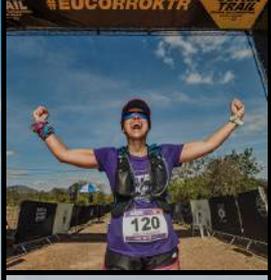




KAILASH TRAIL RUN

SERIES





**KAILASH
TRAIL
RUN**
ULTRA TRAIL
SERRA DA CANASTRA

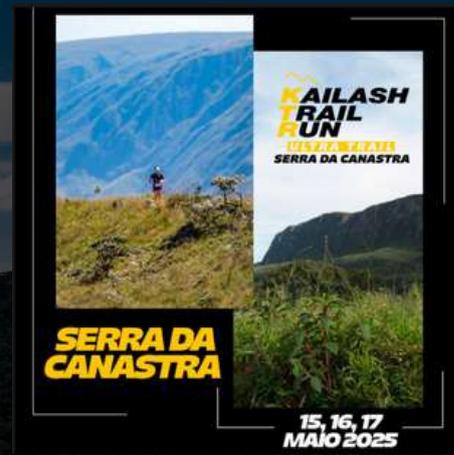
GUIA DO ATLETA

15.16.17 DE MAIO | 2025

Tudo começou em 2014, quando o diretor da Kailash e atleta amador, Tani Oreggia, resolveu mostrar para o mundo as belezas da Serra da Mantiqueira, naquele ano específico, a Serra Fina. Todos chamaram ele de louco naquele 1º ano; “como assim uma corrida na Serra Fina?” - impossível correr naquelas trilhas! (Rsrs)

Surgia então uma das corridas de Trail Run mais desafiadoras do cenário nacional, com estrutura de provas internacionais, percursos incríveis e beleza sempre exuberante.

Hoje, as provas da KTR Series atraem atletas de elite de alto desempenho, atletas amadores, entusiastas de esportes outdoor e até crianças, que se divertem em corridas feitas especialmente para elas. Quem já participou de uma das etapas KTR não perde uma edição. Quem nunca participou, não sabe o que está perdendo.





#AVENTURE-SE



#DESAFIO



#NEVERGIVEUP



#KAILASH



VALE do CÉU

Recanto Ecológico



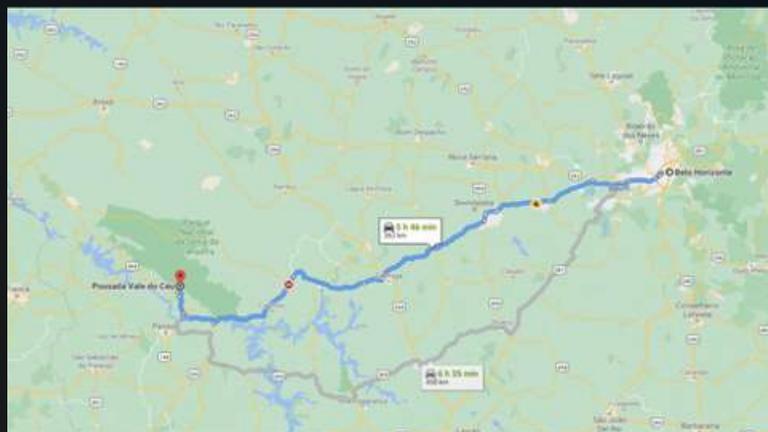


O acampamento será montado no Recanto Ecológico Vale do Céu, no Parque Nacional da Serra da Canastra, unidade de conservação que abriga a nascente do rio São Francisco.

Localizado entre as montanhas do Vale da Babilônia e Serra de Santa Maria, em Delfinópolis/MG, e a 950 metros de altitude, é um local onde a presença humana se dá de forma harmoniosa com a natureza.

O complexo, além de contar com cachoeiras, como o Véu da Noiva, Vale do Céu, Funil, Maria Augusta e Dona Hercília, e piscinas naturais, reúne o melhor da gastronomia e da cultura mineira.

