

25 E 26/11
ÁGUAS DO CERRADO
CAMPO VERDE/MT

MANUAL DO

Ultramarcho



ÁGUAS
DO CERRADO
2023

PATROCÍNIO

ENERSIM **O BOTICÁRIO**

JUNTOS, NOSSA ENERGIA FAZ ACONTECER.

6 MOTIVOS PARA ESCOLHER OU INDICAR A ENERSIM


- ⚡ ENERGIA SUSTENTÁVEL**
TODAS AS FONTES DE ENERGIA SÃO RENOVÁVEIS
- ⚡ ECONOMIA NO BOLSO**
TODOS OS MESES VOCÊ ECONOMIZA ATÉ 20% NA SUA CONTA DE LUZ
- ⚡ ZERO STRESS**
NENHUMA PREOCUPAÇÃO COM OBRAS OU INSTALAÇÃO DE EQUIPAMENTOS
- ⚡ SEM FIDELIDADE**
VOCÊ PODE ADERIR E SAIR QUANDO QUISER, SEM MULTAS
- ⚡ SEGURO BANDEIRAS**
FIQUE LIVRE DA COBRANÇA DE BANDEIRAS TARIFARIAS
- ⚡ NADA DE SUSTOS**
SEM GASTOS COM MANUTENÇÃO OU DESPESAS

**FAÇA SUA ADEÇÃO
E PARTICIPE DA
PRÓXIMA PROVA
DO ULTRAMACHO**

NA FAIXA.

Fale com o nosso time agora pelo 65 99356-5548 e garanta já sua inscrição para o próximo evento.

 ENERSIM.COM.BR

 [ENERSIMENERGIA](https://www.instagram.com/ENERSIMENERGIA)

 [ENERSIMENERGIA](https://www.youtube.com/ENERSIMENERGIA)

**DIGA SIM PARA
UMA ENERGIA LIMPA,
AJUDE O PLANETA
E GANHE SUA INSCRIÇÃO
NO PRÓXIMO ULTRAMACHO.**



ENERSIM

JUNTOS, NOSSA ENERGIA FAZ ACONTECER.

*PARA ADERIR À ENERSIM É NECESSÁRIO TER UM CONSUMO MÍNIMO DE 950 KWH/MÊS. CASO VOCÊ NÃO SEJA O TITULAR DA CONTA SERÁ NECESSÁRIO UMA TRATATIVA COM O RESPONSÁVEL. CADA INDICAÇÃO EFETIVADA EQUIVALE A UMA INSCRIÇÃO NO EVENTO VIGENTE DO ULTRAMACHO, SENDO QUE UM ATLETA PODE INDICAR ATÉ 3 NOVOS ASSOCIADOS, O SUFICIENTE PARA SE INSCREVER NOS EVENTOS PREVISTOS NO CALENDÁRIO 2023. NÃO COMERCIALIZAMOS ENERGIA. ENERSIM É UMA EMPRESA DE GESTÃO DE GERAÇÃO DISTRIBUÍDA DE ENERGIA, REPRESENTANTE ADMINISTRADORA E GESTORA REGISTRADA NO CNPJ: 36.663.753/0001-24. ANEEL - RESOLUÇÃO NORMATIVA Nº 482 (GERAÇÃO DISTRIBUÍDA) ALTERADA PELA RESOLUÇÃO NORMATIVA Nº 967/2015 (GERAÇÃO COMPARTILHADA) MEDIANTE A CONSTITUIÇÃO DE ASSOCIAÇÃO CRIADA NA FORMA DA LEI 14.300.

SEJA UM AMOR PRESENTE

NATAL

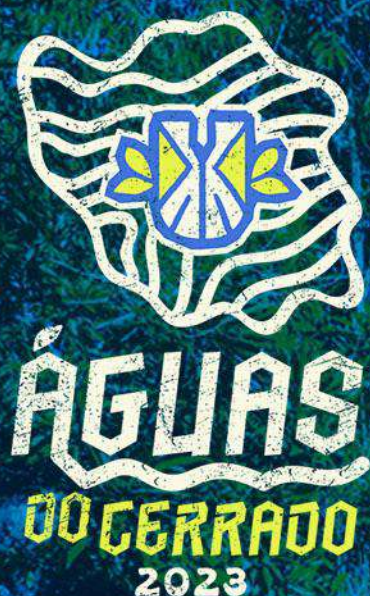


*Presenteie
com nossos
kits*



OBOTICÁRIO

VISITE NOSSAS LOJAS OU
COMPRE PELO WHATSAPP 0800 744 0010



**BEM-VINDO
ULTRA**

A temporada 2023 se encerra com um dos nossos cenários favoritos. O circuito Águas do Cerrado.

Localizadas na fronteira entre Cuiabá, Chapada dos Guimarães e Campo Verde, o Circuito Águas do Cerrado irá oferecer aos participantes a oportunidade de passar pela cachoeira das Orquídeas, Poço do Amor, muitas trilhas, estradões e um vale com visual incrível.

São esses os obstáculos naturais entre você e a medalha do último desafio do ano. Além do manual é muito importante que você leia o regulamento da sua prova e caso reste alguma dúvida é só nos acionar.

Nos vemos na trilha!

