

FESTIVAL HOMEM DA TERRA

GUIA ILUSTRADO

TODAS AS PROVAS

Festival Homem da Terra 2026

31 de outubro a 2 de novembro · Fazenda Paulista, Curvelo/MG

13 provas · natação na lagoa · bike no estradão · corrida ao pôr do sol

Inscrições: nuflowpass.com.br/events/1867 · @festivalhomemdaterra · caminhosderosa.com.br

Índice

Encontre sua prova pelo dia ou pela modalidade. Toque no nome para ir à página.

Sábado · 31 de outubro		
10h	Aquathlon Sagarana (500 m + 3 km)	pág. 15
11h	Aquathlon Grande Sertão (1.000 m + 6 km)	pág. 17
13h	Travessia Corpo de Baile (2.000 m)	pág. 7
15h	Travessia Grande Sertão (4.000 m)	pág. 8
16h–18h	Caminhada Ecológica da Terra · gratuita	pág. 25

Domingo · 1º de novembro		
8h	Triathlon Grande Sertão (2.000 m · 66 km · 12 km)	pág. 21
8h30	Triathlon Sagarana (1.000 m · 33 km · 6 km)	pág. 19
14h	Duathlon Homem da Terra (3 km · 33 km · 3 km)	pág. 23
16h30	Corrida Sagarana (6 km)	pág. 11
16h30	Corrida Grande Sertão (12 km)	pág. 13
17h30	Forró pé de serra na lagoa · gratuito	pág. 25

Segunda-feira · 2 de novembro		
7h30	Travessia Sagarana (1.000 m)	pág. 6
8h30	Travessia Miguilim (500 m)	pág. 5
9h30	Bike Sagarana (33 km)	pág. 9
9h30	Bike Grande Sertão (66 km)	pág. 10

POR MODALIDADE

Natação (travessias): Miguilim 500 m (5) · Sagarana 1.000 m (6) · Corpo de Baile 2.000 m (7) · Grande Sertão 4.000 m (8)

Bike: Sagarana 33 km (9) · Grande Sertão 66 km (10)

Corrida: Sagarana 6 km (11) · Grande Sertão 12 km (13)

Provas combinadas: Aquathlon Sagarana (15) · Aquathlon Grande Sertão (17) · Triathlon Sagarana (19) · Triathlon Grande Sertão (21) · Duathlon (23)

Informações: Programação (3) · A arena (4) · Programação gratuita (25) · Regras e informações (26)

Programação

Horários de largada de cada prova e de premiação. Chegue com folga: o check-in e a retirada do kit acontecem no dia da sua prova. As linhas em verde são as atividades **gratuitas e abertas ao público**, realizadas pelo Instituto em Movimento.

Sábado · 31 de outubro	
7h às 18h	Secretaria aberta · kits a partir das 8h
10h	Aquathlon Sagarana (500 m + 3 km)
11h	Aquathlon Grande Sertão (1.000 m + 6 km)
13h	Travessia Corpo de Baile (2.000 m)
15h	Travessia Grande Sertão (4.000 m)
16h às 18h	**Caminhada Ecológica da Terra** · gratuita, com inscrição
17h15	Premiação: Aquathlon e Travessias

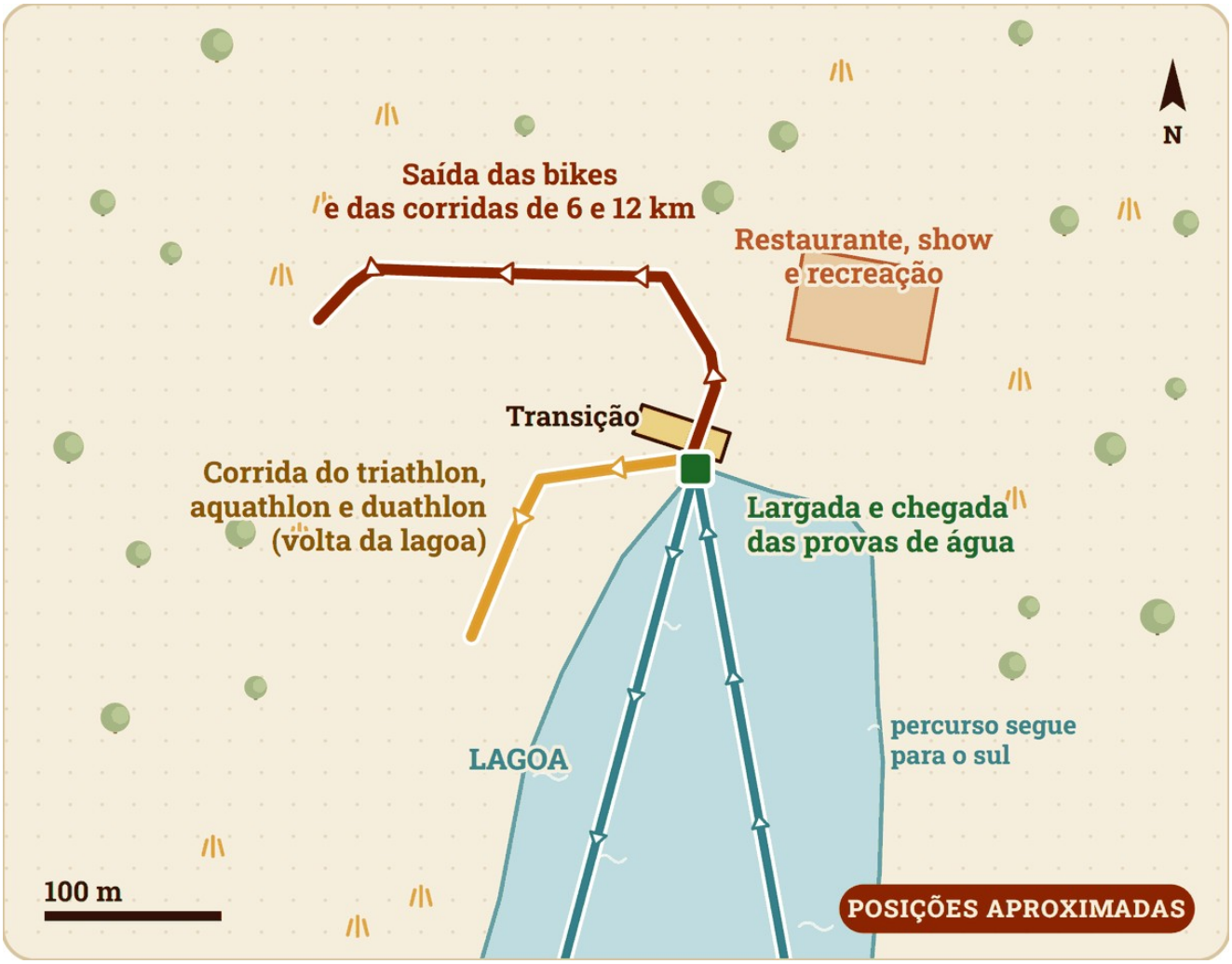
Domingo · 1º de novembro	
6h30	Check-in e entrega de kits
8h	Triathlon Grande Sertão (2.000 m · 66 km · 12 km)
8h30	Triathlon Sagarana (1.000 m · 33 km · 6 km)
14h	Duathlon Homem da Terra (3 km · 33 km · 3 km)
16h30	Corridas Sagarana (6 km) e Grande Sertão (12 km)
17h30	**Forró pé de serra** na beira da lagoa · gratuito
18h15	Premiação: Triathlon, Duathlon e Corridas

Segunda-feira · 2 de novembro	
6h45	Check-in (secretaria das 6h30 às 12h)
7h30	Travessia Sagarana (1.000 m)
8h30	Travessia Miguilim (500 m)
9h30	Bike Sagarana (33 km) e Bike Grande Sertão (66 km)
14h	Premiação: Travessias, Bike e Combos

A **arena** de largada e chegada fica à beira da lagoa, na Fazenda Paulista. A natação acontece na lagoa (cerca de 710 m de norte a sul), a bike percorre estradões de terra e a corrida contorna a lagoa ou segue pela estrada. Veja o mapa na próxima página.

A arena

Onde tudo começa e termina: a beira da lagoa, na Fazenda Paulista



Esquema ilustrado com os traçados reais; posições dos pontos de apoio e das estruturas aproximadas.

