



INDIANA



BOTUCATU

Guia do Atleta

6k - 17k - 32 - 55k



A Montanha Chama.

Existem desafios que vão além da corrida — eles nos tiram do comum e revelam forças que nem sabíamos que tínhamos. A GBC Ultra Trail Run nasce desse espírito.

Aqui, cada atleta tem sua história: seja pela superação, pela intensidade da montanha ou pela busca de um momento único. No fim, o que importa é a jornada.

Prepare-se para enfrentar subidas desafiadoras, descidas técnicas e trilhas que exigem atenção. Cada quilômetro será parte de uma conquista pessoal.

Mais do que uma prova, a GBC é um encontro de quem ama a natureza, o desafio e o trail running.

Respeite a montanha.

Respeite o percurso.

Respeite o seu tempo.

Estamos honrados em ter você conosco.

Prepare-se para viver algo único.

Bem-vindo à GBC Ultra Trail Run.

Nos vemos na largada.



ENTRE NO GRUPO OFICIAL DA PROVA

Fique por dentro de todas as informações importantes da
GBC Trail Run 2026

No grupo oficial você receberá:

- Avisos e comunicados da organização
- Informações atualizadas da prova
- Horários e orientações da largada
- Atualizações importantes até o dia do evento

Acesse pelo link do instagram e participe.

Grupo Oficial – GBC Trail Run 2026



55k

32k

17k

06k

kids



PROGRAMAÇÃO DO EVENTO

SÁBADO
18.abril

10h às 16h *Retirada de Kits*

TRANQUILIZZA - Liquida Eletrônicos
Rua Campos Sales, 1268 Vila São Judas Tadeu

04h00 às 11h00 *Retirada de Kit ARENA*

05h00 *LARGADA 55K*

07h00 *LARGADA 32K*

07h30 *LARGADA 17K*

08h00 *LARGADA 6K*

11h00 *LARGADA KIDS TRAIL RUN*

DOMINGO
19.abril

A premiação será realizada após o encerramento do tempo limite de prova de cada distância (17K, 32K e 55K)

10h00 A premiação da distância de 6K acontecerá após a chegada do atleta responsável pelo 'limpa trilha'.





ENTREGA DO KIT

SÁBADO
18.abril

10h às 16h Retirada de Kits

TRANQUILIZZA - Liquida Eletrônicos
Rua Campos Sales, 1268 Vila São Judas Tadeu

DOMINGO
19.abril

04h00 às 11h10 Retirada de Kit (ARENA)

Para garantir a organização do evento, o kit disponível na arena poderão ser retirados até 10 minutos após a largada da sua distância.

Pedimos que se programe para evitar imprevistos.





ATESTADO MÉDICO

55KM GBC ULTRA TRAIL RUN

Atletas dos 55km, fiquem atentos!

Para participação na prova, é obrigatório o envio do atestado médico, contendo:

- Nome completo*
- Data recente (até 12 meses)*
- Declaração de que está apto para atividades físicas de longa duração / endurance (trail run)*
- Assinatura do médico*
- Carimbo com CRM*

Não serão aceitos atestados genéricos ou incompletos.

Essa exigência é fundamental para garantir a segurança de todos, devido ao alto nível de exigência da prova.

Contamos com a colaboração de vocês!

Atestado até dia 10/04 -. Data limite para o envio do atestado.

OBRIGATÓRIO MANDAR POR E-MAIL : goupcorridabtu@gmail.com





DOCUMENTOS

Para retirar o seu kit, o atleta deve:

- 1. Apresentar **DOCUMENTO** de identificação original e com foto (pode ser pelo celular)*
- 2. Ter entregue o **ATESTADO MÉDICO** com, no máximo, 12 meses de validade. (55km)*
- 3. Doar **1kg de alimento não perecível.***

POR TERCEIROS

- 1. Apresentar **DOCUMENTO** de identificação original e com foto (pode ser pelo celular)*
- 2. Ter entregue o **ATESTADO MÉDICO** com, no máximo, 12 meses de validade. (55km)*
- 3. Doar **1kg de alimento não perecível.***

IMPORTANTE

Em nenhuma hipótese será entregue o kit ao atleta sem algum dos documentos descritos acima.