Para conhecer mais sobre o Recanto Ecológico Vale do Céu, acesse: www.valedoceu.com.br



WAZE OU GOOGLE MAPS:
Pousada Vale do Céu
Serra da Canastra

Belo Horizonte	362 km - 5:45 de viagem
São Paulo	420 km - 5:55 de viagem
Rio de Janeiro	630 km - 6:30 de viagem

LOCAL:

Endereço: Estrada Glória –
Babilônia, Km 25, s/n,
Delfinópolis – MG, 37910-000

Siga até São João Batista do Glória e, a partir desta cidade, serão 25km de estrada de terra, sendo 15km no estradão e 10km subindo a serra (sem chuva, não há necessidade de carro 4x4).

*Não utilizar o caminho por Delfinópolis, pois além da balsa, você percorrerá uma distância maior em estrada de terra.

VEJA COMO CHEGAR: **[CLIQUE AQUI](#)**



ATLETAS QUE DESEJAM CHEGAR NO DIA 15.05 (QUARTA-FEIRA) PARA O ALMOÇO, PRECISAM COMUNICAR A POUSADA VALE DO CÉU.

***NÃO É PERMITIDA A ENTRADA APÓS AS 22H**



Criamos uma área de estacionamento à esquerda da estradinha que acessa a pousada.

Chegando lá, nosso staff vai orientar você a parar o carro no lugar correto e, se precisar de ajuda, teremos transfer para suas bagagens até o acampamento.

**KAILASH
TRAIL
RUN**
— **ULTRA TRAIL** —
SERRA DA CANASTRA



QUARTA- FEIRA - 14 DE MAIO

Horário	Atividade
14H	ABERTURA DO ACAMPAMENTO
13H - 15H	ALMOÇO DOS ATLETAS
16H - 20H	ENTREGA DE KITS
19H - 21H	JANTAR PARA OS ATLETAS
20H30	CONGRESSO TÉCNICO - DIA 01

QUINTA- FEIRA - 15 DE MAIO

Horário	Atividade
6H - 8H30	CAFÉ DA MANHÃ
7H - 8H30	ENTREGA DE KITS
9H	LARGADA DE PROVA DIA 01
13H - 18H	ALMOÇO DOS ATLETAS
18H	SHOW MUSICAL
19H - 21H	JANTAR PARA OS ATLETAS
20H	PREMIAÇÃO DIA 01
20H30	CONGRESSO TÉCNICO DIA 02

SEXTA - FEIRA - 16 DE MAIO

Horário	Atividade
6H - 8H30	CAFÉ DA MANHÃ
7H	LARGADA DE PROVA DIA 02
13H - 18H	ALMOÇO DOS ATLETAS
18H	SHOW MUSICAL
19H - 21H	JANTAR PARA OS ATLETAS
20H	PREMIAÇÃO DIA 02
20H30	CONGRESSO TÉCNICO DIA 03

SÁBADO - 17 DE MAIO

Horário	Atividade
6H - 8H30	CAFÉ DA MANHÃ
7H	LARGADA DE PROVA DIA 02
13H - 18H	ALMOÇO DOS ATLETAS
18H	PREMIAÇÃO GERAL
19H - 21H	JANTAR PARA OS ATLETAS
19H - 23H	FESTA KTR CANASTRA + SHOW MUSICAL

DOMINGO - 18 DE MAIO

Horário	Atividade
8H - 10H	CAFÉ DA MANHÃ
12H - 14H	ALMOÇO OPCIONAL PARA OS ATLETAS
15H	CHECKOUT DO ACAMPAMENTO



DATA	HORÁRIOS
15 de maio quinta- feira	• 9H: LARGADA DE PROVA DIA 01
16 de maio sexta- feira	• 7H - LARGADA DE PROVA DIA 02
17 de maio sábado	• 7H - LARGADA DE PROVA DIA 03

KAILASH
TRAIL
RUN
ULTRA TRAIL
SERRA DA CANASTRA



01

A água é potável em todas as torneiras da pousada.

02

A pousada não oferece gelo.

03

A comanda de consumo é individual e ficará com você, portanto cuide dela! A bebida é você quem manda.

04

16h às 19h - Todos os chuveiros são com água quente. Fora deste horário, somente 2 chuveiros por banheiro serão aquecidos.