COMO LER O MAPA

- **Natação:** largada e chegada na praia, ponta norte da lagoa (bandeira verde). O percurso segue para o sul.
- **Bike e corridas de 6 e 12 km:** saem pela estrada ao norte da arena e voltam pelo mesmo lugar.
- **Aquathlon, triathlon e duathlon:** a transição fica ao lado da praia; a corrida dessas provas faz a volta da lagoa.
- **Restaurante, show e recreação:** ao lado da arena, a leste.

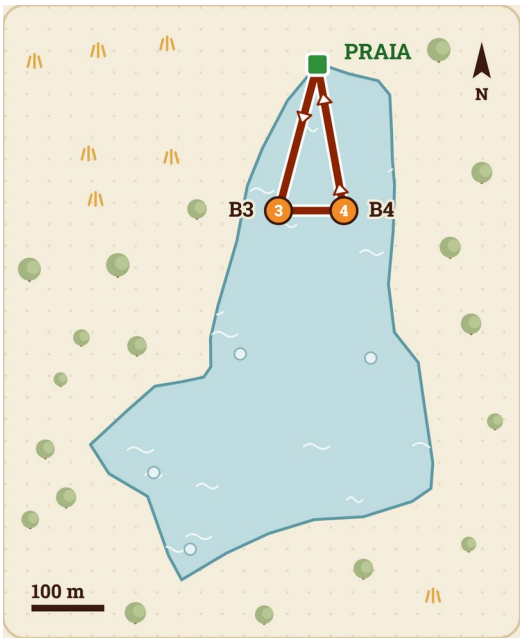


Travessia Miguilim

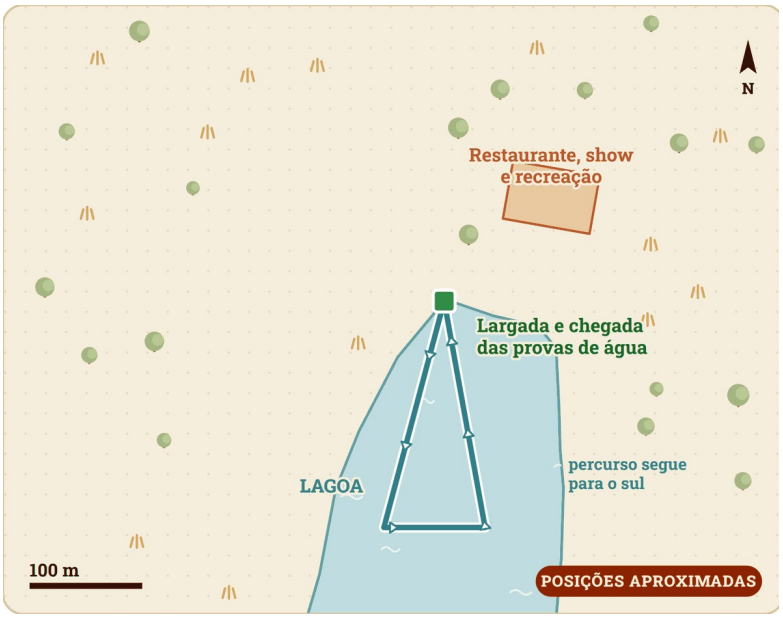
500 m na lagoa da Fazenda Paulista



DISTÂNCIA	LARGADA	CHECK-IN
500 m	**Seg · 8h30**	**6h45**
volta Miguilim	2/11	segunda-feira · secretaria 6h30 às 12h
BOIAS	**CHEGADA**	**PREMIAÇÃO**
B3 · B4	**Na praia**	**Seg · 14h**
contorno, sempre à esquerda	ponta norte da lagoa	Travessias, Bike e Combos



500 m: praia → B3 → B4 → praia



A arena nesta prova · largada na praia

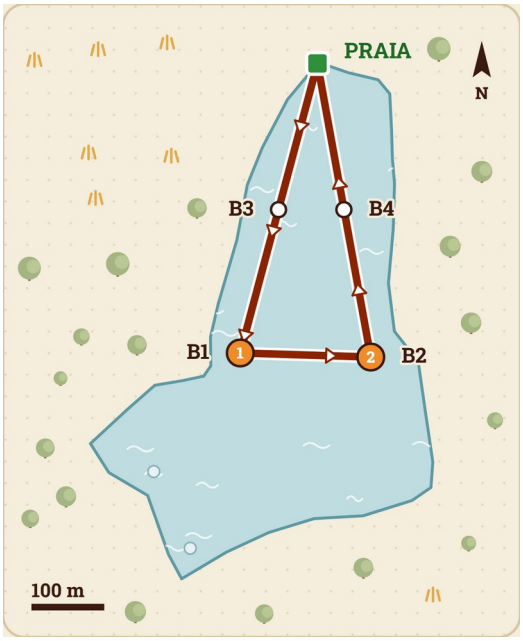
1. Largada na **praia**, na ponta norte da lagoa.
2. Nade até a boia **B3** e contorne-a, com a boia sempre à sua esquerda.
3. Siga até a **B4** e contorne também pela esquerda.
4. Volte para a praia: a chegada é na areia.

Dica: os primeiros ~70 m da largada são estreitos, na ponta norte da lagoa. Comece com calma e procure seu espaço.

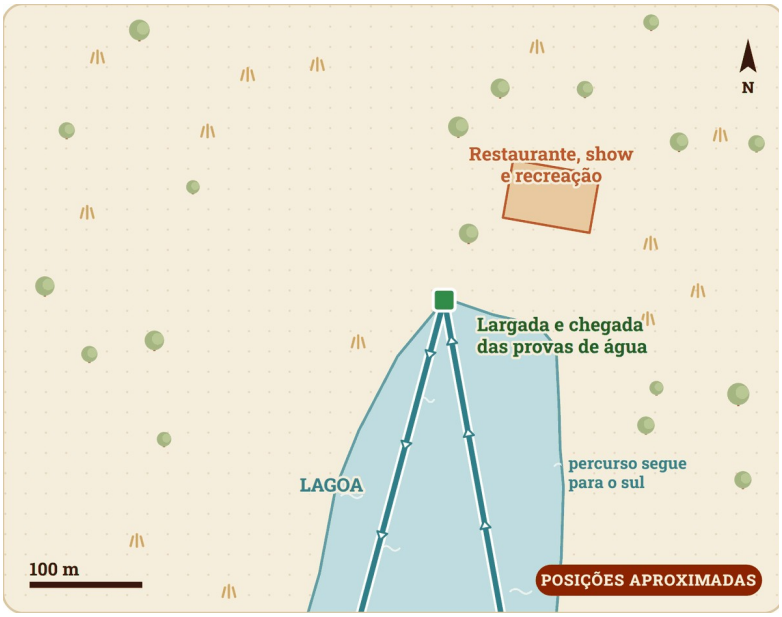
Travessia Sagarana

1.000 m · um triângulo na lagoa

DISTÂNCIA **1.000 m** 1 triângulo	LARGADA **Seg · 7h30** 2/11	CHECK-IN **6h45** segunda-feira · secretaria 6h30 às 12h
BOIAS **B1 · B2** contorno · B3 e B4 passagem	CHEGADA **Na praia** ponta norte da lagoa	PREMIAÇÃO **Seg · 14h** Travessias, Bike e Combos



1.000 m: praia → B1 → B2 → praia



A arena nesta prova · largada na praia

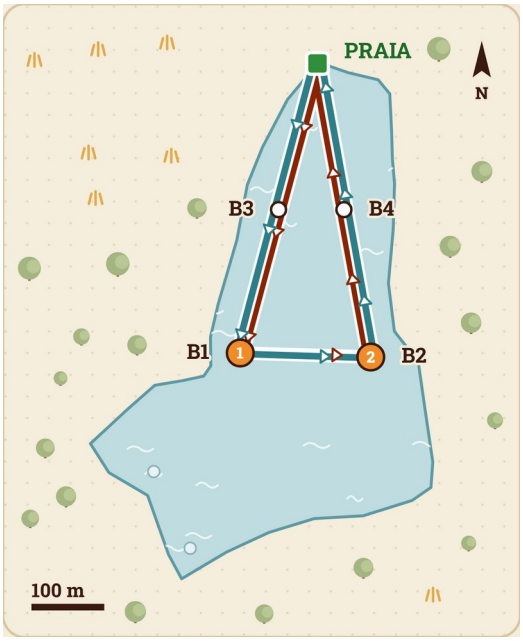
1. Largada na **praia**, na ponta norte da lagoa.
2. Passe pela **B3** (só passagem, à sua esquerda) e siga até a **B1**: contorne.
3. Cruze até a **B2** e contorne também pela esquerda.
4. Suba passando pela **B4**, à sua esquerda, e chegue à praia.