EQUIPAMENTOS OBRIGATÓRIOS

PARA TODAS AS DISTÂNCIAS:

Vasilhame para hidratação

Traga copo sanfonado, squeeze, garrafa ou mochila de hidratação

Chip

Número de peito visível na parte frontal do corpo

Apito de emergência

PARA OS ATLETAS DOS 55k E 32k TAMBÉM SERÃO CONSIDERADOS EQUIPAMENTOS OBRIGATÓRIOS OS SEGUINTE ITENS:

Headlamp (lanterna de cabeça) funcionando com pilhas ou bateria extra (no caso de não possuir bateria extra levar power bank ou outra lanterna)

ATENÇÃO

Os equipamentos obrigatórios poderão ser checados em qualquer momento da prova, inclusive na chegada. Para cada item faltante, o atleta será penalizado com 30 minutos no seu tempo final de prova.



EQUIPAMENTOS ACONSELHÁVEIS

Camiseta da prova;

- **Kit primeiros socorros**

(anti-inflamatório, anti-histamínico, pastilha ou hidrosteril para tratamento de água, atadura ou bandagens elásticas, compressa de gaze);

- **Tênis para trilhas** com bom grip;

- **Óculos** de proteção;

- **Alimento/suplemento** reserva;

- **Meia de poliamida;**

- **Protetor solar;**

- **Celular carregado**

- **Boné ou viseira;**

- **Repelente;**



Recomendamos expressamente o uso da camiseta do evento durante toda a prova. Além de facilitar o trabalho dos staffs e do Departamento de Trânsito nos trechos urbanos (onde haverá circulação de veículos), ainda auxiliará na identificação dos atletas em trechos privados do percurso bem como durante a hidratação nos Postos de Abastecimento



CHIP E NÚMERO DE PEITO

Todos os atletas utilizarão chip descartável, que estará fixado junto ao número de peito e deverá ser fixado na parte frontal da camiseta (barriga) de forma que fique sempre visível.

TER O CHIP BEM CONSERVADO É GARANTIA DE TER O SEU TEMPO REGISTRADO.

CUIDE BEM DELE DURANTE TODO O PERCURSO!

O CHIP NÃO PODER SER DOBRADO

O NUMERAL TEM QUE FICAR VISÍVEL A TODO TEMPO





PARTICIPAÇÃO SEM INSCRIÇÃO

“PIPOCA”

Não será permitida a largada de atletas sem inscrição e sem o uso do numeral oficial da prova.

Atletas identificados sem numeral (“pipoca”) serão retirados da largada ou ao longo do percurso pela organização.

A medida visa garantir a segurança, controle da prova, suporte médico e qualidade da experiência para todos os atletas inscritos.





ULTRA

55K





REGRAS

55K

Tempo limite

(Horário Limite 11h00)

Corte 1 -

KM Aproximado KM 31

Horário - 6h

No caso do corte 1, o atleta será desclassificado e levado para a chegada.

Corte 2 -

KM Aproximado KM 40

Horário - 8h30

No caso do corte 2, o atleta será desclassificado e levado para a chegada. O atleta receberá a medalha de participação, mas será desclassificado.

Pace mínimo para finalizar a prova dentro do horário limite:

12 min/Km





POSTOS DE ABASTECIMENTO

55K

Hidratação 1 - KM 10

Igreja Monte Sinai

(Água)

Hidratação 2 - KM 23

Capela da Indiana -Posto Exclusivo 55k

(Água, Isotônico, Fruta, Paçoca, Coca Cola)

Hidratação 3 - KM 31

Portão da Base

(Água, Isotônico, Fruta, Paçoca)

Hidratação 4 - KM 40

Chiquitim

(Água, Isotônico, Fruta, Paçoca, Coca Cola)

