



REGRAS E CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

MOUNTAIN DO EXPLORER MONT BLANC 2025

Expedição Chamonix - Courmayeur

Antes de você fazer sua inscrição para o Mountain Do Explorer, precisamos deixar claro o que você vai vivenciar com este novo produto da bandeira Mountain Do.

Por isso leia com atenção este documento com as regras e condições de participação!

O Mountain Do Explorer é uma **expedição** limitada para **20 pessoas** que desejam encarar juntas um **desafio** em um destino por nós selecionado. Nosso lema é "correr entre amigos" do início ao fim. Portanto, não se trata de uma competição em que um chegará na frente do outro. Além disso, a proposta do Mountain Do Explorer é viver a experiência local, desfrutando da cultura e da gastronomia. Vamos viver o Explorer juntos?

A Expedição do **Mountain Do Explorer Mont Blanc** será em junho/2025 e o nosso **desafio** é atravessar o Mont Blanc em 3 dias, saindo de Chamonix (França) e chegando em Courmayeur (Itália), com uma distância de 18km a 35km por dia, num total de 80km (aproximado), com desnível acumulado de 4.500m. A partir daqui chamamos o nosso desafio de **Travessia**.

A TRAVESSIA

	Dia 1	Dia 2	Dia 3
Percurso	Les Houches a Les Contamines	Les Contamines a Les Chapieux	Les Chapieux a Courmayeur
Distância	23km	18km	35km
Desnível positivo	D+ 1370m	D+ 1340m	D+ 1790m
Tempo previsto	6h a 8h	5h a 7h	7h a 10h
Pontos de paradas	km 7 e 15	km 8 e 15	km 14 e 23

Percurso de trilhas técnicas com dificuldade elevada, subidas e descidas íngremes.



Atenção, a Travessia acontecerá em 3 dias, mas a Expedição não!

Nossa Expedição será de 7 dias, no período de **20/06/24 a 26/06/24**. Nosso ponto de encontro será em Chamonix na França, no dia 20/06 com a recepção do grupo para o check in no hotel oficial a partir das 15h. Confira a Expedição dia a dia:

20/06 – Início da Expedição - Chamonix
Check in no Hotel Oficial (padrão 4 estrelas)
Briefing e Jantar em grupo

21/06 – Chamonix
Café da manhã no Hotel
Manhã treino coletivo (5km a 8km)
Tarde livre
Jantar em grupo

22/06 – Chamonix a Les Contamines
Café da manhã no Hotel
Início da Travessia | Percurso aproximado 23km*
Janta e acomodação em Hotel de alta montanha

23/06 – Les Contamines a Les Chapieux
Café da manhã no Hotel
Segundo dia de Travessia | Percurso de 18km*
Janta e acomodação em Refúgio de alta montanha

24/06 – Les Chapieux a Courmayeur
Café da manhã no Refúgio
Terceiro dia de Travessia | Percurso aproximado 35km*
Janta e acomodação em Hotel (padrão 4 estrelas)

25/06 – Courmayeur
Café da manhã no Hotel
Dia livre
Janta festiva, cerimônia de premiação e acomodação em Hotel

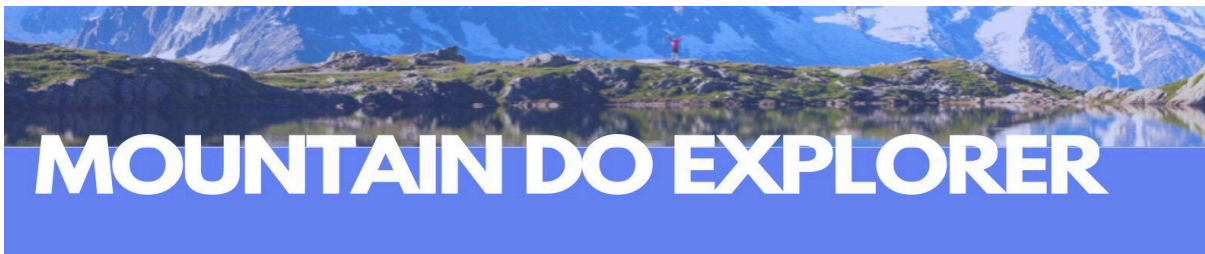
26/06 – Fim da Expedição - Courmayeur
Café da manhã no Hotel
Manhã livre
Check out do Hotel