Dica: os primeiros ~70 m da largada são estreitos, na ponta norte da lagoa. Comece com calma e procure seu espaço.

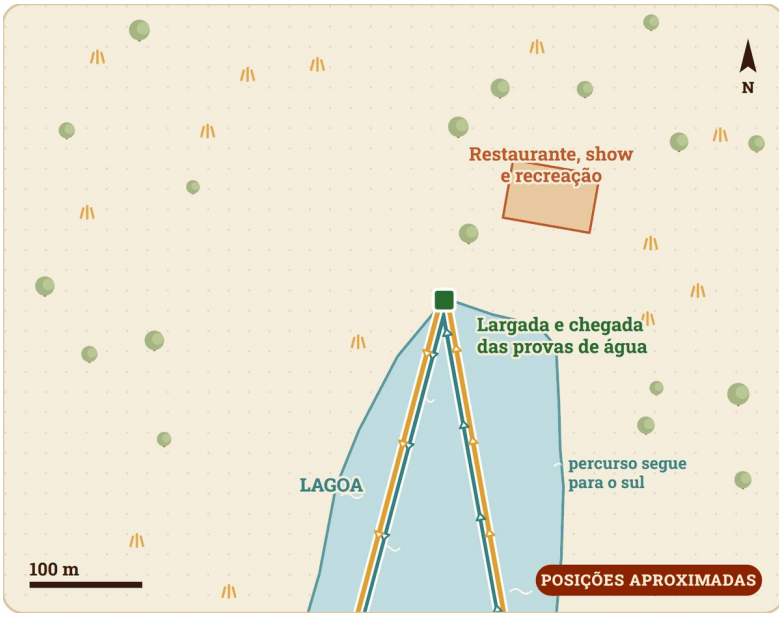
Travessia Corpo de Baile

2.000 m · dois triângulos

DISTÂNCIA **2.000 m** 2 triângulos	LARGADA **Sáb · 13h** 31/10	CHECK-IN **Kits desde 8h** sábado · secretaria 7h às 18h
BOIAS **B1 · B2** contorno · B3 e B4 passagem	CHEGADA **Na praia** ponta norte da lagoa	PREMIAÇÃO **Sáb · 17h15** Aquathlon e Travessias



2.000 m: dois triângulos de 1.000 m



A arena nesta prova · largada na praia

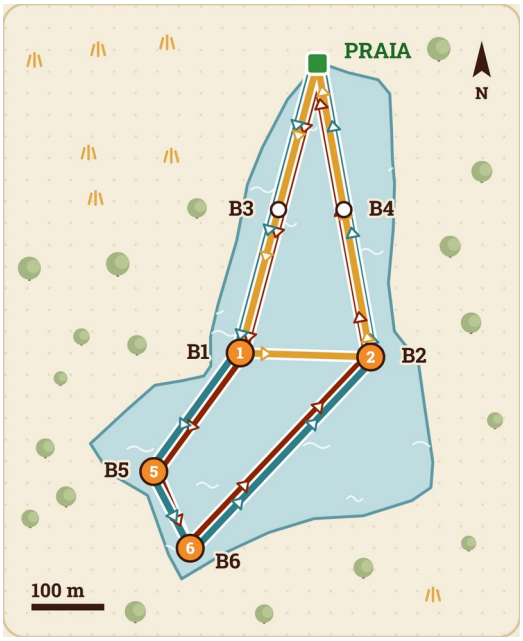
1. Largada na **praia**, na ponta norte da lagoa.
2. **1ª volta:** B3 (passagem) → B1 → B2 → B4 (passagem) → praia.
3. Na praia, saia da água pelo **funil** e entre de novo para a 2ª volta.
4. **2ª volta:** mesmo triângulo. A chegada é na praia.

Dica: os primeiros ~70 m da largada são estreitos, na ponta norte da lagoa. Comece com calma e procure seu espaço.

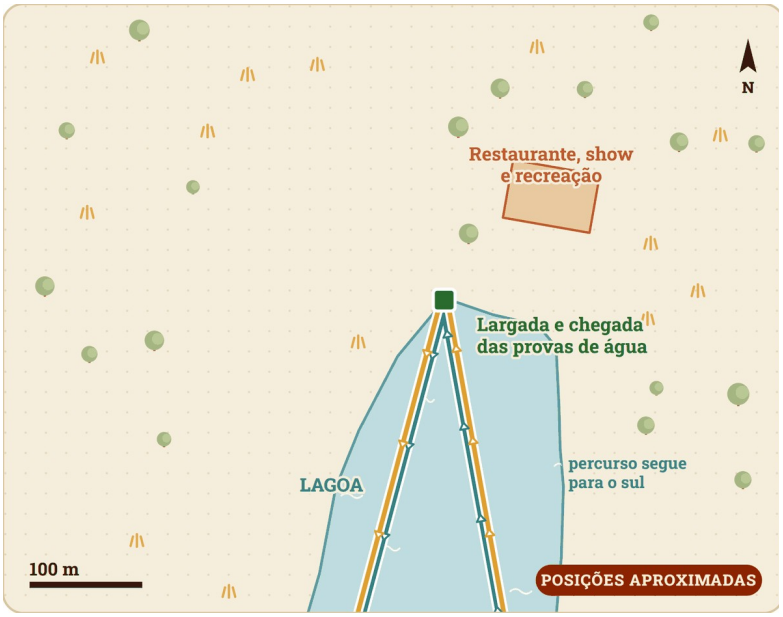
Travessia Grande Sertão

4.000 m · três voltas na lagoa

DISTÂNCIA	LARGADA	CHECK-IN
4.000 m	**Sáb · 15h**	**Kits desde 8h**
2 grandes + triângulo	31/10	sábado · secretaria 7h às 18h
BOIAS	**CHEGADA**	**PREMIAÇÃO**
B1 · B2 · B5 · B6	**Na praia**	**Sáb · 17h15**
contorno · B3 e B4 passagem	ponta norte da lagoa	Aquathlon e Travessias



4.000 m: duas voltas grandes e um triângulo



A arena nesta prova · largada na praia

1. Largada na **praia**. **1ª volta grande:** passa B3 e B1 → contorna B5 → B6 → B2 → passa B4 → praia.
2. Saia pelo **funil**, entre de novo e faça a **2ª volta grande**, igual à primeira.
3. Saia pelo **funil** e entre para a **3ª volta**, um triângulo: agora contorne a **B1** → B2 → praia.
4. A chegada é na praia, ao fim da 3ª volta.

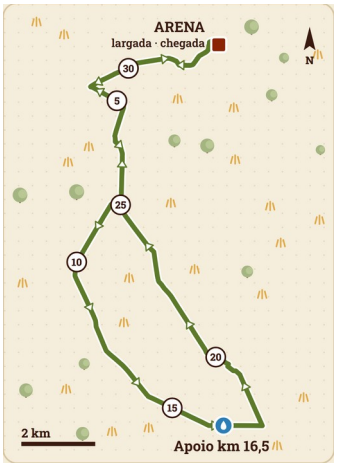
Dica: a B1 só é contornada na 3ª volta. Nas duas primeiras, você apenas passa por ela, à esquerda.

Bike Sagarana

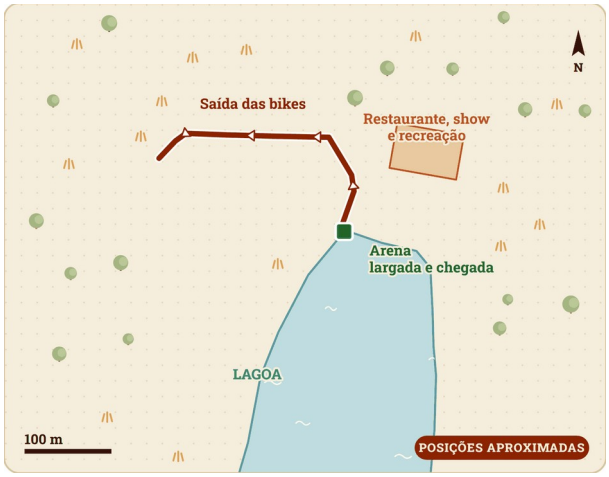
33 km de estradão · gravel, MTB e e-bike