05

Cuide do seu lixo, estamos em uma área de Preservação Ambiental.

06

Estacione seu veículo no local indicado pela organização. Para as bagagens, teremos sistema de transfer até o acampamento.



INFORMAÇÕES DO ACAMPAMENTO

- **Tragam roupa de cama (coberta, travesseiro, saco de dormir e demais preferências), Será fornecido somente o colchão, que já estará em seu barraca!**
- **Traga lanterna de cabeça (head lamp)**
- **Teremos pontos de energia próximo das barracas (110V).**
- **Para maior conforto, aconselhamos trazer extensão de 3m a 5m para carregar celulares e relógios dentro da barraca.**
- **Não esqueça do repelente.**
- **Entrada nas barracas será permitida à partir das 14h da quarta-feira, dia 14.05.**

PROVAS 50K E 100K



KIT COMPLETO

- 1 BOLSA OU MOCHILA KAILASH	- 2 CAMISETAS DE PROVA
- 1 PORTA NÚMERO KAILASH	- 1 VISEIRA
- 1 CHINELO KTR CANASTRA	- 1 LIXINHO DE TRILHA
- 1 CAMISETA FINISHER ATÉ O DIA 31/01/2025	- 1 CASACO KAILASH – ATENÇÃO, VÁLIDO SOMENTE PARA TODOS QUE FIZEREM A INSCRIÇÃO ATÉ O DIA 31/01/2025 DE 2025)

*Imagens meramente ilustrativas

ATENÇÃO:
1 MOLETOM HODDIE KAILASH
PERSONALIZADO, VÁLIDO PARA TODOS
FIZERAM SUAS INSCRIÇÕES ATÉ O DIA 31
DE JANEIRO DE 2025.



DATA

14 de Maio: 16H – 20H

15 de Maio: 7H - 8H30

LOCAL

Pousada Vale do Céu

Atenção:

O conteúdo do kit deverá ser conferido no ato da entrega. Não serão aceitas reclamações posteriores por falta de materiais que compõe o kit.



PARA RETIRADA DE KITS, O ATLETA DEVERÁ APRESENTAR OBRIGATORIAMENTE:

DOCUMENTO ORIGINAL COM FOTO

ATESTADO MÉDICO, PROVA MÉDIA E ULTRAS (O Atestado médico pode ser o fornecido por assinatura eletrônica do médico por QR CODE) -

[CLIQUE AQUI PARA BAIXAR MODELO](#)

TERMO DE RESPONSABILIDADE DA PROVA ASSINADO

[\(CLIQUE AQUI PARA FAZER O DOWNLOAD\)](#)

PARA RETIRADA DE KITS POR TERCEIROS:

O ATLETA PARTICIPANTE DEVERÁ ENVIAR PELO SEU REPRESENTANTE / TERCEIRO, CÓPIA DE TODOS OS DOCUMENTOS MENCIONADOS PARA A RETIRADA DE KITS E A AUTORIZAÇÃO DE RETIRADA POR TERCEIROS ([CLIQUE AQUI PARA BAIXAR](#)).

***NÃO ENTREGAREMOS O KIT SE FALTAR ALGUM DOS DOCUMENTOS.**

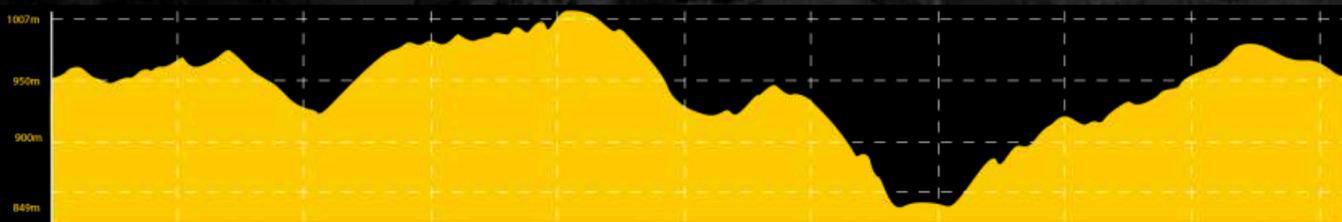
A man in a yellow shirt, red backpack, and sunglasses is hiking on a rocky trail. He is holding a trekking pole. The background shows a clear blue sky and some vegetation.