Equipe ULTRAMACHO










O GOVERNO DE MT

INVESTE MAIS DE

R\$ **53**
MILHÕES

NO ESPORTE

DESTAQUE:

-  **BOLSA ATLETA**
-  **BOLSA TÉCNICO**
-  **PONTOS DE ESPORTE E LAZER**
-  **JOGOS ESCOLARES
MATO-GROSSENSES**
-  **CONSTRUÇÃO E REFORMA DE
QUADRAS E ESPAÇOS ESPORTIVOS
NOS MUNICÍPIOS**



**Governo de
Mato
Grosso**

PATROCÍNIO

ENERSIM OBOICÁRIO

JUNTOS, NOSSA ENERGIA FAZ ACONTECER.

CO-PATROCÍNIO

CIDADE DE
**CAMPO
VERDE**



SECRETARIA DE
CULTURA, LAZER
E ESPORTE

SECEL
Secretaria de
Estado de Cultura,
Esporte e Lazer



Governo de
**Mato
Grosso**

**ÁGUAS
CUIABÁ**



Canopus
Veículos

PARCEIROS OFICIAIS



CASA PRADO



**BICICLETARIA
CROSS**



ALIMENTAÇÃO & HIDRATAÇÃO



SPORTS DRINK
TNT



Suco
Prat's
É um Prato para o Círculo

PEDE,
SIMININU!
PÉ DE MOLEQUE CREMOSO



FORNECEDORES OFICIAIS



GTX
Sports

CREATIVA
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO



**SEGUROS
MATOGROSSO**
CORRETORA

PARCEIROS PÚBLICOS



**POLÍCIA
MILITAR**
DE MATO GROSSO





**ÁGUAS
DO CERRADO
2023**

Se liga **ULTRA**

HIDRATAÇÃO

É obrigatório que cada atleta leve seu próprio sistema de hidratação (caramanhola, camelbak ou outro) para as provas de Trail Run 12k, 21k, e no ULTRABIKE. Para as provas de Trail Run 6k e Cicloturismo não é obrigatório, apenas se o atleta quiser beber água no trajeto. Pois não haverá distribuição de água em copos descartáveis e sim em jarras com água, que os próprios atletas deverão usar para preencher seu vasilhame.

O atleta que beber diretamente da jarra será desclassificado.

LIXO ZERO

Lembre-se que o ULTRAMACHO tem um compromisso com a natureza e esperamos o mesmo do atleta.

Faça sua parte. Traga a o lixo que você produziu de volta para a base ou deixe ainda na zona de hidratação para que possa ser facilmente recolhido.



DICAS

Lembre-se de ler o regulamento da prova com atenção.

Use um tênis com garras, pois haverá pedras soltas.
Tração será muito útil nos terrenos técnicos.

Chegue cedo para estacionar com calma e evitar a aglomeração.

Hidrate-se, alimente-se e prepare-se para curtir e se desafiar

COROLLA **GR** SPORT

EXPERIMENTE A EMOÇÃO
das pistas de corrida
pelas ruas da cidade.



MOTOR 2.0 ASPIRADO
DE 177 CV.

CÂMBIO DIRECT SHIFT
CVT COM 10 VELOCIDADES.

RODAS DE LIGA LEVE
ARO 17 POLEGADAS.



BANCO TOYOTA

No trânsito, escolha a vida.



Canopus
Veículos

(65) 4009-1035

www.toyotacanopusmatogrosso.com.br



TOYOTA



NA VILA AVENTURA TEM

**BANDA AO VIVO, DEGUSTAÇÕES, EQUIPAMENTOS
ESPORTIVOS, INFORMAÇÕES TURÍSTICAS, ACESSÓRIOS,
SUPLEMENTAÇÃO E MUITO MAIS.**



EXPOSITORES

ENERSIM
JUNTOS, NOSSA ENERGIA FAZ ACONTECER.

DUCHA E VENDA
DE PRODUTOS
OBOTICÁRIO

TOYOTA **Canopus**
Veículos

**BICICLETARIA
CROSS**

Gong

VITAFOR

**LOJA DO
ULTRA**

3 Corações

Puríssima
Água mineral natural

**MOVIDO
Acaí** ENERGIA
QUE TE MOVE

SPORTS DRINK
TNT

Coca-Cola

leão

Jong

**Suco
Prat's**
É da fruta para o corpo.

**PEDE
SIMINIU!**
PÉ DE MOLEQUE CREMOSO

Naraes
Cerveja Artesanal

**HEITOR
LOPES**
Massoterapia
Esportiva
Sports

**NORDESTE
EMERGÊNCIAS**

CRONOGRAMA



**ÁGUAS
DO CERRADO
2023**

ENTREGA DE KITS

22 e 23/11 (quarta e quinta) - 12h até as 21h.

Entrega dos kits em Cuiabá, no Shopping Pantanal, na loja da antiga Imaginarium, próximo a Americanas, piso 2. Situado na Av. Historiador Rubens de Mendonça, 3300, bairro Jardim Aclimação.

24/11 (Sexta) - 15h às 19h - Entrega dos kits para os atletas que ainda não o retiraram diretamente na Vila Aventura no Águas do Cerrado. Mais a frente você encontra o mapa de como chegar.

25/11 (Sábado) - 15h às 19h - Entrega dos kits para os atletas que ainda não o retiraram diretamente na Vila Aventura no Águas do Cerrado. Mais a frente você encontra o mapa de como chegar.