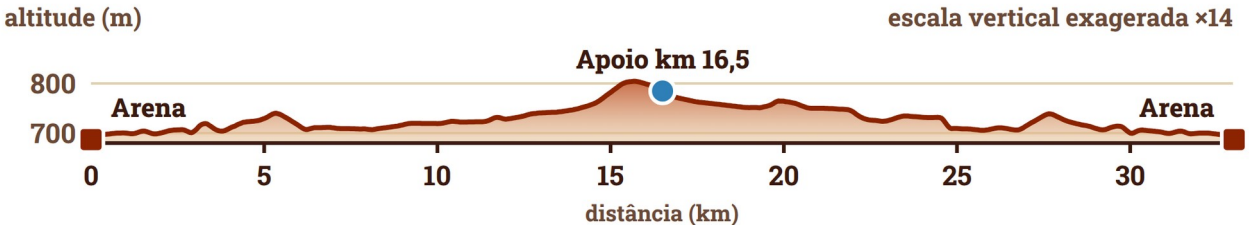
DISTÂNCIA	APOIO	LARGADA
33 km 1 volta · medido: 33,0 km	**Km 16,5** meio da volta	**Seg · 9h30** segunda-feira, 2/11
CHECK-IN	**BIKES ACEITAS**	**PREMIAÇÃO**
6h45 segunda-feira · secretaria 6h30 às 12h	**Gravel · MTB · E-bike** todas com capacete duro afivelado	**Seg · 14h** Travessias, Bike e Combos



Volta de 33 km · marcações a cada 5 km



A arena nesta prova · saída das bikes pela estrada ao norte



Altimetria estimada (escala vertical exagerada ×14): ganho de ≈ 235 m; ponto mais alto ≈ 804 m, perto do km 16.

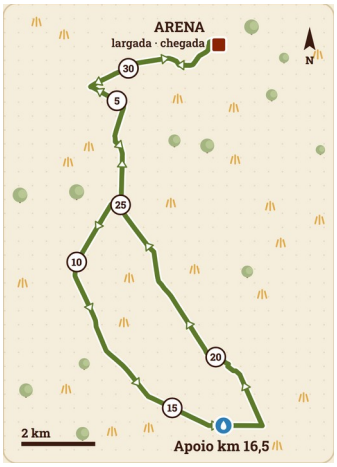
1. Largada na **arena**, junto à lagoa.
2. Estradão de terra. Nos primeiros ~6 km você divide a estrada com quem está voltando: **fique à direita**.
3. Posto de apoio no **km 16,5**, no meio da volta.
4. Volte pela mesma estrada nos últimos ~6 km e chegue à **arena**.

Dica: o percurso tem formato de pirulito: os primeiros ~6 km de ida e os últimos ~6 km de volta são na mesma estrada.

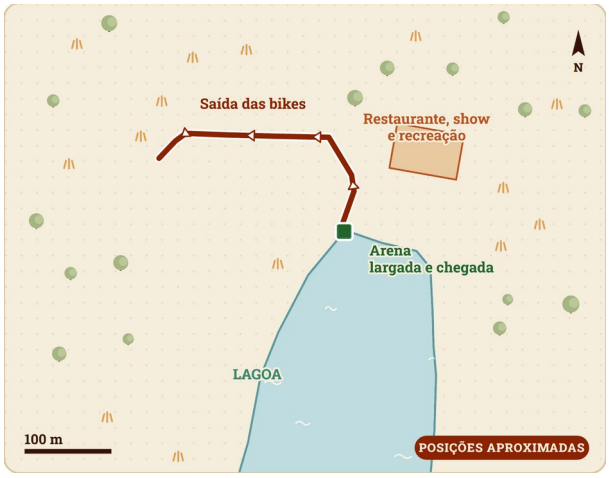
Bike Grande Sertão

66 km · duas voltas de 33 km

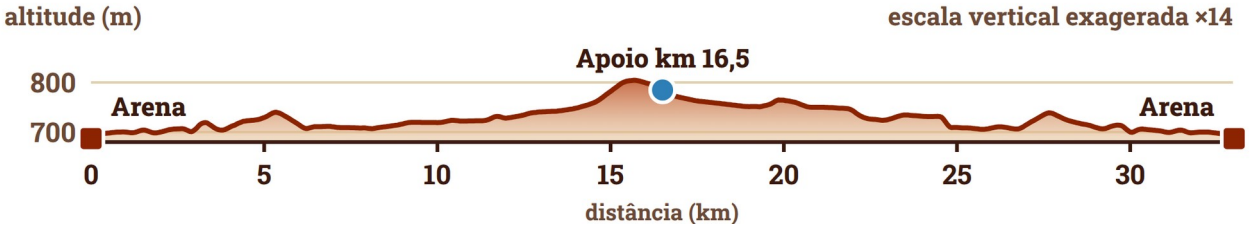
DISTÂNCIA **66 km** 2 voltas · medido: 66,1 km	APOIOS **16,5 · 33 · 49,5** troca de volta na arena (km 33)	LARGADA **Seg · 9h30** segunda-feira, 2/11
CHECK-IN **6h45** segunda-feira · secretaria 6h30 às 12h	BIKES ACEITAS **Gravel · MTB · E-bike** todas com capacete duro afivelado	PREMIAÇÃO **Seg · 14h** Travessias, Bike e Combos



Volta de 33 km, repetida duas vezes



A arena nesta prova · saída das bikes pela estrada ao norte



Altimetria estimada da volta de 33 km (escala vertical exagerada ×14). Nos 66 km o perfil se repete duas vezes: ganho total de ≈ 470 m.

1. Largada na **arena**, junto à lagoa.
2. **1ª volta (33 km):** estradão de terra. Nos primeiros ~6 km fique à direita: há ciclistas voltando.
3. Posto de apoio no **km 16,5**. Ao fim da volta, passe pela **arena (km 33)**: outro ponto de apoio.
4. **2ª volta:** mesmo percurso, com apoio no **km 49,5**. A chegada é na arena.

Dica: a arena é ponto de apoio no km 33: reabasteça ali antes de enfrentar a 2ª volta.

Corrida Sagarana

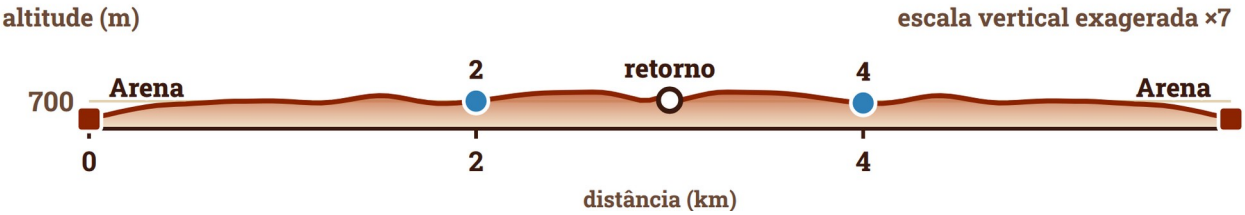
6 km · ida e volta pela estrada



DISTÂNCIA **6 km** ida e volta · retorno no km 3	MESAS **Km 2 e 4** a mesma mesa atende ida e volta	LARGADA **Dom · 16h30** domingo, 1/11 · 6 e 12 km juntos
CHECK-IN **6h30** domingo · entrega de kits	CHEGADA **Na arena** junto à lagoa	PREMIAÇÃO **Dom · 18h15** Triathlon, Duathlon e Corridas

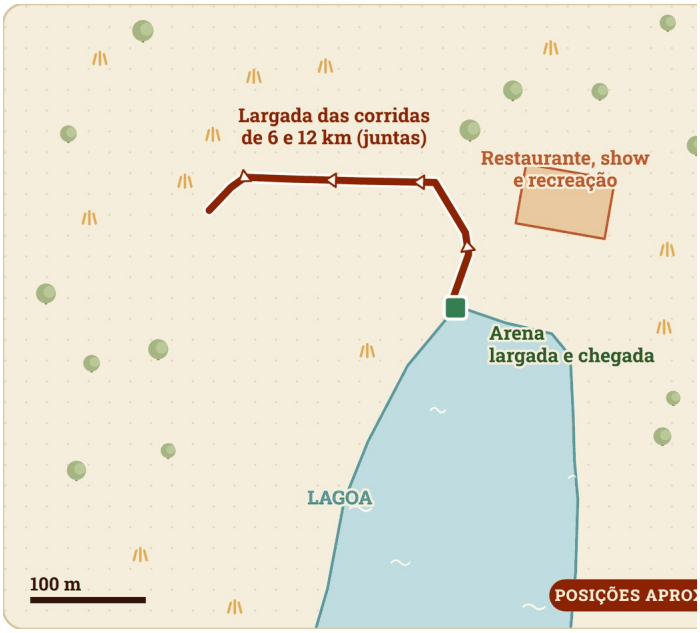


6 km: ida até o cone de retorno (km 3) e volta pela mesma estrada.