* Distância aproximada

Observe que informamos que a **programação é prevista**. Isso porque podemos ter ajustes em razão de condições climáticas. Por exemplo, caso algum caminho até um cume de montanha feche por más condições, impedindo que sigamos com a Travessia em uma data prevista, teremos que aguardar a liberação do caminho, alterando nossa programação quando necessário.

Mountain Do Explorer é uma vivência em grupo. O grupo será pequeno, no máximo 20 pessoas, mais os **guias**. Os guias principais durante a travessia serão o Kiko, a Fabi e o André que já fizeram o percurso por 6 vezes. Nossa experiência no Mont Blanc começou em 2016 quando fomos participar da UTMB como expositores, desde então já retornamos para Chamonix e/ou Courmayeur 8 vezes. Conhecemos bem a região e temos certeza que preparamos uma expedição incrível!

Para melhor dinâmica e andamento do grupo, fazemos subdivisões. Teremos 3 subgrupos cada um com o seu guia. Você indicará sua pretensão de ritmo no período da Expedição, no



momento da inscrição. É importante você visualizar a ideia dos 3 subgrupos para o planejamento de seus treinos, fique tranquilo (a) que a definição final dos subgrupos faremos em Chamonix.

Considerando seu ritmo em longas distâncias (acima de 42km)

Grupo Runners - corrida abaixo de 6min/km

Grupo Corredores - corrida entre 6min/km e 9min/km

Grupo Trekking - caminhada entre 10min/km e 12min/km

É importante reforçar que os ritmos acima dos três grupos não será a média que cada grupo fará durante a Travessia. Cada subgrupo terá o seu guia que irá conduzir o grupo em ritmo adequado ao longo da travessia. Por isso é fundamental respeitar o comando do guia, os tempos de paradas para alimentação e descanso e os momentos de contemplação para curtir os Alpes.

O sucesso da Expedição está em priorizarmos o bem coletivo com **respeito e cordialidade**. Por isso, os dias iniciais da Expedição são importantes para nos conhecermos e identificarmos as particularidades. Nossas conversas iniciais serão fundamentais para a constituição do grupo. E durante a Travessia, é essencial respeitar e seguir as orientações dos guias para o bom andamento dos subgrupos e grupo em geral!

Durante a Travessia vamos estar em **alta montanha**. Experimentar a estrutura de Refúgios e desfrutar da gastronomia típica dos Alpes. A "vida" na alta montanha é definida pela simplicidade. Vamos dormir em refúgios com estilo rústico e simples, alguns com ambientes compartilhados. Não espere luxo neste ambiente, nem Wi-fi, vamos ter uma boa noite de sono para recarregar as energias para continuar no dia seguinte.

Uma questão importante: a **Travessia não é de autossuficiência completa!** É claro que vamos levar uma mochila de hidratação nas costas com água, uma alimentação básica e roupa para emergência ou trocas. Vamos nos divertir! Como já dissemos, vamos ter os dias iniciais da Expedição para orientação até começarmos a Travessia. E quando estiver inscrito (a), você receberá instruções ainda no Brasil. Vamos organizar reuniões on-line meses antes da Expedição. Mas achamos que é muito relevante para sua decisão de se candidatar a uma vaga que você saiba que vai contar com um serviço de suporte logístico. Quando estiver inscrito (a), você receberá um kit com uma bolsa de 30 litros na qual você vai colocar seu



material (roupas, acessórios e outros) que utilizará durante os 3 dias da Travessia que iremos transportar para você.