26/11 (Domingo) - 5h até às 5h30 - Entrega dos kits apenas para os atletas de fora da grande Cuiabá.

PARA RETIRAR O KIT O ATLETA DEVE APRESENTAR OS SEGUINTE DOCUMENTOS:

- Documento oficial com foto (TODAS AS PROVAS);
- Atestado assinado e carimbado por um médico indicando explicitamente que o competidor está apto a participar de uma prova de resistência, esse atestado valerá por 1 ano nas provas do Ultramacho (somente 21K);
- Retirada do kit por terceiros mediante cópia impressa de documento oficial com foto.

O EVENTO

25 de novembro (Sábado)

Abertura da Vila Aventura às 05h00

- 05h00** início do receptivo dos atletas, checagem de equipamento obrigatório da prova.
- 05h45** fim da checagem de equipamentos obrigatórios e bloqueio da entrada do evento para realizar as largadas (atletas terão que ter chego até este horário)
- 06h00** largada da prova;
- 08h30** início da premiação conforme fechamento dos pódios.
- 16h30** início da retirada dos kits das provas de Domingo.

26 de novembro (Domingo)

Abertura da Vila Aventura às 05h00

- 5h** início do receptivo dos atletas do TRAIL RUN;
- 6h** largada da prova de 21k;
- 6h15** largada da prova de 6k;
- 6h20** largada da prova de 12k.
- 08h30** início da premiação conforme fechamento dos pódios.

O EVENTO IRÁ OCORRER SOB QUALQUER CONDIÇÃO CLIMÁTICA. POR ISSO SE PREPARE PARA PARTICIPAR SOB SOL OU SOB CHUVA. EQUIPE-SE E CURTA AINDA MAIS O ESPORTE NA NATUREZA.

ONDE SE HOSPEDAR



**ÁGUAS
DO CERRADO
2023**

Em Campo Verde

Bravo City Hotel
Fone: (66) 3419-3920

Pequeno Mundo Palace Hotel I
Fone: (66) 3419-1360

Pequeno Mundo Palace Hotel II
Fone: (66) 3419-2438

Hotel Bellagio
Fone:(66)3419-5418

Hotel Master
Fone: (66) 3419-1929

Pousada Tucanu's
Fone: (66) 3419-5050

Hotel Pousada Morada Do Sol
Fone: (66) 3419-2727

Lorys Hotel
Fone: (66) 3419-3116 / (66) 99919-1033

Em Chapada dos Guimarães

Pousada Villa Guimarães
Fone: (65) 99295-4750 / (65) 3301-1366

Pousada Atmã
Fone: (65) 99982-3345

Próximo a base do evento

Pousada Paraíso
Fone: (65) 98119-2287

Camping da Deuza
Fone: (66) 99991-6503

**ENERGIA
QUE TE FAZ
SUPERAR**



**ENERGIA
QUE TE MOVE**



ONDE COMER

O ATRATIVO ÁGUAS DO CERRADO TERÁ UM BUFFET DELICIOSO DURANTE O EVENTO:

CARDÁPIO: ARROZ, FEIJÃO, FAROFA DE BANANA, SALADA DE ALFACE, SALADA DE TOMATE, SALADA DE CENOURA, SALADA BETERRABA, BATATA FRITA, MOJICA DE PINTADO, COSTELINHAS DE TABATINGA E FRANGO FRITO CROCANTE.

R\$ 50 (ANTECIPADO EM NOSSO SITE)

ADQUIRA SEU INGRESSO JUNTAMENTE COM A INSCRIÇÕES.

CASO JÁ ESTEJA INSCRITO, MAS AINDA NÃO TENHA COMPRADO O ALMOÇO É SÓ NOS ACIONAR NO WHATSAPP (65) 99905 6090.



PASSEIO NO DIA DO EVENTO

**PASSEIO POR TODAS AS CACHOEIRAS DO
ATRATIVO COM GUIA + ALMOÇO COM BUFFET
LIVRE. PROMOÇÃO POR R\$ 150**

**ADQUIRA SEU INGRESSO JUNTAMENTE COM A
INSCRIÇÕES. CASO JÁ ESTEJA INSCRITO, MAS AINDA
NÃO TENHA COMPRADO O ALMOÇO É SÓ NOS
ACIONAR NO WHATSAPP (65) 99905 6090.**



COMO CHEGAR



A base do evento fica no Circuito Águas do Cerrado, em Campo Verde. A região fica em um entroncamento de Cuiabá, Chapada dos Guimarães e Campo Verde. Sendo assim há várias formas de acessar o local.

Confira a distância da base do evento vindo de quatro cidades:

SAINDO DE CUIABÁ: 87 km (50km de asfalto e 37 km de estradão de terra).

Saindo do Sinuelo, em Cuiabá pegue a saída em direção a Rondonópolis, BR-364. Você irá entrar no KM 363 a esquerda. Porém, a rodovia é duplicada, então siga por mais três quilômetros para fazer o retorno. Depois de outros três quilômetros entrará no KM 363 a direita na estrada de terra. Depois são mais 37 quilômetros de estrada de terra até a base do evento.

SAINDO DE CHAPADA DOS GUIMARÃES: 76 km (47km de asfalto e 29 km de estradão de terra).

