

A woman in a blue shirt and black shorts is climbing a narrow rock crevice. She is wearing a hydration pack and has a race bib on her chest. She is smiling and looking towards the camera. The rock walls are textured and brownish.

# CONFIRA

DICAS E INFORMAÇÕES



DISCOVER TRAIL – MARUMBI

# ENTREGA DE KITS

**02/08**

**SEXTA-FEIRA**

11h AS 18h30

**03/08**

**SÁBADO**

9h AS 16h

## **LOJA PROCORRER**

Rua Vicente Machado, 318- Centro, Curitiba



Não será entregue kit fora desse período. Entrega no dia 04/08 apenas para atleta não residente em Curitiba e Região Metropolitana das 7h às 8h.

**Entrega mediante apresentação de documento com foto.**



# **COMO CHEGAR**

**dia 04/08**

## **LOCAL: PORTO DE CIMA**

MORRETES / PARQUE ESTADUAL PICO DO MARUMBI

**LARGADA:** Praça de Porto de Cima - Morretes  
Rua sete de março s/n, Morretes, PR

Distância de Curitiba: 75km  
Aproximado 1h30min de carro

# **LISTA DE INSCRITOS**

DISPONÍVEL EM NOSSO SITE, ACESSE  
**GLPROMO.COM.BR**



# **PROGRAMAÇÃO**

**dia 04/08**

**07h** Abertura do evento

**07h - 08h** Entrega de kit

**09h00** - Largada 20km

**09h05** - Largada 6km

**09h10** - Largada 13km

**11h - 12h** Início da premiação 6km e 13km

**12h - 13h** Início da premiação 20km

**13h30** Encerramento



# SEGURANÇA NAS TRILHAS

Dê a preferência aos atletas mais rápidos, seja educado para pedir passagem e para ceder passagem!

Atenção em lugares escorregadios, reduza seu ritmo.

Nas distâncias 13k e 20k é aconselhável o uso de lanterna (passagem por túnel desativado).



## **NÃO TIRE OS OLHOS DAS FITAS!**

Não existe um trecho da trilha sem estar fitado e **SEMPRE COM AS FITAS NA SUA MÃO DIREITA**



# HIDRATAÇÃO

Para todas as distâncias, 6km, 13km e 20km **é necessário** o uso de **hidratação própria**.

Não haverá hidratação no percurso, apenas para a distância longa (20km), 1 ponto para reabastecimento.

**6K**

X

**13K**

X

**20K**

KM 8,5



# **APROVEITE O EVENTO E VISITE MORRETES**

Aproveite para explorar a charmosa cidade de Morretes.

Encante-se com suas belezas naturais, arquitetura histórica e a deliciosa gastronomia local.



\*imagens ilustrativas



# EMPRESAS PARCEIRAS DO ESPORTE





**BOA PROVA!**

