

**RANKING DISTRITAL TRAIL RUN/JUIZ DE FORA 2026**  
**ETAPA ROCK BRASÍLIA – Tributo a Legião Urbana – Torreões**  
**DIA 21/04/2026 – REGULAMENTO ESPECÍFICO**

1- A etapa ROCK BRASÍLIA - Tributo a Legião Urbana – Torreões - do **Ranking Distrital Trail Run/Juiz de Fora – RDTR/JF** acontecerá no dia 21 de abril de 2026 (terça-feriado) nos percursos LONGO (23 km), MÉDIO ( 9 km) e CURTO/CAMINHADA (4,8 km). Estas distâncias são aproximadas e podem variar até 10% para mais ou para menos. As largadas dos percursos LONGO, MÉDIO e CURTO/CAMINHADA acontecerão às 8h no campo de futebol de Torreões , com chegadas no mesmo local. O evento visa principalmente a valorização do esporte e divulgação do turismo na zona rural Juiz de Fora.

2- As provas acontecerão em estradas de terra e trilhas e a hidratação fornecida pela organização será básica com 1 copo de água e possibilidade de reabastecimento, **aproximadamente**, nos seguintes pontos:

PERCURSO LONGO – km 7 – km 14 e km 20

PERCURSO MÉDIO – km 4 e km 7,5

PERCURSO CURTO/CAMINHADA - km 3

Aconselha-se que os atletas levem sua própria hidratação e alimentação (principalmente para o percurso LONGO). Na marcação, setas com cal no chão indicarão a direção a seguir. Também serão usadas fitas azuis;

3- A organização manterá uma ambulância com equipe de primeiros socorros no local da largada/chegada;

4- As faixas etárias estarão assim distribuídas:

CURTO/CAMINHADA (4,5 km) – Somente Geral, no Masculino e no Feminino

*MÉDIO e LONGO*

1- até 29 anos – nascidos(as) em 1997 ou após;

2- de 30 a 39 anos – nascidos(as) entre 1987 e 1996;

3- de 40 a 49 anos - nascidas entre 1977 e 1986;

4- de 50 a 59 anos – nascidos(as) entre 1967 e 1976;

5- de 60 a 69 anos- nascidos(as) entre 1957 e 1966.

6- \*70 anos ou mais – nascidos(as) em 1956 ou antes.

\* Troféus nessa faixa garantidos no dia da prova apenas para quem se inscrever até 18/01;

5– Troféus para os(as) 3 primeiros(as) colocados (as) geral masculino e feminino e troféus para 3 primeiros(as) de cada faixa etária. No CURTO/CAMINHADA troféus só na categoria geral (1º ao 5º lugares) . Medalhas exclusivas e diferenciadas para todos(as) que completarem a prova. **A premiação em dinheiro para geral e faixas etárias (conforme regulamento geral do RDTR/JF) acontecerá ao final do Ranking.** O regulamento geral do ranking também está disponível no site [www.corridao.com](http://www.corridao.com) ;

6- Horário de ônibus circular GRATUITO saindo do centro de Juiz de Fora às **6h, linha 519 - Torreões**. Na volta horários saindo de Torreões para o centro às 10h20 e 13h30;

7- Contatos e informações com o organizador, professor Heraldo, podem ser feitos pelo telefone (32) 99953 2069 (VIVO com WhatsApp);

8- Resultados serão publicados no sites [corridao.com](http://corridao.com) e [rumocertojf](http://rumocertojf) ;

9- A idade mínima para participação é de 12 anos para o percurso CURTO, 16 anos para o percurso MÉDIO e 18 anos para o percurso LONGO (idades em 31/12/2026). Maiores de 60 anos pagam 50% do valor da inscrição;

10-Numeral de peito e chip serão entregues até 15 minutos antes das largadas;

11- Caso 2 atletas cheguem juntos(as) o(a) mais idoso(a) será melhor classificado(a);

12- O kit será composto por camisa poliamida e outros brindes. Serão disponibilizados 150 kits. Camisas no tamanho desejado estarão garantidas somente para quem se inscrever até o dia 31 de março;

13- As gratuidades para atletas PCDs serão sem KIT. Para terem direito ao KIT estes atletas deverão fazer uma complementação de R\$ 30,00;

14- Declaro, no momento da inscrição, aceitar todas as regras do presente regulamento e acatar as decisões da organização. Autorizo o uso de meu nome e imagem em publicações geradas pela organização, sem reclamar qualquer indenização ou pagamento no presente e no futuro. *Declaro ainda estar em plenas condições físicas e de saúde para participar de provas elevado desgaste físico como RDTR-JF – etapa ROCK BRASÍLIA – Tributo a Legião Urbana – Torreões .*

**A organização - fevereiro de 2026**

**REGULAMENTO GERAL**  
**RANKING DISTRITAL TRAIL RUN / JUIZ DE FORA – 2026**

1- O **Ranking Distrital de Trail Run de Juiz de Fora – RDTR/JF** acontecerá em 4 (quatro) etapas durante o ano de 2026 nos distritos rurais do município de Juiz de Fora, Minas Gerais. O evento visará a valorização do esporte junto à natureza e a divulgação do turismo rural em Juiz de Fora;