Saindo da rotatória da Vila do Chocolate em Chapada são 47 km de asfalto sentido Campo Verde na MT-251. Virar à direita, no KM 109 na MT-403. Seguir reto por essa estrada de chão e se orientar pelas faixas indicativas por 29 km até o atrativo.

SAINDO DE CAMPO VERDE: 50 km (25km de asfalto e 25 km de estradão de terra);

Na BR-070, indo de Campo Verde para a BR 364 (Serra de São Vicente) virar à direita numa estrada de terra logo após a ponte do Rio das Mortes, no KM 404. São 25 quilômetros até virar até a base do evento.

SAINDO DE JACIARA: 85 km (60 km de asfalto e 25 km de estradão de terra); Na BR-364, indo no sentido de Jaciara para Cuiabá (Serra de São Vicente) percorrer 40 km virar à direita numa estrada asfaltada. Seguir por 15 quilômetro, ao final dela estrada virar a esquerda na BR-070 seguir por 5 quilômetros e entrar à direita, no KM 404. São 25 quilômetros até virar até a base do evento.

Coordenadas do google maps para chegar à base do evento:

<https://www.google.com.br/maps/place/Circuito+%C3%81guas+do+Cerrado/@-15.6439785,-55.4671447,17z/data=!3m1!4b1!4m5!3m4!1s0x93762aedcb07a74b:0x9712b2085df45173!8m2!3d-15.6439837!4d-55.464956?hl=pt-BR>

CLICK AQUI PARA ABRIR O MAPA

ÁGUAS DO CERRADO



A REGIÃO DO CIRCUITO ÁGUAS DO CERRADO É A MAIS NOVA DESCOBERTA TURÍSTICA DE MATO GROSSO.

ESTRATEGICAMENTE POSICIONADA ENTRE CUIABÁ, CHAPADA DOS GUIMARÃES E CAMPO VERDE, OFERECE AOS VISITANTES TRILHAS NA MATA E CACHOEIRAS DE GRANDE FORÇA E IMPONÊNCIA.



/aguasdocerrado



leão™

Cada chá tem o seu momento.



#FicaDeBoa



ENDURANCE[®]

VIVA ESSA ENERGIA



**NOVA FÓRMULA,
TEXTURA E SABORES**

**75 mg DE CAFEÍNA
POR PORÇÃO**

**BLEND DE
CARBOIDRATOS**

PRODUTO VEGANO



ÁGUAS
DO CERRADO
2023

ULTRA
BIKE 48K

A prova tem como base o atrativo turístico Águas do Cerrado com largada prevista para às 6h. A entrada estará bloqueada para a entrada de veículos às 5h45. Chegue com antecedência.

O TRAJETO

Largada em linha reta no estradão de terra. Bastante descida até o KM 10, onde haverá o primeiro ponto de hidratação com água Puríssima. Muito sobe e desce até o ponto de controle, PC, no KM 13,5, onde os atletas receberão uma marcação. Retorno pelo mesmo estradão. Atenção aos atletas que estarão retornando no sentido oposto. Mantenha sempre a direita.

Nova hidratação no KM 17. A partir daí virá uma grande subida até o KM 25 onde há outra hidratação. Sobe e desce até passar ao lado da base da prova, em seguida nova subida até o próximo ponto de hidratação no KM 31, que além de água terá isotônico TNT.

No KM 34,5 haverá novo PC. O KM 37 é o último ponto de hidratação. Depois dele tem início uma grande descida em estradão até chegar a uma ponte no KM 42,5. Atenção a passagem por essa ponte, pois ela é estreita e irregular.

Agora tem início a parte de trilha mais técnica que inicia também com descida até chegar na cachoeira das Orquídeas, no KM 44,5. Vai cruzar a entrada da cachoeira e seguir pela trilha. Virar a direita e passar novamente pelo riacho da cachoeira. Depois disso a trilha continua. Há trechos com calçadas de pedra, em outros passa por uma ponte e também pedala sobre uma passarela de madeira. Por fim no KM 47,5 chega ao Poço do Amor e depois segue até a linha de chegada.

Uma prova que irá exigir diferentes níveis de habilidade. Hidrate-se, alimente-se e prepare-se para curtir e se desafiar.

FICHA TÉCNICA DA PROVA

Nível de dificuldade: médio

Elevação positiva: 730M / 13% - Inclinação máxima / 2,9% - Inclinação média

Pontos de hidratação

KM 10 / KM 17 / KM 25 / KM 31 (C/ ISOTÔNICO) / KM 37 (C/ ISOTÔNICO)

São cinco pontos de água no caminho. É proibido beber direto dos recipientes! Traga seu sistema de hidratação.

LIXO ZERO

Lembre-se que o ULTRAMACHO tem um compromisso com a natureza e para isso não distribui água em embalagens para serem descartadas na natureza. A ideia é deixar as trilhas limpas. Faça sua parte. Traga a o lixo que você produziu de volta para a base!

DICAS

Lembre-se de ler o regulamento da prova com atenção.

Use um tênis com garras, pois haverá lama e pedras soltas. Tração será muito útil nos terrenos técnicos.

Use luvas para se apoiar em árvores e pedras.

Chegue cedo para estacionar.

Hidrate-se, alimente-se e prepare-se para curtir e se desafiar.