Por falar em Kit, uma vez inscrito (a), você vai receber em sua casa:

- 1 Jaqueta corta-vento exclusiva MTDO;
- 1 Bolsa de 30 litros MTDO Explorer (a ser utilizada durante a Travessia);
- 1 Toalha da Expedição Mont Blanc;
- 1 Camiseta Dry Fit da Expedição Mont Blanc;
- 1 Boné MTDO Explorer;
- 1 Necktube MTDO;
- 1 par de meia MTDO;
- Seguro Esporte (6 dias da Expedição);

Não custa repetir que vamos atravessar o Mont Blanc em 3 dias, percorrendo 80km aproximadamente. É preciso estar em boas **condições físicas e de saúde** para encarar o desafio. Por isso, ao se candidatar você deve estar comprometido (a) em manter sua condição apta para junho de 2025. Você deverá enviar um **atestado médico** até 30 dias antes do início da expedição.

Para sua organização pessoal e/ou familiar, nossa Expedição começa na cidade de Chamonix na França (20/06) e termina em Courmayeur na Itália (26/06). A sua programação anterior ou posterior a este período é livre, mas é claro que estaremos sempre à disposição para auxiliar e orientar na sua chegada ou partida de Chamonix. E uma pergunta que com certeza deve ter passado na sua cabeça "*Eu posso levar na Expedição acompanhante que não vai participar da Travessia?*" **Sim, pode!** Temos vagas para acompanhantes com uma experiência em conjunto com os participantes da Travessia. Já conversamos mais sobre a programação dos acompanhantes. No formulário de inscrição, você indicará sua intenção de levar acompanhantes e quando fizer a sua inscrição e pagamento também fará o pagamento do (a) acompanhante.

Agora vamos conferir o pacote completo de tudo que estará incluso quando você estiver inscrito (a) para participar do Mountain Do Explorer Mont Blanc | Expedição Chamonix - Courmayeur!



PACOTE PARTICIPANTE MOUNTAIN DO EXPLORER

Hospedagem (meia pensão)

- 2 diárias em hotel (4 estrelas)* com café da manhã em Chamonix (início da Expedição)
- 1 diária em hotel de alta montanha** com café da manhã em Les Contamines
- 1 diária em refúgio de alta montanha** com café da manhã em Les Chapieux
- 2 diárias em hotel (4 estrelas)* com café da manhã em Courmayeur (fim da Expedição)

*Hospedagem em quarto duplo

** Hospedagem em quarto triplo e/ou dormitório compartilhado

Alimentação

- 2 cafés da manhã em Chamonix
- 2 jantares em Chamonix*
- 1 café da manhã em Les Contamines
- 1 jantar em Les Contamines*
- 1 café da manhã em Les Chapieux
- 1 jantar em Les Chapieux*
- 2 cafés da manhã em Courmayeur
- 2 jantares em Courmayeur*

* Não estão inclusas bebidas

Suporte Logístico

- Suporte logístico de transporte de bagagem de Chamonix | Les Contamines | Les Chapieux | Courmayeur durante toda Travessia, incluindo a alta montanha
- 3 guias durante toda Expedição
- 1 guia para suporte logístico

NÃO ESTÁ INCLUSO NO PACOTE

- Passagens aéreas
- Deslocamento do aeroporto de chegada até a cidade de Chamonix
- Lanches nas paradas durante a Travessia
- Qualquer outro serviço não detalhado acima



A INSCRIÇÃO

O Mountain Do Explorer Mont Blanc Expedição Chamonix - Courmayeur tem o limite de 20 vagas!

A inscrição é composta por:

- a) Preenchimento do Formulário de Inscrição
- b) Pagamento completo da Expedição.

A primeira etapa é o preenchimento do **Formulário de Inscrição**, disponível no site do evento. Serão consideradas inscrições válidas, os formulários totalmente preenchidos.

Se houver um número maior de candidatos (as) que o limite de vagas será utilizada a ordem de chegada do Formulário de Inscrição e os (as) candidatos (as) não contemplados (as) inicialmente ficarão em uma lista de espera.

