

# A Volta da Lagoa

## A saga das cinco cidades

Data : 02-05-2015

Local da Largada/Chegada: Pontal da Barra - Maceió

Horario das Largadas

Categoria Solo - 5:00 hs

Categoria duplas - 6:00 hs

Categoria Quarteto Livre – 6:30 hs

Encerramento da Cronometragem - 13:00 hs

### 1. Do percurso

1.2 Denominada **A saga das cinco cidades** pelo fato de percorrer o perímetro da lagoa Mundaú , largando de Maceió ,passa pelo **PC 01**, atingindo a cidade de **Satuba** por volta dos 24 km até o 26 onde temos o **PC 02**, em seguida passa por **Santa Luzia do norte** no km 30, rumando para **Coqueiro Seco** onde fica o **PC 03** e o km 39, aí partindo para **Marechal Deodoro** onde é corrido quase toda essa fase da prova ,cruzando a Ponte Divaldo Suruagi chega ao Km 52 e a linha de Chegada em **Maceió**.

**A prova será corrida com o trafego aberto, cabendo aos atletas todas as precauções quanto a correr fora da via utilizando calçadas e acostamentos onde for necessário**

2.2 A organização disponibilizará pontos de Apoio que serão instalados nas áreas de transição ,Kms 13, 26 ,e 39 onde haverá hidratação básica destinada aos atletas.

### 2. Das categorias

A corrida será disputada em 03 categorias:

### 1.3 **Solo** - 52Km - Largada 05:00hs

Atleta individual ,onde o atleta deve ter apoio próprio, ficando responsável pelo seu abastecimento, hidratação, e alimentação durante todo o percurso .

### 2.3 **Categoria Duplas** - Largada 6:00Hs

Serão 02 atletas que cada atleta percorrerá 26km (A transição acontecerá no PC2 e será controlados pela organização) sendo obrigatória a troca. A dupla será responsável pelo seu abastecimento e haverá penalização com eliminação dos mesmos no caso de rodízio fora da área definida.

### 3.3 **Categoria Quarteto Livre** – 6:30

Cada atleta percorrerá 13Km e a Equipe será responsável pelo deslocamento e abastecimento dos atletas, ficando obrigatório o rodízio de atletas apenas nos Pcs definidos pela organização, sendo esses comuns a todas as categorias.

## 3. Da premiação

Os atletas serão premiados com troféus e Medalhas

**Categoria Solo Masculino** - Trofeus personalizados para todos os atletas que completarem o percurso dentro do tempo Maximo definido.

**Categoria Solo Feminino** - Trofeus personalizados para todos os atletas que completarem o percurso dentro do tempo Maximo definido.

**Duplas Feminino**- Troféus para as 3 primeiras duplas e medalhas finish para os demais que cumprirem no tempo Maximo definido

**Duplas Masculino**- Troféus para as 3 primeiras duplas e medalhas

finish para os demais que cumprirem no tempo Maximo definido

**Duplas Misto**- Troféus para as 3 primeiras duplas e medalhas finish para os demais que cumprirem no tempo Maximo definido

**Quarteto misto** - Troféus para os 3 primeiros Quartetos e medalhas finish para os demais que cumprirem no tempo Maximo definido

#### 4. Das Inscrições

A Volta da Lagoa é uma prova aberta a participação de todos que se sentirem aptos e preparados para o evento, mediante assinatura de termo de responsabilidade, divulgado pela organização.

As inscrições devem ser realizadas através do site : [www.circuitodalua.com](http://www.circuitodalua.com) , O termo de responsabilidade deve ser baixado e impresso , a inscrição só será confirmada após a entrega do mesmo devidamente assinado , entregue nas lojas do ARMAZZEN SUPLEMENTOS ou direto com a Contime . As inscrições se encerrarão no dia 26/04/2015 ou quando atingir o limite de 500 atletas.