Altimetria estimada (escala vertical exagerada ×7): ganho de ≈ 25 m, com ondulações leves.

Corrida Sagarana · na arena



Largada das corridas de 6 e 12 km, juntas, pela estrada ao norte (posição aproximada)

PASSO A PASSO

1. Largada na **arena**, às 16h30, junto com a corrida de 12 km.
2. Siga pela estrada a oeste da arena e passe pela **mesa do km 2**.
3. Dê a volta no **cone de retorno**, no km 3.
4. Volte pela mesma estrada: a **mesa do km 4** é a mesma do km 2.
5. Chegada na **arena**, junto à lagoa.

REGRAS DE OURO DA CORRIDA

- Percurso de estrada de terra: em provas off-road, pequenas variações de distância são normais
- Siga a sinalização e as orientações da equipe de percurso
- Hidrate-se nas mesas: a cada ~2 km, e a mesma mesa atende ida e volta

Dica: o pôr do sol é por volta das 18h04. A largada às 16h30 garante uma corrida de fim de tarde, com sol baixo e clima de festa.

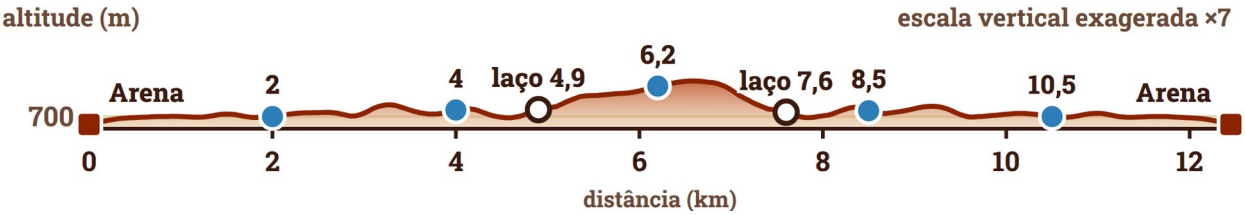
Corrida Grande Sertão

12 km · ida, laço e volta

DISTÂNCIA **12,4 km** medido no terreno · 12 km na prova	MESAS **5 no percurso** km 2 · 4 · 6,2 · 8,5 · 10,5	LARGADA **Dom · 16h30** domingo, 1/11 · 6 e 12 km juntos
CHECK-IN **6h30** domingo · entrega de kits	CHEGADA **Na arena** junto à lagoa	PREMIAÇÃO **Dom · 18h15** Triathlon, Duathlon e Corridas

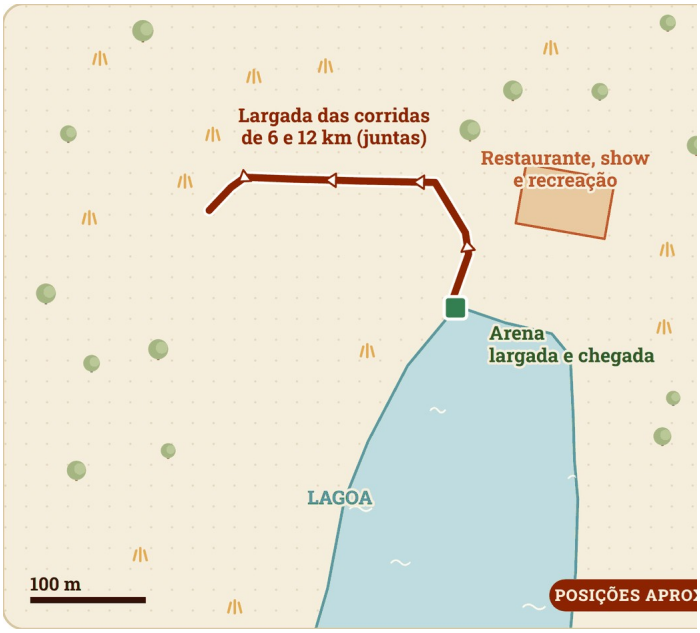


12,4 km: ida pela estrada, laço de 2,6 km ampliado no detalhe e volta pelo mesmo caminho.



Altimetria estimada (escala vertical exagerada ×7): ganho de ≈ 135 m; a subida mais exigente fica no laço, entre os km 5 e 6,5.

Corrida Grande Sertão · na arena



Largada das corridas de 6 e 12 km, juntas, pela estrada ao norte (posição aproximada)

PASSO A PASSO

1. Largada na **arena**, às 16h30, junto com a corrida de 6 km.
2. Siga pela estrada a oeste da arena: mesas nos **km 2** e **4**.
3. No **km 4,9** entre no **laço de 2,6 km**, com mesa no **km 6,2**.
4. Saia do laço no **km 7,6**, no mesmo ponto de entrada, e volte pela estrada: mesas nos **km 8,5** e **10,5**.
5. Chegada na **arena**, junto à lagoa.

REGRAS DE OURO DA CORRIDA

- Percurso de estrada de terra: em provas off-road, pequenas variações de distância são normais
- Siga a sinalização e as orientações da equipe de percurso
- Hidrate-se nas mesas: a cada ~2 km, e a mesma mesa atende ida e volta
- Entrada e saída do laço ficam no mesmo ponto: siga a placa e o staff

Dica: o pôr do sol é por volta das 18h04. A largada às 16h30 garante uma corrida de fim de tarde, com sol baixo e clima de festa.

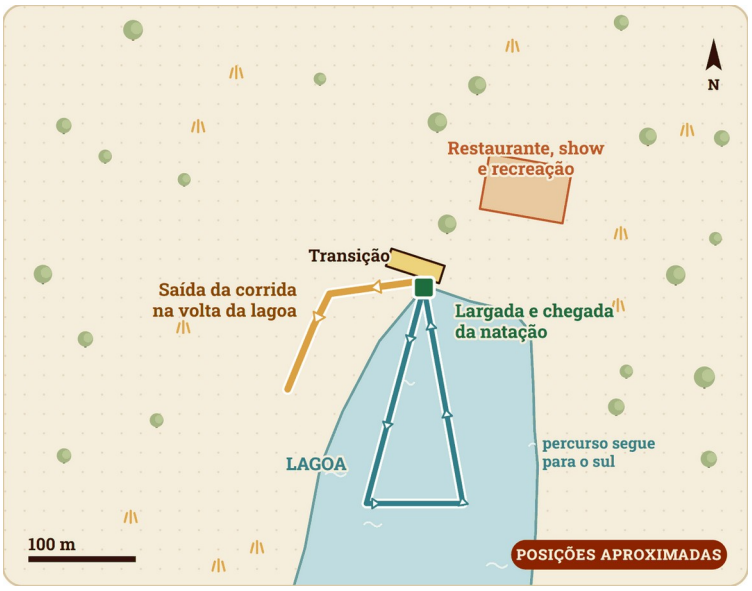
Aquathlon Sagarana

500 m de natação + corrida de 3 km



NATAÇÃO **500 m** volta Miguilim	CORRIDA **2,83 km** 1 volta · 3 km nominais	CHEGADA **Na transição** junto à lagoa
LARGADA **Sáb · 10h** 31/10	CHECK-IN **Kits desde 8h** sábado · secretaria 7h às 18h	PREMIAÇÃO **Sáb · 17h15** Aquathlon e Travessias

NATAÇÃO	T	CORRIDA
500 m		2,83 km



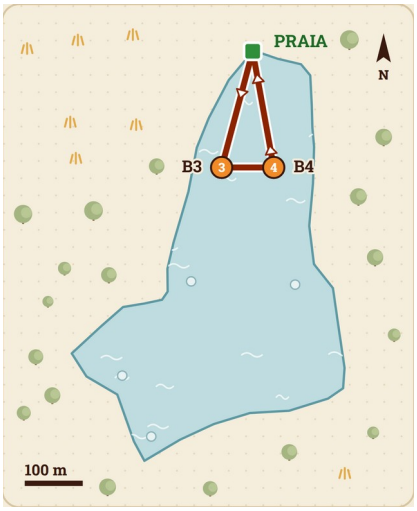
A arena nesta prova (posições aproximadas)

PASSO A PASSO

1. **Natação 500 m:** volta Miguilim — praia → B3 → B4 → praia, boias à esquerda.
2. Saia pelo **funil** e siga da praia para a **transição**, a poucos metros.
3. **Corrida:** 1 volta de 2,83 km em torno da lagoa, com a mesa de apoio na transição.
4. Chegada na **transição**.