Hidratação 5 - KM 51,2

Saída do Fioreto

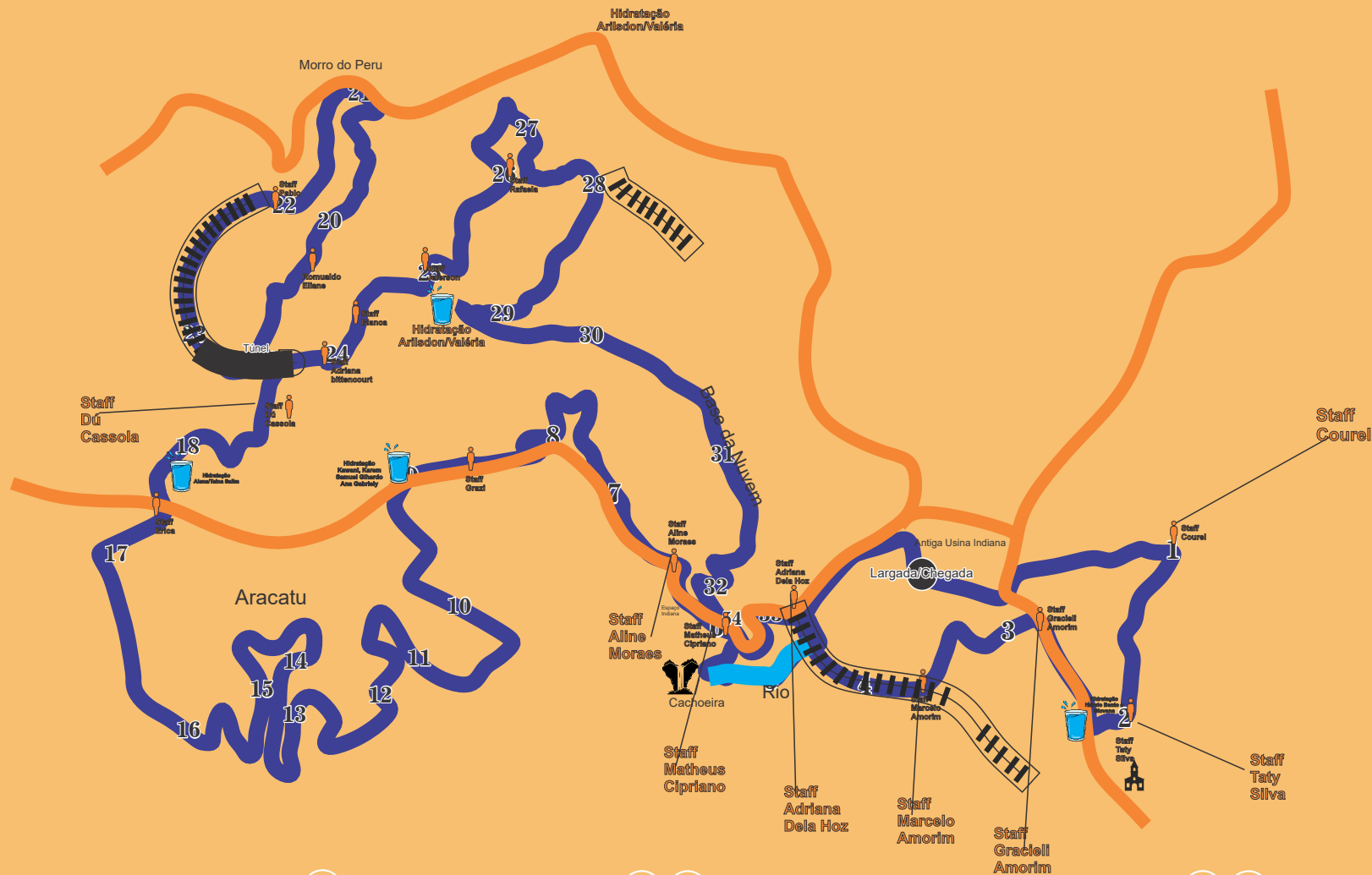
(Água, Isotônico, Fruta, Paçoca)



GBC

TRAIL RUN

32K





REGRAS

32K

Tempo limite
(Horário Limite 8h00)

Corte 1 -
KM Aproximado KM 9

Horário - 2h30

No caso do corte 1, o atleta será desclassificado e levado para a chegada.