PERCURSOS E ALTIMETRIAS

50K

50K

DIA 1 - 15 DE MAIO (QUINTA-FEIRA)



QUINTA | 10K

Ganho: 341m

Perda: 340m

Máxima: 1007m

Mínima: 849m

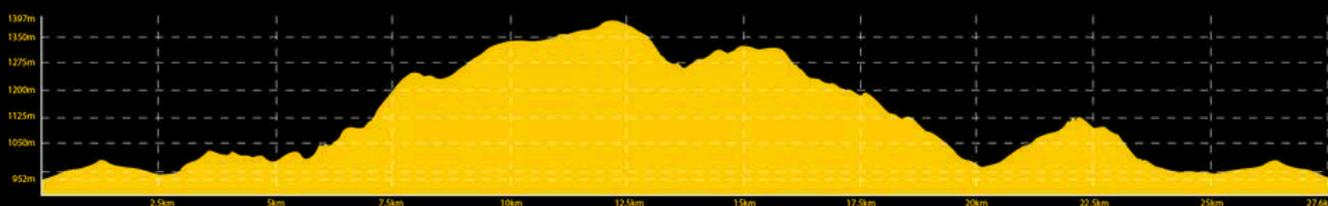
Distância Total: 10.2K

PONTOS DE HIDRATAÇÃO

Apoio e hidratação no
→ KM 5.5 (Acampamento)
com água e isotônico;

50K

DIA 2 - 16 DE MAIO (SEXTA-FEIRA)



SEXTA | 27K

Ganho: 1053.4m

Perda: 1053.4m

Máxima: 1397m

Mínima: 952m

Distância Total: 27.3Km

PONTOS DE HIDRATAÇÃO

- **1ª Hidratação – KM 10
Alto Caminho do Céu**
- **2ª Hidratação – KM 18,5
Serra Calçada**
- **Pontos com água, isotônico,
refrigerante, banana, maçã,
mexerica, amendoim,
azeitona e doce a definir;**

50K

DIA 3 - 18 DE MAIO (SÁBADO)



SÁBADO | 14K

Ganho: 608m

Perda: 612m

Máxima: 1014m

Mínima: 685m

Distância Total: 14K

PONTOS DE HIDRATAÇÃO

→ Hidratação – KM 8 Gramado portaria Maria Augusta

→ Pontos com água, isotônico, refrigerante, banana, maçã, mexerica, amendoim, azeitona e doce a definir;

