



MANUAL DO ATLETA 2009

MANUAL DO ATLETA

Estamos na 13ª edição da Maratona de Curitiba!

Nestes 13 anos muita coisa mudou, menos a preocupação da organização em atender bem os atletas e realizar uma prova oficial e bem estruturada.

Aproximadamente 2.000 pessoas estarão à sua disposição, para garantir segurança, conforto e resultados, mas não esqueça de fazer sua parte:

- Avise seu “ajudante” ou amigo que ele não poderá acompanhá-lo de bicicleta (ou moto) Isto caracteriza “pacing” e poderá resultar na sua desclassificação.
- Não esqueça seu “chip”.
- Certifique-se do horário da sua largada e chegue com antecedência, para evitar atropelos.
- Procure se hidratar, até 30 minutos antes da prova.
- Não deixe objetos de valor no guarda volumes.
- Corra dentro dos seus limites.
- Fique atento ao percurso de sua prova.
- Faça amigos e aproveite!

LARGADA / CHEGADA

- LOCAL: Praça Nossa Senhora de Salette, Centro Cívico

HORÁRIOS DAS LARGADAS:

- Maratona – Cadeirantes 07h20
- Maratona - Feminino 07h30 (inclusive deficiente visual feminino)
- Maratona - Masculino 08h00 (inclusive deficiente visual masculino)
- Corrida 10 km - Feminino 08h20
- Corrida 10 km - Masculino 08h25
- Caminhada (todos) na seqüência

KIT DO ATLETA

MARATONA

- 01 bolsa
- 01 camiseta regata
- 01 boné
- 01 número de peito
- 01 CHIP
- 04 alfinetes





MANUAL DO ATLETA 2009

CORRIDA 10 Km

- 01 sacola
- 01 camiseta regata
- 01 número de peito
- 01 CHIP
- 04 alfinetes

CAMINHADA

- 01 camiseta manga curta

ALOJAMENTO

EXCLUSIVO PARA ATLETAS DA MARATONA

Centro de Esporte e Lazer Praça Plínio Tourinho - Rua Engenheiros Rebouças, s/n.º - Jardim Botânico - Tel.: (41) 3218-5436

- 60 vagas
- Permanência: das 08h00 do dia 20 (sexta feira), até às 06h30 do dia 22 (domingo).

TRANSPORTE OFICIAL

DIA	SAIDA	DESTINO	HORARIO
20/novembro Sexta Feira	Rodoferroviária	Hotéis	das 06h00 às 22h00
	Rodoferroviária	Alojamento	das 08h00 às 22h00
	Rodoferroviária	Entrega de kit	das 14h00 às 19h00
	Entrega de kit	Hotéis	das 14h00 às 20h00
	Entrega de kit	Alojamento	das 18h00 às 20h00
21/novembro Sábado	Rodoferroviária	Hotéis/alojamento	das 06h00 às 20h00
	Rodoferroviária	Entrega de kit	das 08h00 às 17h00
	Hotéis e alojamento	Entrega de kit	das 08h00 às 17h00
	Entrega de kit	Hotéis/alojamento	das 08h00 às 18h00
22/novembro Domingo	Hotéis/alojamento	Local da Largada	às 05h30
	Local da Largada	Hotéis	das 11h00 às 16h00
	Local da Largada	Rodoferroviária	das 11h00 às 16h00





MANUAL DO ATLETA 2009

- Atletas com saídas previstas após 16h00 do dia 22, deverão providenciar transporte próprio;
- O serviço de transporte da Maratona é exclusivo para atletas inscritos na mesma e encerra-se às 17h do dia 22/11 (Domingo);
- Os ônibus sairão em horários pré-estabelecidos, que estarão em edital.
- O ônibus “vassourinha”, que acompanhará todo o percurso da Maratona atrás do último colocado, conduzirá os desistentes até o local da chegada;

VISITAS

Dia: 21 de novembro - Sábado
Saída: Praça Oswaldo Cruz - local da entrega de kit
Horários: 10h00 e 14h00
Locais das visitas: Largada/Chegada, Passeio Público, Museu do Olho, Jardim Botânico.

GUARDA VOLUME

- Haverá guarda-volumes na “largada/chegada”, para o corredor inscrito;
- Após a chegada, o atleta deverá retirar sua bagagem, mediante a apresentação de seu número.

