



# SERRA DO MAR

**TRECHO A TRECHO**  
**MOUNTAIN PRO 50KM**

<b>KM INICIAL</b>	<b>KM FINAL</b>	<b>DISTÂNCIA</b>	<b>DESCRIPTIVO</b>
KM 0	KM 0.1	100m	Largada da Arena WTR, onde seguirá pela direita em rua de paralelepipedo até entrar na primeira rua de terra à direita.
KM 0.1	KM 0.6	500m	Seguir por estrada de terra até uma bifurcação onde deverá manter à esquerda.
KM 0.6	KM 0.8	200m	Seguir a estrada de terra e subir à direita.
KM 0.8	KM 1.2	400m	Subida íngreme de estrada de terra.
KM 1.2	KM 1.8	600m	Virar à direita para entrar em uma rua de terra em subida com porteira.
KM 1.8	KM 2.5	700m	Manter à direita no final da subida ao lado da casa para pegar uma trilha até chegar a um portão à esquerda.
KM 2.5	KM 2.65	150m	Descida íngreme com cotovelo de 90° à esquerda.
KM 2.65	KM 2.95	300m	Seguir pela estrada de terra até uma bifurcação onde deverá manter à esquerda subindo.



<b>KM INICIAL</b>	<b>KM FINAL</b>	<b>DISTÂNCIA</b>	<b>DESCRIPTIVO</b>
KM 2.95	KM 4.4	1.45km	Seguir pela estrada de terra até um cruzamento.
KM 4.4	KM 5.05	650m	Virar à direita na ponte e na sequência à esquerda para subir em rua de terra.
KM 5.05	KM 5.65	600m	Manter à esquerda descendo em rua de terra.
KM 5.65	KM 6	350m	Manter à esquerda até entrar na trilha.
KM 6	KM 6.5	500m	Trilha com pedra (pode estar escorregadia dependendo do tempo) e pequena ponte.
KM 6.5	KM 6.95	450m	Descer em rua de terra e manter à direita.
KM 6.95	KM 7.65	700m	Seguir pela rua de terra até a bifurcação.
KM 7.65	KM 8.05	400m	Virar à direita e na sequência manter em frente descendo até um cotovelo 180 graus à direita.



<b>KM INICIAL</b>	<b>KM FINAL</b>	<b>DISTÂNCIA</b>	<b>DESCRIPTIVO</b>
KM 8.05	KM 12.2	4.15km	Manter na rua de terra até chegar no ponto de hidratação, onde é obrigatório a entrada.
KM 12.2	KM 13	800m	Ao sair do posto de hidratação, deverá seguir subindo uma rua de terra em frente até outra bifurcação onde deverá virar à direita.
KM 13	KM 19.7	6.7km	Seguir por rua de terra com perfil de descida, com eventuais pequenas subidas, até chegar a um cotovelo 180 graus à direita. CUIDADO pois sairá na estrada para Marco da Costa.
KM 19.7	KM 21.9	2.2km	Seguir pela estrada em direção a Marco da Costa onde deverá manter à direita em uma ponte.
KM 21.9	KM 22.9	1km	Seguir pela estrada de terra ate uma bifurcação onde deverá manter à esquerda.
KM 22.9	KM 24.6	1.7km	Virar à direita e seguir pela rua de terra ate entrar em uma porteira à direita.
KM 24.6	KM 28.1	3.5km	Inicia-se a maior subida da prova onde sair[a em uma estrada de terra.
KM 28.1	KM 29.2	1.1km	Ao sair da trilha, em uma casa, manter à esquerda e continuar subindo até o ponto mais alto da prova.



<b>KM INICIAL</b>	<b>KM FINAL</b>	<b>DISTÂNCIA</b>	<b>DESCRIPTIVO</b>
KM 29.2	KM 37.5	8.3km	Seguir em rua de terras acidentadas com subidas e descidas.
KM 37.5	KM 38.7	1.2km	Seguir por uma trilha larga com uma ponte estreita no final.
KM 38.7	KM 39	300m	Seguir por estrada de terra até uma bifurcação onde deverá manter à direita.
KM 39	KM 39.9	900m	Seguir pela rua de terra até onde deverá virar à esquerda.
KM 39.9	KM 41.6	1.7km	Seguir pela rua de terra, mantendo à direita na bifurcação até iniciar uma descida íngreme em curva.
KM 41.6	KM 42.3	700m	Cuidado com a descida, no final, manter em frente na rua de terra até entrar à direita descendo.
KM 42.3	KM 44.7	2.4km	Seguir por essa rua de terra acidentada até entrar em uma porteira em frente em um largo e seguir pela estrada de terra até um cotovelo 180 graus à esquerda.
KM 44.7	KM 45	300m	Descer a rua de terra, passar por um gramado, entrar em uma ponte à direita e subir até a virada para passar por um pasto.



<b>KM INICIAL</b>	<b>KM FINAL</b>	<b>DISTÂNCIA</b>	<b>DESCRIPTIVO</b>
KM 45	KM 45.2	200m	Subir o pasto até sair na rua de calçamento à direita.
KM 45.2	KM 45.5	300m	Descer a rua de calçamento até sair da propriedade e chegar na rua de terra.
KM 45.5	KM 45.9	400m	Seguir em frente pela rua de terra até um cotovelo de 90 graus à esquerda.
KM 45.9	KM 46.1	200m	Descer a rua de terra até entrar em uma pequena trilha.
KM 46.1	KM 46.3	200m	Seguir pela trilha acidentada com pedras e água e sair em uma rua de terra.
KM 46.3	KM 46.9	600m	Seguir pela rua de terra até virar à direita em uma ponte para sair no asfalto.
KM 46.9	KM 47.5	600m	Seguir pelo asfalto à direita até a chegada.

Asfalto/Paralelepípedo: **0,7km (1%)**

Trilha: **5,5km (12%)**

Estrada de terra: **41,25km (87%)**