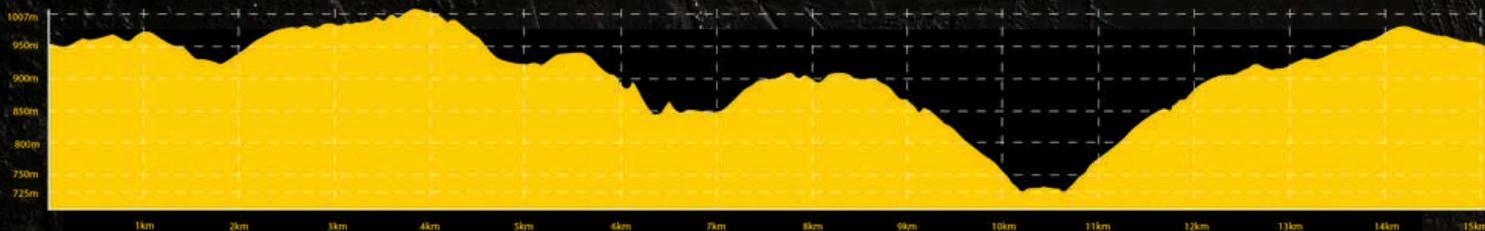
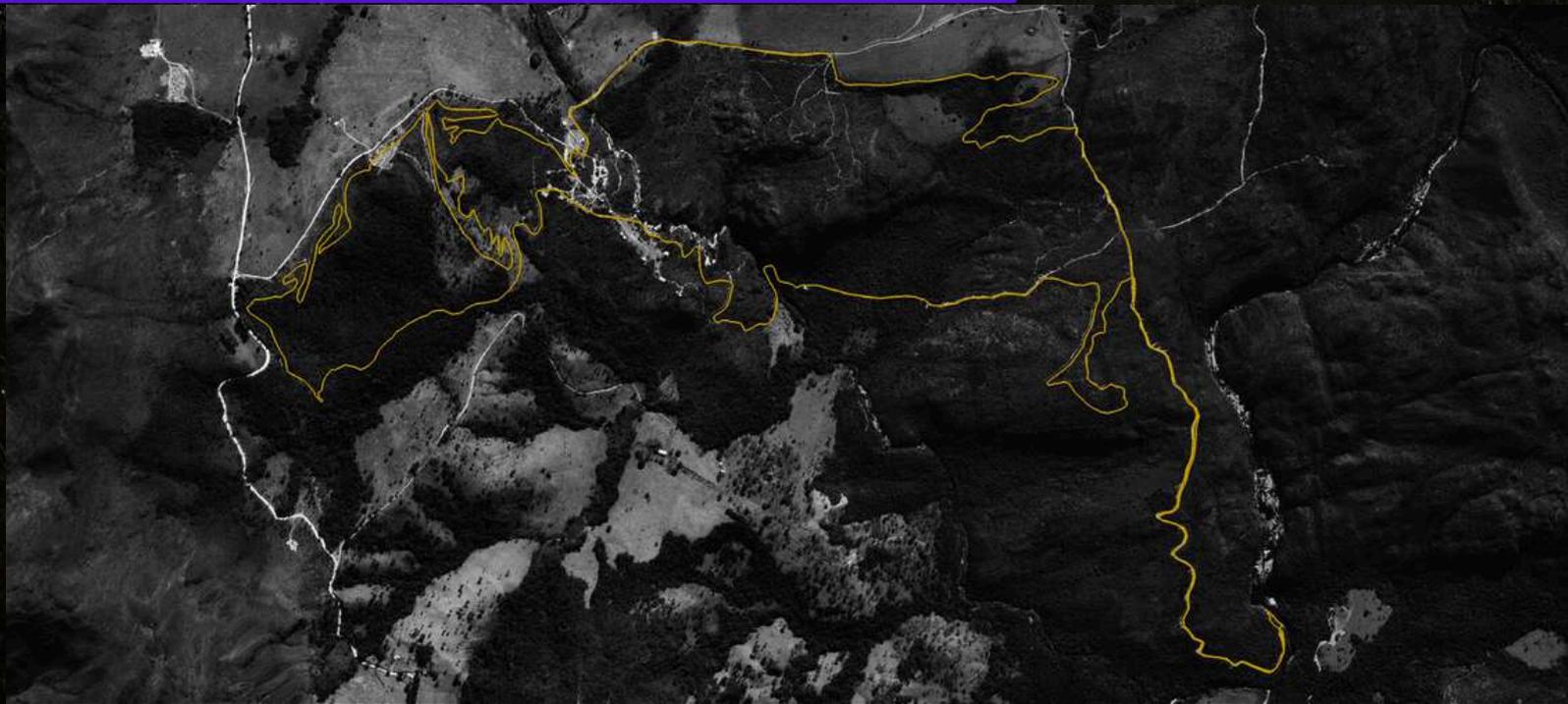
A female trail runner is captured in a moment of triumph, running on a dirt path with her arms raised high. She is wearing a black athletic top, dark shorts, a black visor, and sunglasses. Her race bib, which features the number 50 and the slogan 'NEVER GIVE UP', is pinned to her waist. The background consists of a clear blue sky and lush green vegetation. The overall scene conveys a sense of achievement and outdoor adventure.