Nos vemos na trilha!



ÁGUAS
DO CERRADO
2023

PERCURSO

ULTRA BIKE 48K





ÁGUAS
DO CERRADO
2023

CICLO
TURISMO 16K

A prova tem como base o atrativo turístico Águas do Cerrado com largada prevista para às 6h. A entrada estará bloqueada para a entrada de veículos às 5h45. Chegue com antecedência.

○ TRAJETO

Largada em linha reta no estradão de terra. Bastante subida até o Ponto de Controle KM 5 onde os atletas receberão uma marcação. Lá haverá o primeiro e único ponto de hidratação com água Puríssima e isotônico TNT. Retorno pelo mesmo estradão agora como descida. Atenção aos atletas que estarão retornando no sentido oposto. Mantenha sempre a direita.

No Km10 sairá do estradão. No KM 10,6 haverá uma ponte. Atenção a passagem por essa ponte, pois ela é estreita e irregular.

Agora tem início a parte de trilha mais técnica que inicia também com descida até chegar na cachoeira das Orquídeas, no KM 12,6. Vai cruzar a entrada da cachoeira e seguir pela trilha. Virar a direita e passar novamente pelo riacho da cachoeira.

Depois disso a trilha continua. Há trechos com calçadas de pedra, em outros passa por uma ponte e também pedala sobre uma passarela de madeira. Por fim no KM 15,5 chega ao Poço do Amor e depois segue até a linha de chegada.

Um passeio incrível e que irá exigir diferentes níveis de habilidade. Hidrate-se, alimente-se e prepare-se para curtir e se desafiar.

FICHA TÉCNICA DA PROVA

Nível de dificuldade: médio

Elevação positiva: 270M / 10% - Inclinação máxima / 3% - Inclinação média

Pontos de hidratação

KM 5 (C/ ISOTÔNICO)

É proibido beber direto dos recipientes! Traga seu sistema de hidratação.

LIXO ZERO

Lembre-se que o ULTRAMACHO tem um compromisso com a natureza e para isso não distribui água em embalagens para serem descartadas na natureza. A ideia é deixar as trilhas limpas. Faça sua parte. Traga a o lixo que você produziu de volta para a base!

DICAS

Lembre-se de ler o regulamento da prova com atenção.

Use um tênis com garras, pois haverá lama e pedras soltas. Tração será muito útil nos terrenos técnicos.

Use luvas para se apoiar em árvores e pedras.

Chegue cedo para estacionar.

Hidrate-se, alimente-se e prepare-se para curtir e se desafiar.

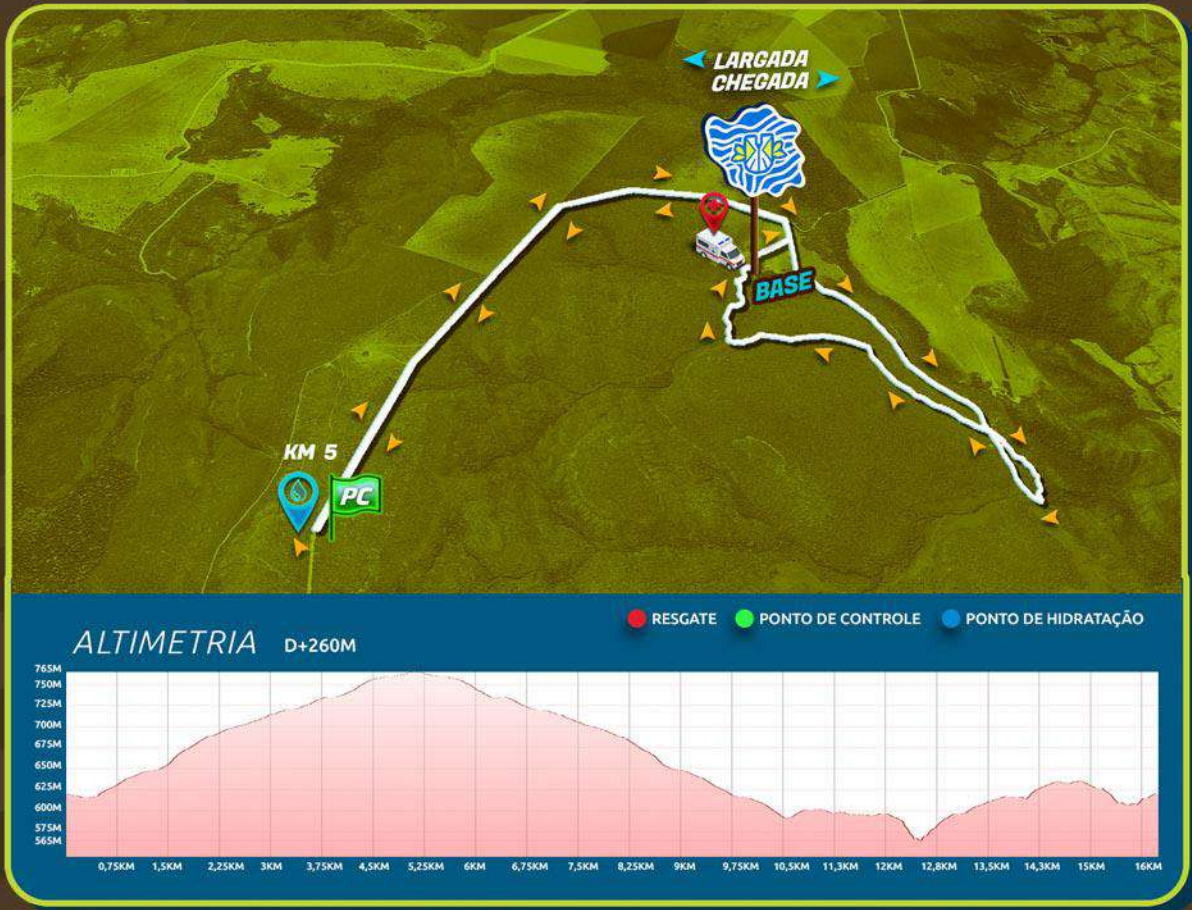
Nos vemos na trilha!



