BIKE

Para E-bike, haverá um ponto para **troca de bateria** durante o percurso, que estará no **segundo ponto de apoio**. Cada atleta deve providenciar seu apoio para este ponto.

7. SEGURANÇA E ATENDIMENTO MÉDICO

A competição será realizada em vias públicas e estradas cujo trânsito de veículos **não será totalmente interditado**. O atleta deverá cumprir integralmente o Código de Trânsito Brasileiro e respeitar a sinalização e as orientações dos agentes públicos e staffs.

A estrutura de atendimento pré-hospitalar e resgate da Brasil Ride contará com equipes distribuídas pelo evento, incluindo ambulâncias e veículos de resgate, conforme a operação e o regulamento.

EM CASO DE EMERGÊNCIA

Comunique imediatamente um staff ou membro da equipe médica. **Não abandone o percurso sem informar a organização**, sempre que as condições permitirem.

SE VOCÊ NÃO PUDER CONTINUAR

O atleta que não puder continuar deverá comunicar a organização. Teremos um **carro "vassoura"**, que passará por todos os pontos de apoio junto com o último atleta e levará os atletas para a linha de chegada ao término da competição.

CHEGADA E CHECKLIST

12 DE OUTUBRO · SERRA DA RAIZ

8. CHEGADA — SERRA DA RAIZ

A chegada da Maratona da Paraíba acontece em Serra da Raiz. Ao cruzar a linha de chegada, o atleta terá concluído sua prova e receberá sua **medalha de finisher Brasil Ride**.

NÃO CONFUNDA AS CHEGADAS

Os atletas da Ultramaratona continuam aproximadamente 4 km depois do centro de Serra da Raiz até a Vila Brasil Ride. **Os atletas da Maratona NÃO devem seguir esse trecho:** a prova termina no centro de Serra da Raiz.

Como a chegada é diferente da largada, **organize previamente seu transporte e a retirada de seus pertences**. Acompanhe as orientações da organização sobre área de chegada, hidratação, recuperação e premiação.

9. REGRAS IMPORTANTES

- Siga integralmente o percurso sinalizado e as orientações da organização.
- Não jogue lixo ou embalagens no trajeto.
- Respeite os demais usuários das vias e as comunidades por onde a prova passa.
- Não utilize apoio externo em locais não autorizados.
- Respeite o Código de Trânsito Brasileiro em todos os trechos compartilhados.
- Acompanhe os briefings e os canais oficiais para alterações de horário, percurso, pontos de apoio e demais procedimentos.

10. CHECKLIST DO ATLETA

- ☐ Documento de identificação
- ☐ Placa/numeral da bicicleta instalado corretamente. **É proibido alterar ou cortar a placa da bike.**
- ☐ Bicicleta revisada
- ☐ Câmaras de reserva / sistema de reparo / bomba / CO2
- ☐ Kit de ferramentas
- ☐ Alimentação para a prova + caramanholas / sistema de hidratação
- ☐ Celular carregado
- ☐ GPS carregado
- ☐ Protetor solar

11. INFORMAÇÕES E CONTATOS

CANAIS OFICIAIS DA BRASIL RIDE

Acompanhe os canais oficiais da Brasil Ride para as informações atualizadas da prova.

www.brasilride.com.br

As informações de horários, percurso, pontos de apoio e procedimentos podem ser atualizadas.

INFORMAÇÃO OPERACIONAL

Em caso de divergência entre este manual e uma orientação operacional mais recente da organização, prevalece a informação comunicada oficialmente no briefing ou pela direção de prova.

GOVERNO DO ESTADO



GOVERNO DA PARAÍBA

PATROCINADORES

 MITSUBISHI MOTORS



 alquimia da saúde



 ORBEA

 Red Bull

 STRAVA

CIDADES SEDE

 PREFEITURA DE JOÃO PESSOA

 GOVERNO MUNICIPAL SERRA DA RAIZ
TRABALHO QUE CONSTRÓI O FUTURO

 Prefeitura Municipal LUCENA
Gestão que transforma

FEDERAÇÕES

 UCI

INTERNATIONAL CALENDAR EVENT

 CBC

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE CICLISMO

 FPC
FEDERAÇÃO PARAIBANA DE CICLISMO