Também em **revezamento**: o mesmo percurso, uma troca entre natação e corrida.

Aquathlon Sagarana · mapas das etapas



Natação 500 m



Corrida na volta da lagoa · 2,83 km por volta (1 volta)

A corrida na lagoa é praticamente plana: ganho estimado de ≈ 10 m por volta.

REGRAS DE OURO

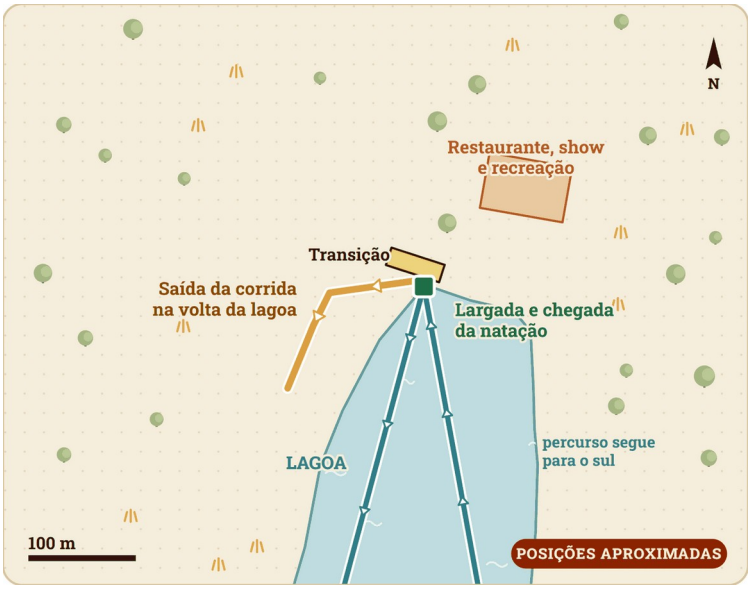
- Sentido **anti-horário**, com todas as boias à sua **ESQUERDA**
- Contorne todas as boias de vértice: quem não contornar é desclassificado
- Touca oficial e boia de segurança são obrigatórias

Aquathlon Grande Sertão

1.000 m de natação + corrida de 6 km

NATAÇÃO **1.000 m** 1 triângulo	CORRIDA **5,7 km** 2 voltas · 6 km nominais	CHEGADA **Na transição** junto à lagoa
LARGADA **Sáb · 11h** 31/10	CHECK-IN **Kits desde 8h** sábado · secretaria 7h às 18h	PREMIAÇÃO **Sáb · 17h15** Aquathlon e Travessias

NATAÇÃO	T	CORRIDA
1.000 m		**5,7 km**



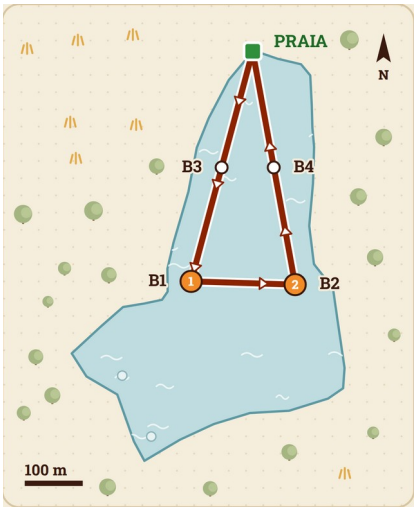
A arena nesta prova (posições aproximadas)

PASSO A PASSO

1. **Natação 1.000 m:** triângulo — praia → B1 → B2 → praia, boias à esquerda.
2. Saia pelo **funil** e siga da praia para a **transição**, a poucos metros.
3. **Corrida:** 2 voltas de 2,83 km em torno da lagoa, passando pela mesa de apoio na transição.
4. Chegada na **transição**.

Também em **revezamento**: o mesmo percurso, uma troca entre natação e corrida.

Aquathlon Grande Sertão · mapas das etapas



Natação 1.000 m



Corrida na volta da lagoa · 2,83 km por volta (2 voltas)

A corrida na lagoa é praticamente plana: ganho estimado de ≈ 10 m por volta.

REGRAS DE OURO

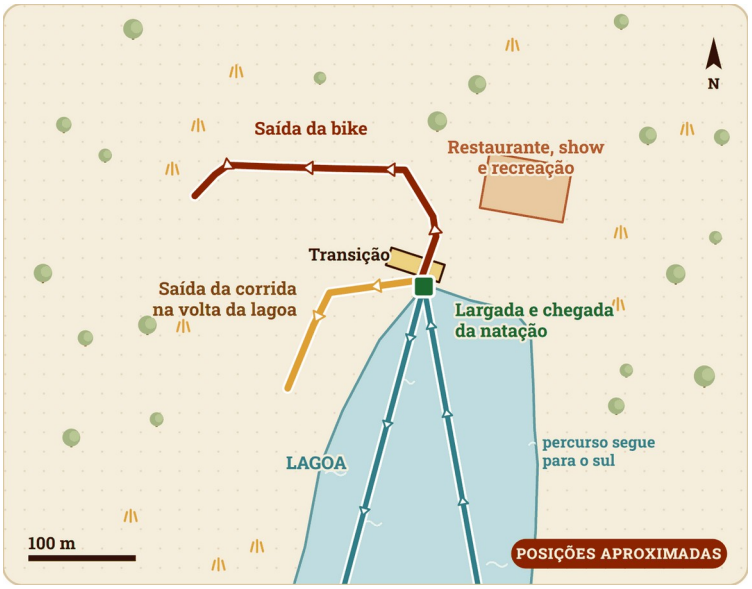
- Sentido **anti-horário**, com todas as boias à sua **ESQUERDA**
- Contorne todas as boias de vértice: quem não contornar é desclassificado
- Touca oficial e boia de segurança são obrigatórias

Triathlon Sagarana

1.000 m · 33 km · 6 km

NATAÇÃO	BIKE	CORRIDA
1.000 m	**33 km**	**5,7 km**
1 triângulo	1 volta · apoio no km 16,5	2 voltas · 6 km nominais
LARGADA	**CHECK-IN**	**PREMIAÇÃO**
Dom · 8h30	**6h30**	**Dom · 18h15**
1/11	domingo · entrega de kits	Triathlon, Duathlon e Corridas

NATAÇÃO 1.000 m	T1	BIKE 33 km	T2	CORRIDA 5,7 km



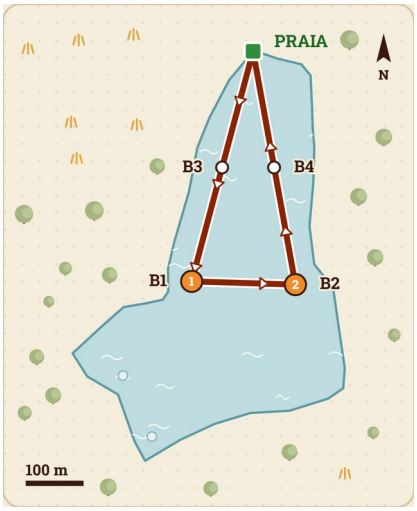
A arena nesta prova (posições aproximadas)

PASSO A PASSO

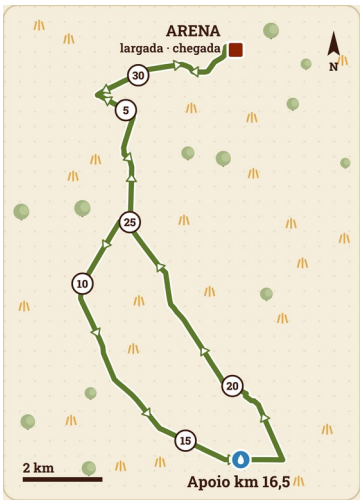
1. **Natação 1.000 m:** triângulo na lagoa, boias à esquerda.
2. **T1:** da praia direto para a transição. Capacete afivelado antes de retirar a bike.
3. **Bike 33 km:** 1 volta de estradão, com apoio no km 16,5.
4. **T2:** deixe a bike no seu lugar e saia para correr.
5. **Corrida 5,7 km:** 2 voltas de 2,83 km; chegada na transição.

Também em **revezamento**: o mesmo percurso, com troca entre natação, bike e corrida.