ÁGUAS
DO CERRADO
2023

PERCURSO

CICLO TURISMO 16K



VOCÊ PODE
SER MUITOS.



REINVENTE-SE.

CASA  PRADO



ÁGUAS
DO CERRADO
2023

TRAIL
RUN 6K

A prova tem como base o atrativo turístico Águas do Cerrado com largada prevista para às 6h. A entrada estará bloqueada para a entrada de veículos às 5h45. Chegue com antecedência.

O TRAJETO

Largada em linha reta no estradão de terra. São 600 m até uma curva **MUITO FECHADA** para a direita em descida. No KM 1 haverá uma ponte e também o primeiro ponto de hidratação da prova com água Puríssima. Atenção a passagem por essa ponte, pois ela é estreita e irregular. Depois da ponte são 1500 m em uma estrada mais estreita até chegar ao segundo ponto de hidratação no KM 2,5.

Agora é a parte mais técnica que se inicia. Leve descida até chegar a cachoeira das Orquídeas, no KM 2,8. Vai cruzar a entrada da cachoeira e seguir pela trilha. Virar a direita e passar novamente pelo riacho da cachoeira. Depois disso a trilha continua.

No KM 3,5 haverá o **ÚLTIMO** ponto de hidratação. Há trechos com calçadas de pedra, em outros passa por uma ponte e também sobre uma passarela de madeira. Por fim no KM 5,8 chega ao Poço do Amor e depois segue até a linha de chegada.

Uma prova que irá exigir diferentes níveis de habilidade. Hidrate-se, alimente-se e prepare-se para curtir e se desafiar.

FICHA TÉCNICA DA PROVA

Nível de dificuldade: médio

Elevação positiva: 115M / 13% - Inclinação máxima / 3,9% - Inclinação média

Pontos de hidratação

KM 1 / KM 2,5 / KM 3,5

São três pontos de água no caminho. É proibido beber direto dos recipientes! Traga seu sistema de hidratação.

LIXO ZERO

Lembre-se que o **ULTRAMACHO** tem um compromisso com a natureza e para isso não distribui água em embalagens para serem descartadas na natureza. A ideia é deixar as trilhas limpas. Faça sua parte. Traga a o lixo que você produziu de volta para a base!

DICAS

Lembre-se de ler o regulamento da prova com atenção.

Use um tênis com garras, pois haverá lama e pedras soltas. Tração será muito útil nos terrenos técnicos.

Use luvas para se apoiar em árvores e pedras.

Chegue cedo para estacionar.

Hidrate-se, alimente-se e prepare-se para curtir e se desafiar.

Nos vemos na trilha!



ÁGUAS
DO CERRADO
2023

PERCURSO

**TRAIL
RUN 6K**



CASA PRADO

BICICLETARIA
CROSS





DRIP COFFEE SEU NOVO JEITO DE FILTRAR CAFÉ



ABRA O SACHÊ NA LINHA PONTILHADA
INDICADA E RETIRE O FILTRO



PUXE AMBAS AS LATERAIS, POSICIONE
NA XÍCARA E COLOQUE LENTAMENTE
100ML DE ÁGUA NA TEMPERATURA
MÉDIA DE 95°C



REMOVA O FILTRO E APRECIÉ O
SEU CAFÉ



CAFÉS FILTRADOS DIRETO NA XÍCARA A QUALQUER HORA E LUGAR



CONHEÇA A LINHA COMPLETA:
WWW.MERCAFE.COM.BR



ÁGUAS
DO CERRADO
2023

TRAIL RUN 12K

A prova tem como base o atrativo turístico Águas do Cerrado com largada prevista para às 6h. A entrada estará bloqueada para a entrada de veículos às 5h45. Chegue com antecedência.

O TRAJETO

Largada em linha reta no estradão de terra. Leve subida até o primeiro ponto de hidratação com água Puríssima no KM 2. No KM 3 haverá um ponto de controle, PC, onde os atletas irão pegar uma marcação e retornar pelo mesmo caminho agora descendo.

No KM 4 haverá novo ponto de hidratação e de lá irão seguir em direção a trilha ainda descendo. No KM 6,5 haverá uma ponte e também outro ponto de hidratação. Atenção a passagem por essa ponte, pois ela é estreita e irregular.

Depois da ponte são 1500 m em uma estrada mais estreita até chegar a outro ponto de hidratação no KM 8.