A sua inscrição sendo validada, você receberá um e-mail e/ou WhatsApp com a informação e orientação de como proceder para o pagamento da expedição.

A **Inscrição efetiva** é o pagamento do valor total da Expedição mediante um link para o pagamento, conforme a sua escolha da forma e condição de pagamento. Se você levar acompanhante, o pagamento será feito em conjunto. Você terá 3 dias úteis para realizar o pagamento. A não confirmação do pagamento cancelará a inscrição automaticamente.



ACOMPANHANTES

Compartilhar com alguém especial estes dias nos Alpes com certeza será inesquecível. Mas se o (a) acompanhante não for realizar a Travessia? Não tem problema, porque pensamos em uma programação para o (a) acompanhante participar deste momento mágico. Confira toda programação!

20/06 – Início da Expedição - Chamonix

Check in no Hotel Oficial

Briefing e Jantar com o grupo Expedição

21/06 – Chamonix

Café da manhã no Hotel

Manhã treino coletivo (5km a 8km) opcional

Tarde livre

Jantar com o grupo Expedição

22/06 – Chamonix

Café da manhã no Hotel

Dia livre - sugestão de passeios em Chamonix

23/06 – Chamonix

Café da manhã no Hotel

Dia livre - sugestão de passeios em Chamonix

24/06 – Chamonix a Courmayeur

Café da manhã no hotel

Transfer para Courmayeur

Tarde - receptividades ao participantes da Travessia

Jantar com o grupo Expedição

25/06 – Courmayeur

Café da manhã no Hotel

Dia livre

Jantar e cerimônia de premiação com o grupo Expedição

26/06 – Fim da Expedição - Courmayeur

Café da manhã no Hotel

Manhã livre

Check out do Hotel

PACOTE ACOMPANHANTE MOUNTAIN DO EXPLORER

Hospedagem

2 diárias em hotel (4 estrelas)* com café da manhã em Chamonix

2 diárias em hotel (4 estrelas)** com café da manhã em Chamonix

2 diárias em hotel (4 estrelas)* com café da manhã em Courmayeur

*Hospedagem em quarto duplo

**Hospedagem em quarto individual

Alimentação

4 cafés da manhã em Chamonix

2 cafés da manhã em Courmayeur

2 jantares em Chamonix

2 jantares em Courmayeur

Suporte Logístico

1 Translado de Chamonix para Courmayeur (Túnel do Mont Blanc), incluindo pedágios

Roteiro de passeios e atividades em Chamonix (2 dias)



Condições e formas de pagamento para a inscrição

Pagamento	Participante	Acompanhante
Valor	6x R\$ 2.800,00 ou R\$ 15.400,00 (à vista)	6x R\$ 1.880,00 ou R\$ 9.880,00 (à vista)
Forma e Condição	Cartão de crédito (até 6x) Pix (à vista)	Cartão de crédito (até 6x) Pix (à vista)

Observações importantes:

- Os valores dos hotéis (2 diárias em Chamonix e 1 diária em Courmayeur) para os participantes da Expedição são para quartos duplos, caso tenha interesse em quartos individuais haverá um acréscimo de R\$ 3.800,00.
- Política de cancelamento para participantes e acompanhantes:
 - Pedidos de cancelamento até 270 dias antes da Expedição devolvemos 60% do valor pago.
 - Pedidos de cancelamento até 180 dias antes da Expedição devolvemos 40% do valor pago.
 - Pedidos de cancelamento até 90 dias antes da Expedição devolvemos 10% do valor pago.
 - Pedidos de cancelamento com menos de 60 dias antes da Expedição não haverá devolução de valores.

Se você ainda tem alguma dúvida antes de preencher o Formulário de Inscrição, entre em contato conosco!

Esperamos você para uma aventura inesquecível nos Alpes em 2025!

E-mail: mtdoexplorer@sportsdo.com.br

WhatsApp: (48) 3879-9380