CRONOMETRAGEM E MONITORAÇÃO OFICIAL

- A Cronometragem Oficial da Maratona e da Corrida de 10 km estará a cargo dos árbitros da Federação de Atletismo do Paraná, e com a monitoração eletrônica – através do CHIP – com tapetes de passagem, instalados na Largada/Chegada e em vários pontos do percurso.
- Cada atleta receberá o seu número de peito e o respectivo CHIP, que é pessoal e intransferível.
- O CHIP deverá ser fixado do tornozelo para baixo, em qualquer uma das pernas, preferencialmente amarrado no cadarço do tênis. Será permitido participar da prova descalço, com a utilização obrigatória do CHIP e o mesmo deverá ser devolvido à organização da prova após a chegada.
- Os atletas que não completarem o percurso deverão devolver o CHIP para os Chefes de Setor (identificados com camisetas da organização).
- Haverá pontos de observação e monitoração, em alguns locais do percurso, através de filmagem e anotação dos números dos atletas.





MANUAL DO ATLETA 2009

INFORMAÇÕES TÉCNICAS – PERCURSOS

- A pista, para todos os percursos, é asfaltada, com subidas e descidas.
- Sinalização a cada quilômetro.
- Postos de água na largada, a cada 03 quilômetros (a partir do quarto quilômetro) e na chegada.
- Os percursos serão todos bloqueados para o tráfego de veículos, com controle em determinados trechos de transição. Alguns trechos serão sinalizados com cones e fitas.
- Haverá chuveiros e vestiários na chegada.
- Todos os atletas que terminarem a prova receberão medalha de participação.
- No mês de novembro, em Curitiba, a temperatura média oscila entre 14 e 24,5 graus centígrados, e a umidade relativa do ar fica em torno de 80%.

MARATONA

- 42.195 metros, aferidos por equipe credenciada pela AIMS e indicada pela CBAt.
- Postos de distribuição de frutas: Km 26,5 e na chegada.
- Banheiros: Km 6,5; 15; 20; 26,5; 33,5; 38,5 e na chegada.
- Postos de atendimento médico: Km 6,5; 15; 20; 26,5; 33,5; 38,5 na chegada.
- Distribuição de esponjas úmidas na Maratona: Km 20 e 33,5.
- Haverá kit de lanche na chegada.
- Hidratante no km 20, no km 33 e na chegada.

ATENÇÃO:

- O tempo máximo para a conclusão da prova é de seis horas. Portanto, será até às 13h20 para os cadeirantes, 13h20 para as mulheres e até às 14h00 para os homens.
- O tempo limite para bloqueio e controle do trânsito obedecerá ao horário projetado para o último corredor (ver tabela), mantendo-se, entretanto, as medidas básicas de segurança.

Projeção do tempo dispendido pelos atletas da Maratona,
em relação à distância da prova - bloqueio e controle de trânsito

Km	Primeiro atleta		Último atleta	
	tempo	hora	tempo	hora
10	35min	8h05	1h25	9h25
15	53min	8h23	2h08	10h08
20	1h10	8h40	2h50	10h50
25	1h28	8h58	3h33	11h33
30	1h45	9h15	4h15	12h15
35	2h04	9h34	4h58	12h58
42	2h29	9h59	5h57	13h57





MANUAL DO ATLETA 2009

CORRIDA 10 KM

- O percurso está aferido por equipe credenciada pela AIMS e indicada pela CBAt, para a Corrida de 10Km.
- O percurso da Corrida de 10 Km é realizado em parte, nas ruas do percurso da Maratona.
- Haverá água e frutas na chegada.

CAMINHADA

- 4.900m, aferidos.
- Haverá água e frutas na chegada.

EXAME ANTIDOPING

Atendendo à normatização da CBAT para provas nacionais, será realizado exame antidoping, entre os primeiros colocados. O pagamento da premiação para os seis primeiros atletas homens e as seis primeiras atletas mulheres só será efetuado após o resultado do exame antidoping. O atleta deverá deixar especificado para a coordenação financeira o número da agência bancária e da conta corrente (poupança) a fim de ser efetuado o depósito relativo ao pagamento.

ATENDIMENTO MÉDICO

Hospitais de Plantão

- Hospital do Trabalhador - Tel.: (41) 2125-7000
- Pronto Socorro Cajuru - Tel.: (41) 3271-3000
- Pronto Socorro Evangélico - Tel.: (41) 3240-5000

Postos de Saúde Municipais (24 horas)

- Boa Vista - Tel.: (41) 3251-1013
- Campo Comprido - Tel.: (41) 3373-4848
- Boqueirão - Tel.: (41) 3217-1238
- Ambulatório médico (médico, fisioterapeutas e enfermeiros) para atendimento no km 21 da Maratona e na chegada.
- 9 ambulâncias à disposição, sendo 3 UTI's e 06 convencionais: uma ambulância após o último atleta e 8 em pontos estratégicos do percurso;





MANUAL DO ATLETA 2009

- Equipe de fisioterapia para recuperação muscular na chegada.