PERCURSOS E ALTIMETRIAS

100K

100K

DIA 1 - 15 DE MAIO (QUINTA-FEIRA)



QUINTA | 15K

Ganho: 579m

Perda: 579m

Máxima: 1007m

Mínima: 728m

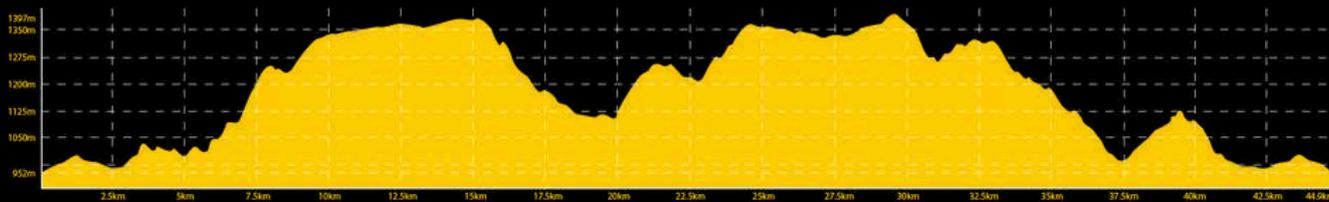
Distância Total: 15K

PONTOS DE HIDRATAÇÃO

- Apoio e hidratação no KM 5.5 com água e isotônico;
- Apoio e hidratação no KM 10,5 com água, isotônico, refrigerante, banana, maçã, mexerica, amendoim, azeitona e doce a definir;

100K

DIA 2 - 16 DE MAIO (SEXTA-FEIRA)



SEXTA | 45K

Ganho: 1342m

Perda: 1418m

Máxima: 1397m

Mínima: 952m

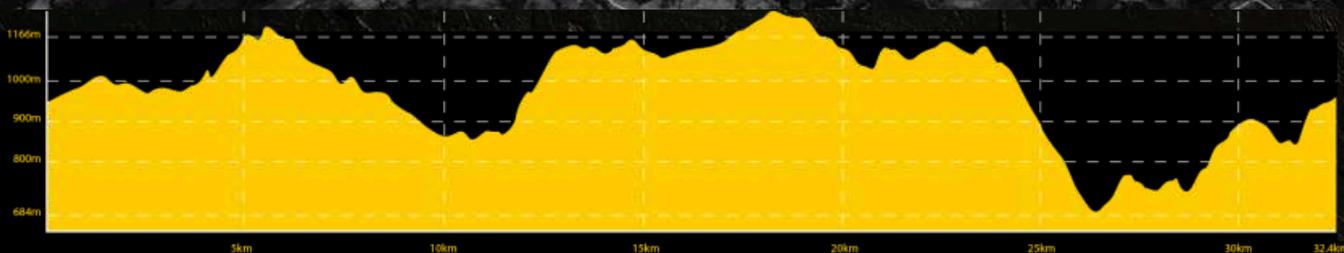
Distância Total: 45Km

PONTOS DE HIDRATAÇÃO

- Apoio e hidratação no KM 10 (IDA) e KM 27 (VOLTA)
- Apoio e hidratação no KM 12,5 (IDA) e KM 24,5 (VOLTA)
- Apoio e hidratação no KM 20
- Apoio e hidratação no KM 35,5

100K

DIA 3 - 18 DE MAIO (SÁBADO)



SÁBADO | 34K

Ganho: 1430m

Perda: 1430m

Máxima: 1166m

Mínima: 684m

Distância Total: 33.5

PONTOS DE HIDRATAÇÃO

- Apoio e hidratação – KM 10
Travessia Rio Quilombinho
- Apoio e hidratação – KM 22 -
Pousada Mirante
- Apoio e hidratação – KM 28
- Gramado Perto Portaria
Maria Augusta

PARCEIRO
OFICIAL



PLANOS DE RECOVERY

1º LOTE ATÉ 14/05/2025 VALORES INTEGRAIS

BOTA DE COMPRESSÃO 20MIN

1 dia: R\$ 70,00 ;
2 dias: R\$ 135,00;
3 dias: R\$ 200,00.

MASSAGEM INDIVIDUAL 30MIN

1 dia: R\$ 80,00;
2 dias: R\$ 150,00
3 dias: R\$ 210,00

VIBRO MASSAGEM 20MIN

1 dia: R\$ 60,00 ;
2 dias: R\$ 115,00;
3 dias: R\$ 160,00.