Corte 2 -

KM Aproximado KM 18

Horário - 5h00

No caso do corte 2, o atleta será desclassificado e levado para a chegada. O atleta receberá a medalha de participação, mas será desclassificado.

Corte dos 32KM

KM 9 – Portão da Base

🕒 Tempo limite: 2h30

KM 18 Chiquitinho

🕒 Tempo limite: 5h00

🕒 Tempo máximo de prova: 8 horas

Pace mínimo para finalizar a prova dentro do horário limite:

14 min/Km





POSTOS DE ABASTECIMENTO

32K

Hidratação 1 - KM 2,5

Capela da Indiana

(Água)

Hidratação 2 - KM 9

Portão da Base

(Água, Isotônico, Fruta, Paçoca)

Hidratação 3 - KM 17,5

Chiquitim

(Água, Isotônico, Fruta, Paçoca, Coca Cola)

Hidratação 4 - KM 28,2

Saída do Fioreto

(Água, Isotônico, Fruta, Paçoca)





17K





REGRAS

17k

Tempo limite
(Horário Limite 4h30)

Corte 1 -
KM Aproximado KM 9

Horário - 2h30

No caso do corte 1, o atleta será desclassificado e levado para a chegada.

Corte 2 -

KM Aproximado KM 13

Horário - 3h30

No caso do corte 2, o atleta será desclassificado e levado para a chegada. O atleta receberá a medalha de participação, mas será desclassificado.

Pace mínimo para finalizar a prova dentro do horário limite:

15 min/Km





POSTOS DE ABASTECIMENTO

17K

Hidratação 1 - KM 2,5

Capela da Indiana

(Água)

Hidratação 2 - KM 9

Portão da Base

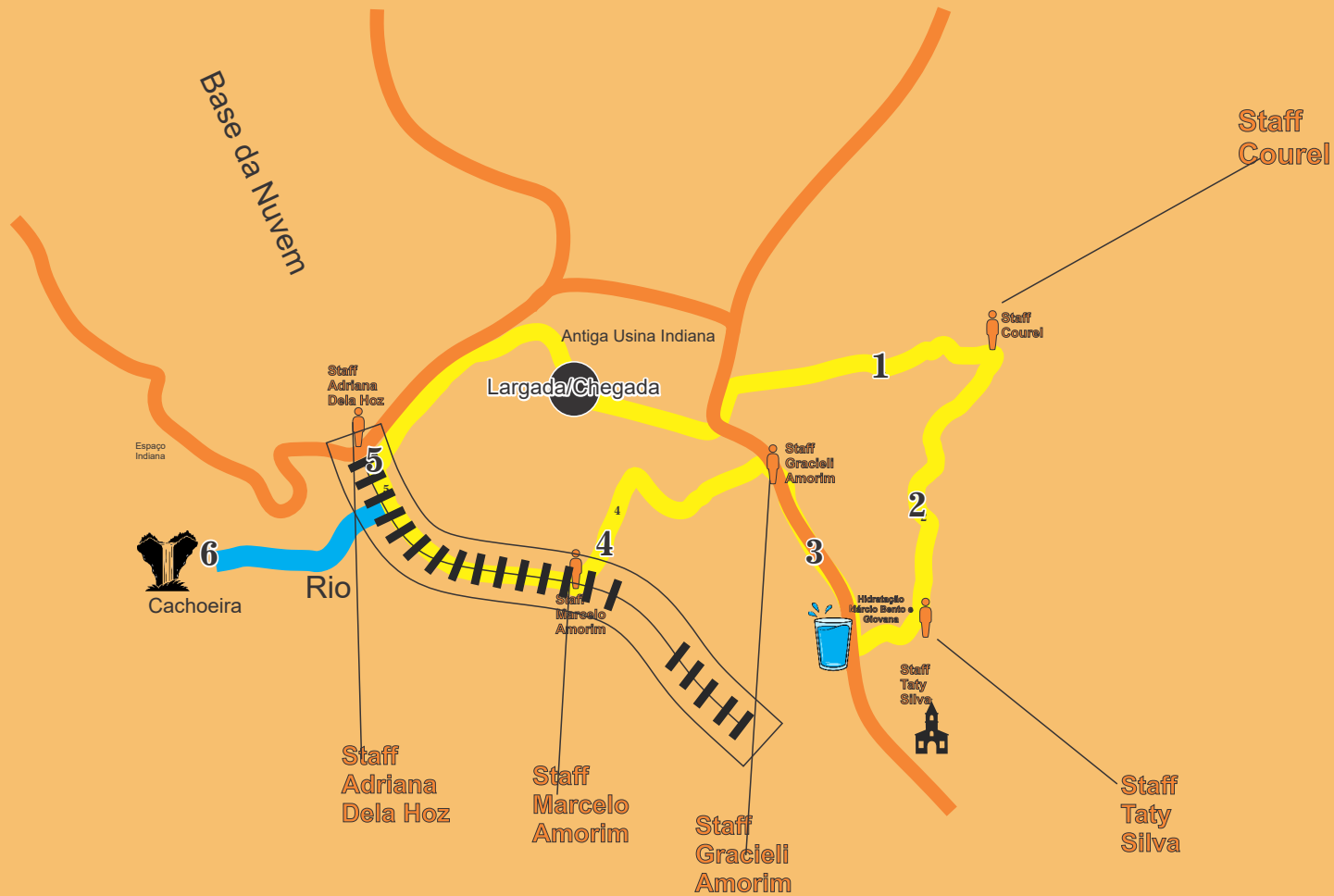
(Água, Isotônico, Fruta, Paçoca)