Triathlon Sagarana · mapas das etapas



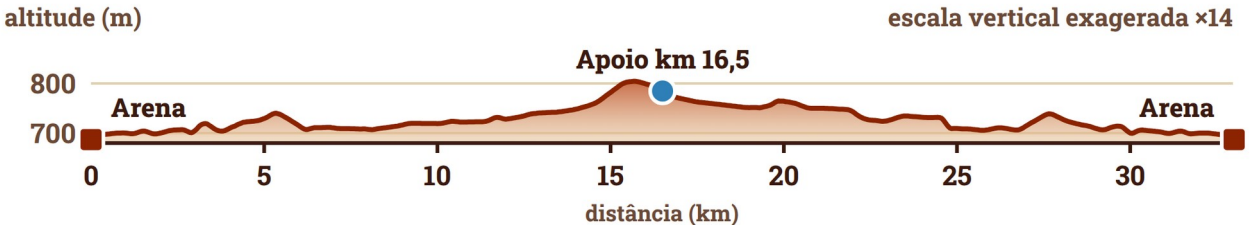
Natação 1.000 m



Bike 33 km · 1 volta



Corrida na volta da lagoa · 2,83 km por volta (2 voltas)



Altimetria estimada da bike (volta de 33 km, escala vertical exagerada ×14): ganho de ≈ 235 m por volta. A corrida na lagoa é plana (≈ 10 m por volta).

REGRAS DE OURO

- Natação: boias sempre à esquerda e contorno obrigatório; touca oficial e boia de segurança
- Capacete duro afivelado antes de retirar a bike do cavalete e durante todo o pedal
- Chip na tornozeleira em toda a prova; fones de ouvido proibidos
- Empurre a bike até a faixa de monte e desça antes da faixa de desmonte

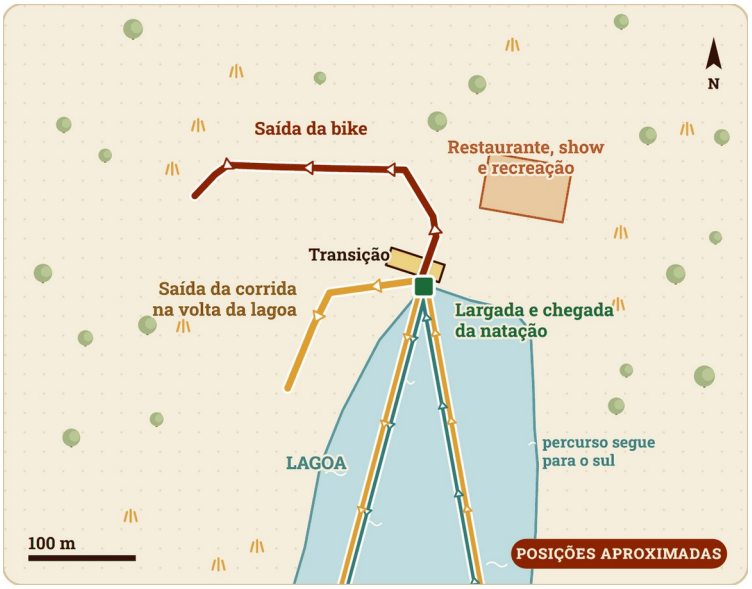
Dica: a mesa de apoio da corrida fica na transição, por onde todas as voltas passam: reabasteça a cada passagem.

Triathlon Grande Sertão

2.000 m · 66 km · 12 km

NATAÇÃO	BIKE	CORRIDA
2.000 m	**66 km**	**11,3 km**
2 triângulos	2 voltas · apoios 16,5 · 33 · 49,5	4 voltas · 12 km nominais
LARGADA	**CHECK-IN**	**PREMIAÇÃO**
Dom · 8h	**6h30**	**Dom · 18h15**
1/11	domingo · entrega de kits	Triathlon, Duathlon e Corridas

NATAÇÃO 2.000 m	T1	BIKE 66 km	T2	CORRIDA 11,3 km



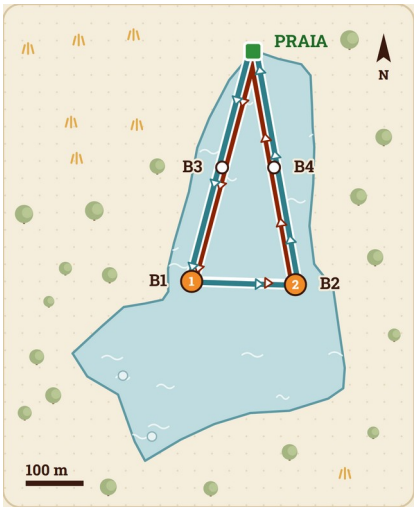
A arena nesta prova (posições aproximadas)

PASSO A PASSO

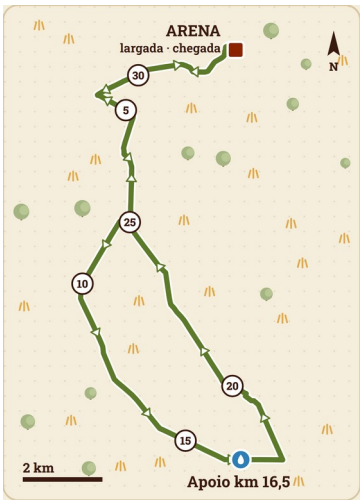
1. **Natação 2.000 m:** dois triângulos; na praia, saia pelo funil e entre para a 2ª volta.
2. **T1:** da praia direto para a transição. Capacete afivelado antes de retirar a bike.
3. **Bike 66 km:** 2 voltas de 33 km; apoios nos km 16,5, 33 (arena) e 49,5.
4. **T2:** deixe a bike no seu lugar e saia para correr.
5. **Corrida 11,3 km:** 4 voltas de 2,83 km; chegada na transição.

Também em **revezamento**: o mesmo percurso, com troca entre natação, bike e corrida.

Triathlon Grande Sertão · mapas das etapas



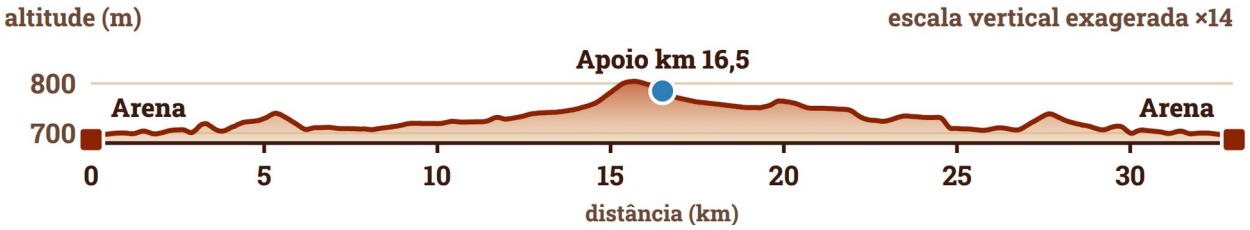
Natação 2.000 m



Bike 66 km · volta de 33 km feita 2 vezes



Corrida na volta da lagoa · 2,83 km por volta (4 voltas)



Altimetria estimada da bike (volta de 33 km, escala vertical exagerada ×14): ganho de ≈ 235 m por volta. A corrida na lagoa é plana (≈ 10 m por volta).

REGRAS DE OURO

- Natação: boias sempre à esquerda e contorno obrigatório; touca oficial e boia de segurança
- Capacete duro afivelado antes de retirar a bike do cavalete e durante todo o pedal
- Chip na tornozeleira em toda a prova; fones de ouvido proibidos
- Empurre a bike até a faixa de monte e desça antes da faixa de desmonte

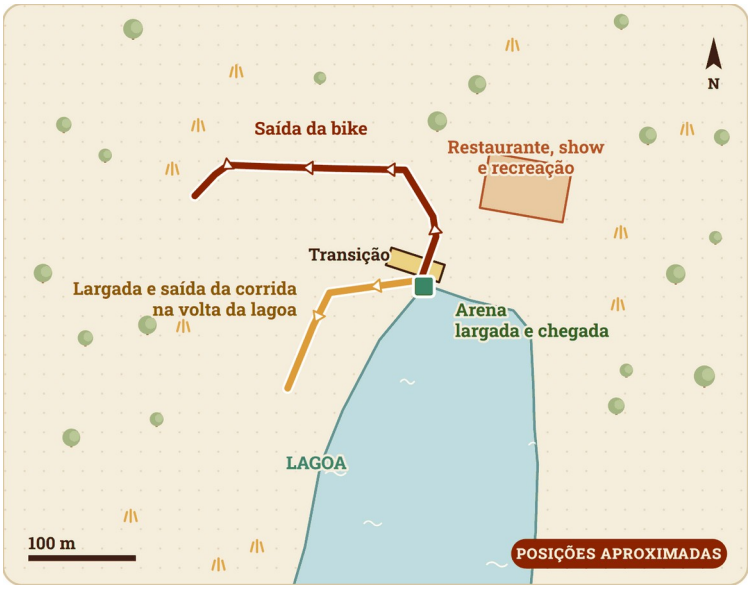
Dica: conte as voltas da corrida: são 4 passagens pela transição, e a mesa de apoio fica ali.