Agora é a parte mais técnica que se inicia. Leve descida até chegar a cachoeira das Orquídeas, no KM 8,6. Vai cruzar a entrada da cachoeira e seguir pela trilha. Virar a direita e passar novamente pelo riacho da cachoeira. Depois disso a trilha continua.

No KM 9 haverá o último ponto de hidratação. Há trechos com calçadas de pedra, em outros passa por uma ponte e também pedala sobre uma passarela de madeira. Por fim no KM 11,5 chega ao Poço do Amor e depois segue até a linha de chegada.

Uma prova que irá exigir diferentes níveis de habilidade. Hidrate-se, alimente-se e prepare-se para curtir e se desafiar.

FICHA TÉCNICA DA PROVA

Nível de dificuldade: médio

Elevação positiva: 215M / 11,5% - Inclinação máxima / 3,4% - Inclinação média

Pontos de hidratação

KM 2 / KM 4 / KM 6,5 / KM 8 / KM 9

São cinco pontos de água no caminho. É proibido beber direto dos recipientes! Traga seu sistema de hidratação.

LIXO ZERO

Lembre-se que o ULTRAMACHO tem um compromisso com a natureza e para isso não distribui água em embalagens para serem descartadas na natureza. A ideia é deixar as trilhas limpas. Faça sua parte. Traga a o lixo que você produziu de volta para a base!

DICAS

Lembre-se de ler o regulamento da prova com atenção.

Use um tênis com garras, pois haverá lama e pedras soltas. Tração será muito útil nos terrenos técnicos.

Use luvas para se apoiar em árvores e pedras.

Chegue cedo para estacionar.

Hidrate-se, alimente-se e prepare-se para curtir e se desafiar.

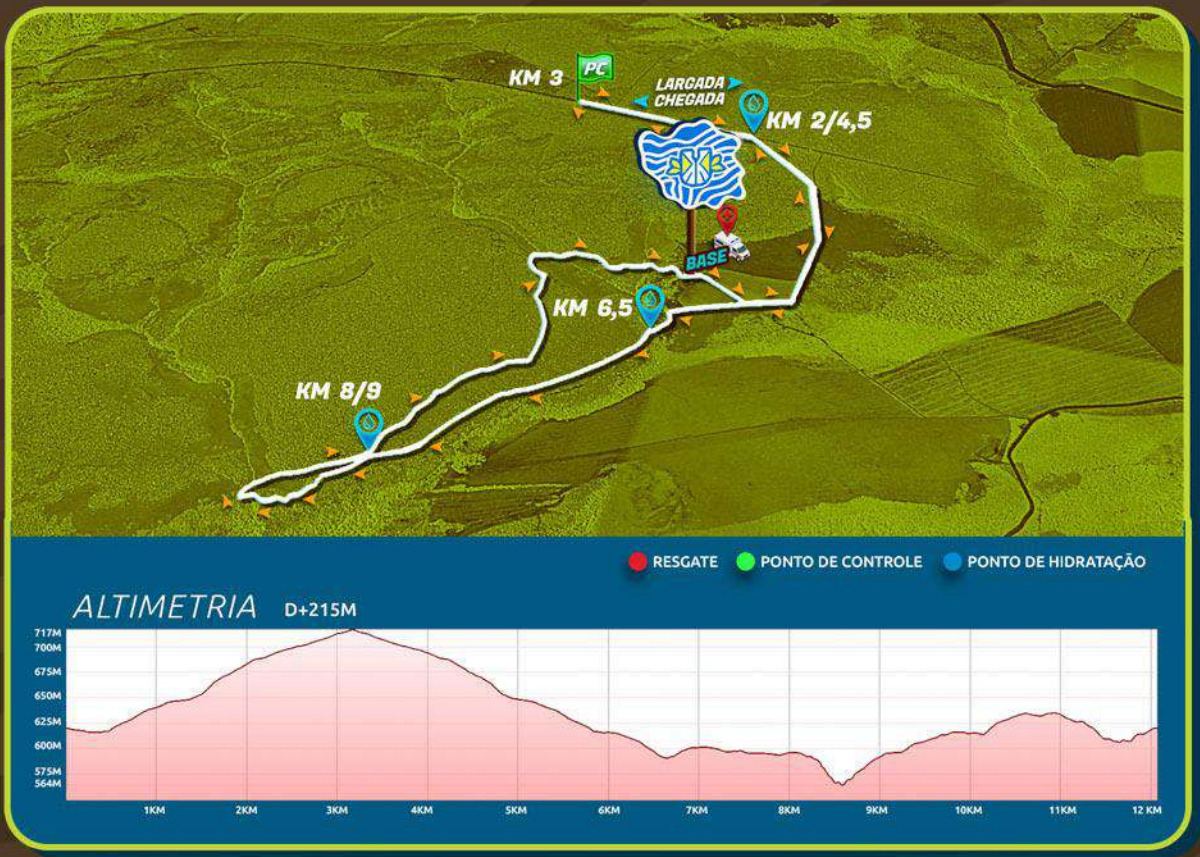
Nos vemos na trilha!



ÁGUAS
DO CERRADO
2023

PERCURSO

TRAIL RUN 12K



ENERSIM
JUNTOS, NOSSA ENERGIA FAZ ACONTECER.

O BOTICÁRIO

É de Mato Grosso,
o PÉ DE MOLEQUE
mais CREMOOOOSO
e gostoso que
você já viu
EXPERIMENTE!