PACOTES:

- Básico (1 dia) - Massagem 20min + VibroMassagem 15min + Bota de compressão 15 min: 150,00;
- Essencial (2 dias) - Massagem 20 min + Vibro Massagem 15min + Bota de compressão 15min: 300,00;
- VIP (3 dias) - Massagem 20min + Vibro Massagem 15min + Bota de compressão 15 min: 405,00 / **10% OFF.**

AGENDAMENTO - INFORMAÇÕES - PAGAMENTO

Eduardo: (12) 99740-5005 @edufisioesportivo
Regis: (14) 99867-5947 @Prof.fisio.Regis

▶ EQUIPAMENTOS OBRIGATORIOS



**MOCHILA DE
HIDRATAÇÃO**



**RESERVATÓRIO+
GARRAFA**



**CASACO TIPO
ANORAK**



**COBERTOR DE
EMERGENCIA**



**GORRO,
ECOHEAD OU
HEADBAND**



LUVA



CORTA VENTO



CELULAR



APITO



**KIT PRIMEIRO
SOCORROS***



**HEADLAMP OU
LANTERNA**



**SEGUNDA PELE
OU FLEECE**

EQUIPAMENTO	Obrigatório?
Mochila de hidratação	Sim
Reservatório+garrafas tem que somar min. 2L.	Sim
Casaco tipo Anorak (impermeável)	Sim
Cobertor de emergência (aluminizado)	Sim
Gorro, ou buff ou protetor de orelha	Sim
Luva	Sim
Corta Vento (leia abaixo)	Sim
Telefone celular	Sim
Apito	Sim
Kit 1º socorros **	Sim
Head lamp – lanterna (funcionando)	Sim
2ª pele ou fleece*	Sim

- O casaco Tipo Anorak impermeável substitui o corta vento.
- Em alguns casos com previsão de muito calor e zero chuva, o corta vento poderá ser autorizado pelo diretor da prova.
- Esta informação somente será confirmada no congresso técnico ou antes da largada.

* Em caso de previsão de chuva, os itens passam a ser obrigatórios.

**Kit de primeiros socorros: (rolo de atadura, gaze e esparadrapo).



**VISTA-SE
DE ALTA
PERFORMANCE,
TECNOLOGIA E
CONFORTO.**





**KAILASH
TRAIL
RUN**
ULTRA TRAIL
SERRA DA CANASTRA



DATA

Quinta e Sexta - 14 e 15 de maio

HORÁRIO

Durante a retirada do KIT

LOCAL

Pousada Vale do Céu

Haverá checagem de equipamentos durante a retirada de KIT no dia 14 e 15 de maio. Poderá também haver checagens de equipamentos aleatórias em todos os funis de largada e pontos aleatórios do percurso durante os 3 dias de prova para todas as distâncias.

EQUIPAMENTOS SUGERIDOS:

- Blusa de manga comprida com proteção UV50+
- Meia de compressão que ajuda evitar entorses, bolhas e protege de arranhões.
- Boné e/ou viseira.
- Para o fim da prova e período da noite, Fleece, Softshell ou Casaco de Pluma.



DATA

Dia 14 de maio – (quarta-feira) -
20h

Dia 15 de maio – (quinta-feira) -
20h

Dia 16 de maio (sexta-feira) - 20h

LOCAL

Pousada Vale do Céu

Por se tratar de uma prova de montanha com alto grau de exigência, a presença no congresso técnico é **OBRIGATÓRIA PARA OS TODOS OS ATLETAS**. O congresso acontecerá no dia 16 de maio de 2024, quinta-feira, das 14h às 14h30

A organização transmitirá, no Instagram Oficial [@ktrultracanastra](https://www.instagram.com/ktrultracanastra), todos os congressos técnicos.

PARCERIA
OFICIAL

Epic
fotos

adventuremag



**COMPRE OS PACOTES DE FOTOS COM
DESCONTOS ESPECIAIS**



PREMIAÇÃO COM PRODUTOS KAILASH

PREMIAÇÃO POR DIA (SOMENTE 5ª FEIRA E 6ª FEIRA)

SOLO 100K (1º. 2º. 3º.)