Hidratação 3 - KM 13

Saída do Fioreto

(Água, Isotônico, Fruta, Paçoca)

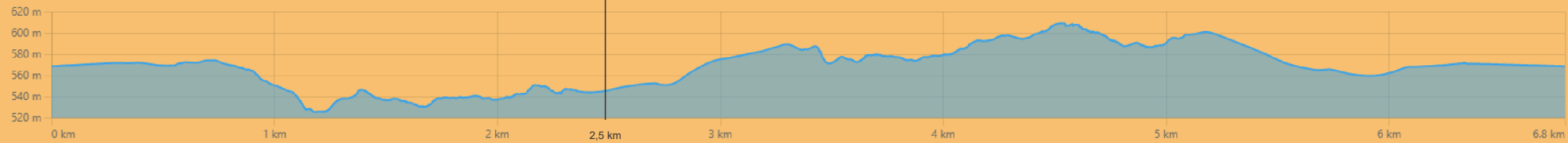




6K



Hidratação

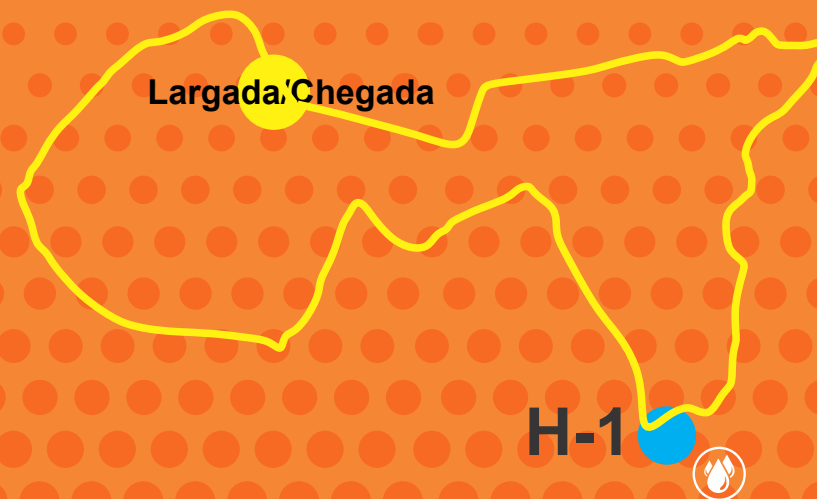




POSTOS DE ABASTECIMENTO

6K

Hidratação 1 - KM 2,5
Capela da Indiana



SEGURANÇA

Este ano, a GBC Trail Run vai ter mais um item de segurança. Foi colocado um QR Code no numeral. Em caso de acidente ou qualquer lesão, o atleta deverá ler o QR Code que consta no número de peito, que automaticamente abrirá um canal de comunicação com a equipe de resgate.