**PEDE,
SIMININU!**

Segue a dgente  @pedesimininu



ÁGUAS
DO CERRADO
2023

TRAIL
RUN ZIK

A prova tem como base o atrativo turístico Águas do Cerrado com largada prevista para às 6h. A entrada estará bloqueada para a entrada de veículos às 5h45. Chegue com antecedência.

O TRAJETO

Largada em linha reta no estradão de terra. Leve subida até o primeiro ponto de hidratação com água Puríssima no KM 2. Ainda subindo levemente haverá outro ponto de hidratação no KM 5,5. Início da descida até o KM 7,5 onde haverá um ponto de controle, PC. Nele, os atletas irão pegar uma marcação e retornar pelo mesmo caminho agora descendo.

No KM 10 haverá novo ponto de hidratação também com isotônico TNT e de lá irão seguir no estradão descendo e em direção ao próximo ponto de hidratação no KM 13,3.

No KM 15,5 haverá uma ponte e também um ponto de hidratação. Atenção a passagem por essa ponte, pois ela é estreita e irregular.

Depois da ponte são 1500 m em uma estrada mais estreita até chegar a outro ponto de hidratação no KM 17. Agora é a parte mais técnica que se inicia. Leve descida até chegar a cachoeira das Orquídeas, no KM 17,5. Vai cruzar a entrada da cachoeira e seguir pela trilha. Virar a direita e passar novamente pelo riacho da cachoeira. Depois disso a trilha continua.

No KM 18 haverá o último ponto de hidratação. Há trechos com calçadas de pedra, em outros passa por uma ponte e também pedala sobre uma passarela de madeira. Por fim no KM 21 chega ao Poço do Amor e depois segue até a linha de chegada.

Uma prova que irá exigir diferentes níveis de habilidade. Hidrate-se, alimente-se e prepare-se para curtir e se desafiar.

FICHA TÉCNICA DA PROVA

Nível de dificuldade: médio

Elevação positiva: 325M / 9,4% - Inclinação máxima / 3% - Inclinação média

Pontos de hidratação

KM 2 / KM 5,5 (C/ ISOTÔNICO) / KM 10 (C/ ISOTÔNICO) / KM 13,5 / KM 15,5 / KM 17 / KM 18

São sete pontos de água no caminho. É proibido beber direto dos recipientes! Traga seu sistema de hidratação.

LIXO ZERO

Lembre-se que o ULTRAMACHO tem um compromisso com a natureza e para isso não distribui água em embalagens para serem descartadas na natureza. A ideia é deixar as trilhas limpas. Faça sua parte. Traga a o lixo que você produziu de volta para a base!

DICAS

Lembre-se de ler o regulamento da prova com atenção.

Use um tênis com garras, pois haverá lama e pedras soltas. Tração será muito útil nos terrenos técnicos.

Use luvas para se apoiar em árvores e pedras.

Chegue cedo para estacionar.

Hidrate-se, alimente-se e prepare-se para curtir e se desafiar.

Nos vemos na trilha!



ÁGUAS
DO CERRADO
2023

PERCURSO

TRAIL RUN ZIK





**Seguro
bike**

Ciclismo não é apenas esporte, é a liberdade de ir e vir. Faça isto com segurança. Proteja sua BIKE e VOCÊ, de qualquer imprevisto.

Coberturas:

- Roubo enquanto pedala;
- Furto qualificado, dentro e fora da residência;
- Acidentes pessoais do ciclista;
- Acidentes e Danos no transporte da bike;
- Roubo no transporte da bike.

**“SEGURO DE VIDA NÃO
É SÓ PRA MORTE!”**



**Seguro de
vida**

Conheça os benefícios de ter um seguro de vida, e proteja-se com a Seguros Matogrosso.

“Coberturas indenizadas em vida”

- Invalidez permanente;
- Antecipação por doença;
- Diárias por incapacidade temporária;
- Despesas médico hospitalares;
- Diagnóstico de câncer.



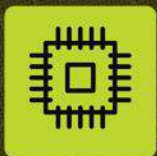
ULTRAMACHO

AVENTURA NA NATUREZA

Cada evento do ULTRAMACHO é produzido com muito profissionalismo. São três meses de planejamento para que um final de semana de aventura seja uma grande experiência para você.

Licenças, levantamento de trajeto, produção de materiais, treinamento, organização logística, divulgação e tantas outras tarefas são realizadas para que a aventura na natureza aconteça. Estamos sempre evoluindo para que o evento seja épico, sustentável, que traga retorno social e desenvolvimento sustentável para cada destino onde ele é realizado.

Valorizamos o esporte na natureza como estilo de vida e é isso que sempre buscamos oferecer a você. Divirta-se!



• Chip descartável para cronometragem eletrônica



• Hidratação com Isotônico



• Staff profissional



Seguro de acidentes pessoais, responsabilidade civil e danos morais



• Camisetas tecnológicas nos kits



• Medalhas com design exclusivo



• Maior distribuição de troféus de Mato Grosso



• Percursos inéditos e exclusivos



• Ambulância e resgatistas



• Banheiros químicos, inclusive para PcDs



• Provas para TODA a família



• Fotógrafos profissionais registrando os participantes



• Estação de frutas