PREMIAÇÃO DA MARATONA

Classificação Geral

Masculino e Feminino

1.º Lugar	troféu + R\$ 12.000,00	4.º Lugar	troféu	+ R\$ 2.400,00
2.º Lugar	troféu + R\$ 6.000,00	5.º Lugar	troféu	+ R\$ 1.800,00
3.º Lugar	troféu + R\$ 4.000,00	6.º Lugar	troféu	+ R\$ 1.440,00

Categorias (faixa etária, Cadeirante e Deficiente Visual)

Masculino e Feminino

1.º Lugar	troféu	+ R\$ 800,00	6.º Lugar	medalha	+ R\$100,00
2.º Lugar	medalha	+ R\$ 600,00	7.º Lugar	medalha	+ R\$ 80,00
3.º Lugar	medalha	+ R\$ 400,00	8.º Lugar	medalha	+ R\$ 70,00
4.º Lugar	medalha	+ R\$ 300,00	9.º Lugar	medalha	+ R\$ 60,00
5.º Lugar	medalha	+ R\$ 200,00	10.º Lugar	medalha	+ R\$ 50,00

Premiação Especial da Maratona:

- Será pago o prêmio de R\$ 1.000,00 (hum mil reais) para o atleta masculino e feminino, separadamente, que quebrar o recorde da Maratona de Curitiba, tendo como base o tempo de 2:17:50 para o masculino e 2:45:11 para o feminino (tempo de 2008, no novo percurso)

Bonificação Atletas Curitibanos

- R\$ 250,00 para o primeiro “atleta curitibano” que chegar, em cada categoria.
- Serão considerados atletas curitibanos todos aqueles que tenham participado de, pelo menos, quatro etapas do Campeonato Adulto de Corridas de Rua da Prefeitura Municipal de Curitiba no ano de 2009.
- O pagamento desses atletas será efetuado na Secretaria Municipal do Esporte e Lazer, a partir do dia 30 de novembro das 8h30 às 11h30 e das 14h30 às 17h30.
- Os prêmios em dinheiro estão sujeitos à tributação do imposto de renda, conforme legislação vigente.
- A premiação, em dinheiro, aos atletas classificados na categoria geral, masculino e feminino, será efetuada somente com a oficialização definitiva do resultado do exame antidoping, depois de efetivada a contraprova, em decisão conclusiva e irrecorrível, dentro das normas e procedimentos da CBAT.
- A premiação por categoria será realizada a partir das 14h30min.





MANUAL DO ATLETA 2009

PREMIAÇÃO DA CORRIDA 10 KM

Classificação Geral

Masculino e Feminino

1.º Lugar troféu + R\$ 800,00

2.º Lugar troféu + R\$ 500,00

3.º Lugar troféu + R\$ 300,00

SEGURO

- Todos os atletas regularmente inscritos na Maratona de Curitiba 2009, estarão cobertos por seguros de Acidentes Pessoais (morte acidental e invalidez permanente por acidente), no período entre 07h00 e 14h00, do dia 22 de novembro de 2009.

ORGANIZAÇÃO

- Prefeitura Municipal de Curitiba
- Secretaria Municipal do Esporte e Lazer
- Secretário – Rudimar Fedrigo
- Rua Desembargador Westphalen, 1566 – Rebouças
- CEP 80.230-100 – fone 3350-3707 – Curitiba – Pr

TELEFONES ÚTEIS

- Polícia Militar - 190
- Siate e Samu – 192
- Diretran (Diretoria de Trânsito) – (41) 3320-3232
- Rodoferroviária – (41) 3320-3000
- Aeroporto – (41) 3381-1515
- Táxi – 3333-3333 - 3252-5252 - 3257-5757

CHANCELA

- CBAT – Confederação Brasileira de Atletismo

SUPERVISÃO

- FAP – Federação de Atletismo do Paraná





MANUAL DO ATLETA 2009

APOIO

- Polícia Militar do Paraná – BPTRAN – Batalhão de Polícia de Trânsito
- Corpo de Bombeiros
- URBS – Diretran – Diretoria de Trânsito
- Secretaria Municipal da Saúde
- Secretaria Municipal da Defesa Social – Guarda Municipal
- Secretaria Municipal da Comunicação Social
- Secretaria Municipal do Meio Ambiente
- IPCC- Instituto Prô - Cidadania de Curitiba