**MASCULINO
FEMININO**

6 PRÊMIOS

SOLO 50K (1º. 2º. 3º.)

**MASCULINO
FEMININO**

6 PRÊMIOS

DUPLA 100K (1º. 2º. 3º.)

**MASCULINO
FEMININO
MISTA
MASTER**

24 PRÊMIOS

DUPLA 50K (1º. 2º. 3º.)

**MASCULINO
FEMININO
MISTA
MASTER**

24 PRÊMIOS

60 PRÊMIOS POR DIA

TOTAL DE 120 PRÊMIOS

***PREMIAÇÃO POR DIA NÃO GANHA TROFÉU**



PREMIAÇÃO GERAL

DATA

Sábado, 17 de Maio

HORÁRIO

18H

LOCAL

Pousada Vale do Céu

**PREMIAÇÃO
COM TROFÉUS
E PRODUTOS
KAILASH**



▶ **PREMIAÇÃO
100K E 50K**

**PREMIAÇÃO – CATEGORIA GERAL
SOLO 50K E 100K**

MASCULINO	FEMININO
1º LUGAR	1º LUGAR
2º LUGAR	2º LUGAR
3º LUGAR	3º LUGAR
4º LUGAR	4º LUGAR
5º LUGAR	5º LUGAR

**CATEGORIA POR FAIXA ETÁRIA: ATÉ 40 ANOS,
ATÉ 50 ANOS, ATÉ 60 ANOS E ACIMA DE 60 ANOS.**

MASCULINO	FEMININO
1º LUGAR	1º LUGAR
2º LUGAR	2º LUGAR
3º LUGAR	3º LUGAR

**CATEGORIA DUPLA (NESTA CATEGORIA ATLETAS
DAS DUPLAS TEM QUE CORRER LADO A LADO
COM UMA DISTÂNCIA MÁXIMA DE 50 METROS O
TEMPO TODO).**

1º AO 3º LUGAR FEMININO

1º AO 3º LUGAR MASCULINO

1º AO 3º LUGAR MISTA

1º AO 3º LUGAR MASTER (um dos atletas ter que ter 45 anos ou +):



Os atletas que não se encontrarem presentes na cerimônia e que tenham sido ganhadores de troféus, poderão retirá-los por intermédio de uma pessoa AUTORIZADA POR ESCRITO, somente na cerimônia.

Os troféus não retirados na arena, poderão excepcionalmente ser enviados pelo correio posteriormente. Neste caso o atleta deverá fazer contato por WhatsApp da prova e pagar a taxa dos Correios para o envio, através de depósito bancário ou PIX.

Prazo de envio: até 30 dias.

As categorias acima somente serão validadas e premiadas com troféus e produtos Kailash SE HOVER PELO MENOS 3 ATLETAS DENTRO DA FAIXA ETÁRIA CORRESPONDENTE.

A idade a ser considerada, obrigatoriamente, para os efeitos de inscrição e classificação por faixas etárias, é a que o atleta terá no dia 31 de dezembro de 2025.

FINISHER:

Para ser reconhecido como Finisher KTR, o competidor deve finalizar o percurso dentro do tempo estabelecido, mesmo que ocorram cortes ao longo do trajeto. Aqueles que terminarem dentro do limite de tempo receberão a merecida medalha de Finisher.

KAILASH
TRAIL
RUN
ULTRA TRAIL
SERRA DA CANASTRA





ENTRE EM CONTATO VIA WHATSAPP

+55 11 91775-2270

[CLIQUE AQUI](#)

NOSSO SITE

[CLIQUE AQUI](#)

KAILASH TRAIL RUN

— SERIES —

CALENDÁRIO 2025



CAMPOS DO JORDÃO

26 DE ABRIL 2025



SERRA DA CANASTRA

15, 16, 17
MAIO 2025



KTR
REVEZAMENTO

Ilhabela

SAVE THE DATE
30 DE AGOSTO DE 2025



ILHABELA

8 DE NOVEMBRO 2025

PATROCÍNIO



PARCEIROS



HOSPEDAGEM OFICIAL



KAILASH TRAIL RUN

— SERIES —