2- As provas acontecerão preferencialmente por estradas de terra( e ocasionalmente trechos de trilha) e oferecerão três opções de percurso, a saber: **CURTO/CAMINHADA**( com distâncias entre 4 e 4,9 km), **MÉDIO** (com distâncias entre 8 e 9,9 km e **LONGO**( com distâncias entre 21 e 26 km). A idade mínima para participação no percurso **CURTO/CAMINHADA** é de 12 anos, no percurso **MÉDIO** é de 16 anos e no percurso **LONGO**, de 18 anos. Idades consideradas no dia 31 de dezembro de dezembro de 2026;

3- No percurso **CURTO/CAMINHADA** não haverá premiação por faixa etária. Somente Geral, do 1º ao 5º. *Nos percursos MÉDIO e LONGO a premiação final será no GERAL e FAIXAS ETÁRIAS conforme abaixo:*

- 1- até 29 anos – nascidos(as) em 1997 ou após;
- 2- de 30 a 39 anos – nascidos(as) entre 1987 e 1996;
- 3- de 40 a 49 anos - nascidas entre 1977 e 1986;
- 4- de 50 a 59 anos – nascidos(as) entre 1967 e 1976;
- 5- de 60 a 69 anos- nascidos(as) entre 1957 e 1966.
- 6- 70 anos ou mais – nascidos(as) em 1956 ou antes.

4- A pontuação, por prova, no geral e por faixas etárias obedecerá a seguinte tabela:

<b>1º lugar: 20 pontos</b>	<b>2º lugar: 15 pontos</b>	<b>3º lugar: 12 pontos</b>	<b>4º lugar: 10 pontos</b>	<b>5º lugar: 8 pontos</b>
<b>6º lugar: 6 pontos</b>	<b>7º lugar: 4 pontos</b>	<b>8º lugar: 3 pontos</b>	<b>9º lugar: 2 pontos</b>	<b>10º lugar: 1 ponto</b>

5- Serão conferidas medalhas exclusivas e diferenciadas a todos(as) que completarem as provas. Troféus e cortesias para os(as) 3 primeiros(as) colocados (as) geral masculino e feminino e troféus para 3 primeiros de cada faixa etária, também em cada etapa. **A premiação em dinheiro para geral nos 3 percursos acontecerá ao final do RANKING..** Atletas campeões e campeãs de cada etapa ganham uma inscrição pessoal, intransferível e não-reembolsável para a etapa seguinte. Quem ficar em segundo(a) ou terceiro(a) colocado(a) ganha um desconto de 50% nas mesmas condições acima;

6- Os (as) atletas que concluírem pelo menos 2 provas estarão habilitados(as) para concorrerem à classificação e premiação final do Ranking,

Os(as) atletas que se inscreverem em **TODAS** as etapas receberão de brinde um porta medalhas personalizado para acondicionar as mesmas ;

7- Por se tratar de uma medalha especial e única, os(as) atletas devidamente inscritos(as) que não puderem participar de alguma prova e se justificarem perante a organização poderão retirá-la até 15 dias após a realização da mesma;

9- O valor da inscrição **COM KIT** em cada etapa no primeiro lote até 15 dias antes de cada prova será de **r\$ 90,00** nos percursos **CURTO/CAMINHADA** e **MÉDIO** e de **r\$ 100,00** no percurso **LONGO**, sendo que maiores de 60 anos e menores de 15 anos pagam metade. No segundo lote haverá um acréscimo de **r\$ 10,00**. *Já as inscrições sem kit custarão r\$ 20,00 a menos e somente poderão feitas pelo WhatsApp do organizador ou no site corridao.com.*

**Teremos um valor diferenciado para equipes com 10 atletas ou mais . Nestes casos inscrições e informações diretamente com o organizador;**

10- Contatos com o organizador podem ser feitos pelo telefone (32) 99953 2069 (VIVO com WhatsApp);

11- Resultados serão sempre publicados nos sites [corridao.com](http://corridao.com), [rumocertojf](http://rumocertojf) e redes sociais;

12- Numeral de peito e/ou chip serão entregues até 15 minutos antes das largadas;

13- Kit frutas pós-prova e hidratação básica para todos os atletas;

14- Em caso de atletas chegarem juntos ao final das provas será considerado vencedor(a) o(a) atleta de maior idade. Em caso de empate na classificação final do ranking o critério de desempate será maior número de primeiros, segundos, terceiros, quartos lugares e assim por diante. Persistindo empate: idade maior;

15- O almoço de confraternização e premiação final do ranking está previsto para ocorrer em um restaurante da zona rural de Juiz de Fora em data a ser definida. Premiação geral e faixas etárias do 1º ao 3º lugares. No **CURTO/CAMINHADA** premiação somente no Geral do Ranking, do 1º ao 5º lugar;

16- Declaro, no momento da inscrição, aceitar todas as regras do presente regulamento e acatar as decisões da organização. Autorizo o uso de meu nome e imagem em publicações geradas pela organização, sem reclamar qualquer indenização ou pagamento no presente e no futuro.

**Dezembro de 2025– A Organização**