Se um atleta presenciar um acidente com outro atleta, é obrigatório certificar-se das condições e prestar auxílio, lendo o QR Code do número de peito do atleta acidentado.



Trechos que apresentam riscos estarão sinalizados por uma PLACA VERMELHA.





PROTOCOLO DE ABANDONO

*Caso o atleta decida abandonar a prova, deve procurar imediatamente um membro da organização e **avisar sobre sua decisão***

Caso necessite de atendimento, o atleta será encaminhado a um posto médico.

O atleta deve ainda declarar oficialmente o abandono na arena de chegada,

**JAMAIS ABANDONE A PROVA SEM COMUNICAR A ORGANIZAÇÃO.
ISSO PODE CAUSAR GRAVES TRANSTORNOS PARA O EVENTO.**



ÉTICA DO TRAIL RUNNER

A CONDUTA DO TRAIL RUNNER GBC!

A GBC ULTRA TRAIL RUN Indiana acontece na cueta de Botucatu. Conservar esta paisagem é tarefa de todos, dos que moram e dos que visitam o local. Solicitamos que levem todo o lixo produzido até os coletores da chegada, principalmente sachês de carboidratos e plásticos.

Quando um atleta pedir, educadamente, passagem em um trecho "single-track" por estar mais rápido que o atleta dianteiro, deve-se atender ao pedido, independentemente se estiver disputando as primeiras colocações.

Será desclassificado qualquer participante que incorra em condutas antidesportivas, que não respeite as indicações do pessoal da organização e/ou que transgrida o regulamento do evento.

**OS VALORES DO TRAIL ESTARÃO SEMPRE ACIMA DE QUALQUER
CONQUISTA INDIVIDUAL. LEMBRE-SE DISSO!**



MEIO AMBIENTE

CAMPANHA LIXO ZERO!

Durante a prova, você passará por propriedades particulares e de concessão de empresas como a Bracell, Eucatex e Indiana e por área de proteção ambiental (APA) - BASE DA NUVEM. Dessa forma, solicitamos a colaboração dos atletas para o descarte correto dos resíduos. Evitem lixos nas estradas e trilhas. Todo resíduo deve ser descartado junto aos postos de abastecimento.

Atenção: Não haverá copos plásticos nem garrafas descartáveis nos postos de abastecimento (PA), devendo cada atleta portar o seu próprio recipiente (squeeze, mochila, copo, garrafinha, etc).

Importante: Punição de 15 minutos no tempo de prova para quem desobedecer essa orientação.





DICAS PRECIOSAS

- Leia o **regulamento**.
- Verifique se está levando todos os **equipamentos obrigatórios**.
- **Dirija** com cuidado!
- Chegue com **tempo** para retirar seu kit.
- Estude o **percurso** e monte sua **estratégia** de acordo com sua condição física.
- **Hidrate-se** bem toda a semana anterior ao evento e evite consumo de alimentos e medicamentos fora do habitual.
- Recomendamos que não sejam utilizados fones de ouvido, para que seja possível escutar as indicações dos staffs.
- Chegue com calma aos principais postos de abastecimento e abasteça de forma adequada seus recipientes de hidratação.
Nessa situação, não existe tempo perdido.
- **Fique atento** a todas as observações e conselhos presentes neste guia.
- **Divirta-se!** Sorria para as fotos... elas serão lembranças inesquecíveis.
- **Respeite o seu corpo.** Vencer dores insuportáveis não é ser herói. Cruze a linha de chegada com sabedoria!





TELEFONES DE EMERGÊNCIA

Registre os telefones abaixo no seu celular e não hesite em nos contatar em caso de emergência.

MURILO AGUIAR

Diretor Geral

14 99692 4391

RICARDI

Diretor Técnico

14 99667 5867

ALEXANDRE

Diretor de Percurso

14 99672 2493

GIOVANI

Diretor de Logística

14 99779 8553