Duathlon Homem da Terra

3 km · 33 km · 3 km

CORRIDA 1 **2,83 km** 1 volta · 3 km nominais	BIKE **33 km** 1 volta · apoio no km 16,5	CORRIDA 2 **2,83 km** 1 volta · 3 km nominais
LARGADA **Dom · 14h** 1/11	CHECK-IN **6h30** domingo · entrega de kits	PREMIAÇÃO **Dom · 18h15** Triathlon, Duathlon e Corridas

CORRIDA 1	T1	BIKE	T2	CORRIDA 2
2,83 km		33 km		2,83 km



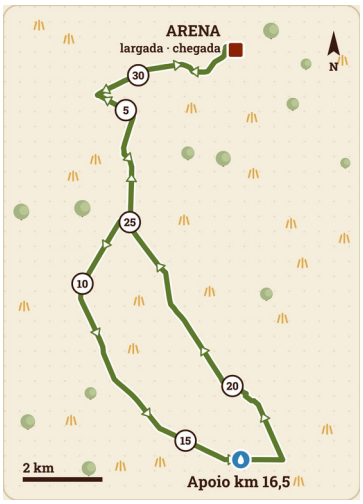
A arena nesta prova (posições aproximadas)

PASSO A PASSO

1. **Corrida 1:** 1 volta de 2,83 km em torno da lagoa.
2. **T1:** na transição, capacete afivelado antes de retirar a bike.
3. **Bike 33 km:** 1 volta de estradão, com apoio no km 16,5.
4. **T2:** deixe a bike e saia para a última corrida.
5. **Corrida 2:** mais 1 volta de 2,83 km; chegada na transição.

Também em **revezamento**: o mesmo percurso, com troca entre as etapas.

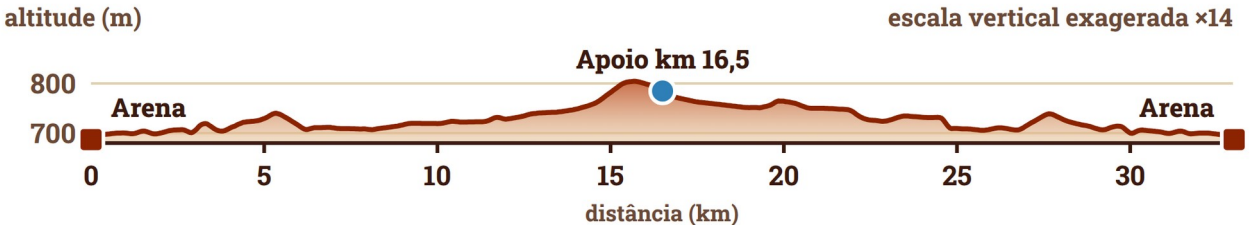
Duathlon Homem da Terra · mapas das etapas



Bike 33 km · 1 volta



Corrida na volta da lagoa · 2,83 km por volta (1 volta + 1 volta)



Altimetria estimada da bike (volta de 33 km, escala vertical exagerada ×14): ganho de ≈ 235 m por volta. A corrida na lagoa é plana (≈ 10 m por volta).

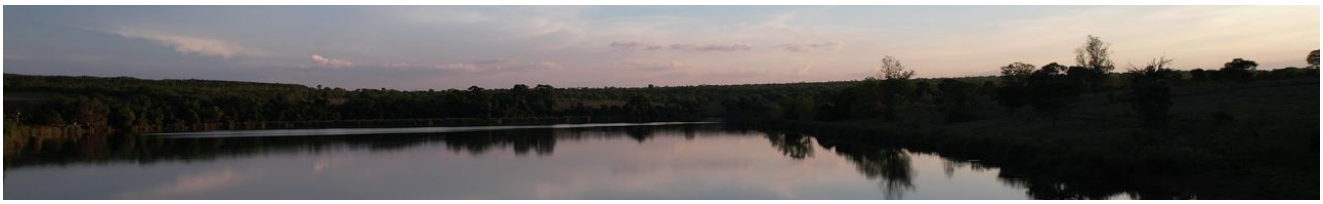
REGRAS DE OURO

- Capacete duro afivelado antes de retirar a bike do cavalete e durante todo o pedal
- Chip na tornozeleira em toda a prova; fones de ouvido proibidos
- Empurre a bike até a faixa de monte e desça antes da faixa de desmonte

Dica: a transição é largada, troca e chegada ao mesmo tempo: vale reconhecer o caminho antes de começar.

Programação gratuita

Evento paralelo do Instituto em Movimento, aberto ao público



Em paralelo ao Festival, o **Instituto em Movimento** realiza duas atividades **gratuitas e abertas a todos**, com apoio da Câmara Municipal e da Prefeitura de Curvelo. Elas não fazem parte das inscrições do Festival.

CAMINHADA ECOLÓGICA DA TERRA

Sábado, 31/10 · das 16h às 18h

- Cerca de duas horas de caminhada **eco-literária**, com paradas para conhecer a obra de Guimarães Rosa e chegada ao pôr do sol.
- Por onde Rosa passou com a boiada em 1952, rumo ao Grande Sertão: Veredas.
- Para qualquer idade e qualquer preparo.
- **Inscrição gratuita e vagas limitadas** (link abaixo).

FORRÓ PÉ DE SERRA NA LAGOA

Domingo, 1°/11 · às 17h30

- **Trio Everton Corone** na beira da lagoa, com o sol se pondo.
- Entrada gratuita: chegue cedo e traga a família.
- Curadoria musical: Oiti Bar.

Inscrição na caminhada: caminhosderosa.com.br/imprensa/caminhada-ecologica

Os horários coincidem com provas do Festival (a caminhada com a Travessia Grande Sertão e a premiação de sábado; o forró com a largada das corridas e a premiação de domingo). Confira a programação e chegue com folga.

REALIZAÇÃO

INSTITUTO EM MOVIMENTO

APOIO

CÂMARA DE CURVELO

PREFEITURA DE CURVELO

CURADORIA MUSICAL

Oiti Bar-Cultura-Brew

Regras de ouro e informações

NATAÇÃO

- Sentido **anti-horário**, com todas as boias à sua **ESQUERDA**
- Contorne todas as boias de vértice: quem não contornar é desclassificado
- Touca oficial e boia de segurança são obrigatórias

BIKE

- Capacete duro e afivelado sempre que estiver com a bike
- Fones de ouvido são proibidos; as estradas ficam abertas ao público
- Pedal autossuficiente: leve água e comida, apoio externo desclassifica
- Número de competição visível na bike e no capacete

CORRIDA

- Percurso de estrada de terra: em provas off-road, pequenas variações de distância são normais
- Siga a sinalização e as orientações da equipe de percurso
- Hidrate-se nas mesas: a cada ~2 km, e a mesma mesa atende ida e volta
- Entrada e saída do laço ficam no mesmo ponto: siga a placa e o staff

PROVAS COMBINADAS

- Natação: boias sempre à esquerda e contorno obrigatório; touca oficial e boia de segurança
- Capacete duro afivelado antes de retirar a bike do cavalete e durante todo o pedal
- Chip na tornozeleira em toda a prova; fones de ouvido proibidos
- Empurre a bike até a faixa de monte e desça antes da faixa de desmonte

DISTÂNCIAS, CHECK-IN E INFORMAÇÕES

- As distâncias deste guia foram **medidas no terreno**; em provas off-road, pequenas variações em relação à distância oficial são normais.
- Os mapas são ilustrações sobre o traçado real; a escala é aproximada e as posições da arena são estimadas.
- Sábado: secretaria das 7h às 18h, kits a partir das 8h. Domingo: check-in 6h30. Segunda: check-in 6h45 (secretaria das 6h30 às 12h).
- Inscrições e informações: nuflowpass.com.br/events/1867 · caminhosderosa.com.br · @festivalhomemdaterra

Boa prova e bom sertão!