



REGULAMENTO

INFORMAÇÕES GERAIS

Em tempos de isolamento social manter o corpo e mente sã é um desafio. Para muitos, a prática do exercício físico é mais que uma válvula de escape, mas uma forma de buscar o equilíbrio e uma vida mais saudável.

Em 2020 o ATLETA Salomão Petra Bittencourt com o INSTITUTO FILANTRÓPICO RENASCER DAS ÁGUAS, que busca oferecer experiências inovadoras para a população Brasileira.

Seguindo nossa própria história de inovação criamos o DESAFIO RENASCENDO EM 12 KM VIRTUAL, uma prova aberta para pessoas de todo o Brasil, onde todos poderão se exercitar, se divertir, se manter saudáveis, de uma forma segura e respeitando todos os protocolos de segurança e distanciamento social.

Nós queremos ajudar você a manter sua saúde em dia através da prática de atividades físicas.

O ATLETA SALOMÃO com seus apoiadores resolveram montar esse evento e estimular a DOAÇÃO, em parceria com O Napec (Núcleo de Apoio a Projetos Educacionais e Culturais do IFF/ Fiocruz), ajuda doando fórmula de partida (Aptamil 1 ou Nan 1 ou Nestogeno 1)para famílias no pós alta dos bebês que, por algum motivo, não podem receber leite materno ou por outras complicações do próprio bebê.

COMO FUNCIONA?

Os interessados farão sua inscrição dos 12km através do site www.ticketagora.com.br.

Inclusive poderá ter a opção de doar o quanto ele quiser para revertermos em latas de leite para o NAPEC

PASSO 01:

Após sua inscrição, você receberá sua CAMISA, começaremos a fazer a retirada após o dia 29 de AGOSTO, enviaremos por SEDEX para quem for de outro município ou estado, ou retirar presencialmente no Maracanã em nossa TENDA no portão 10, rua Prof^o Eurico Rabelo s/n^o no Rio, aos sábados no horário de 07:00h às 09:00h (regras para retirar, apresente o boleto pago e identidade).

PASSO 02:

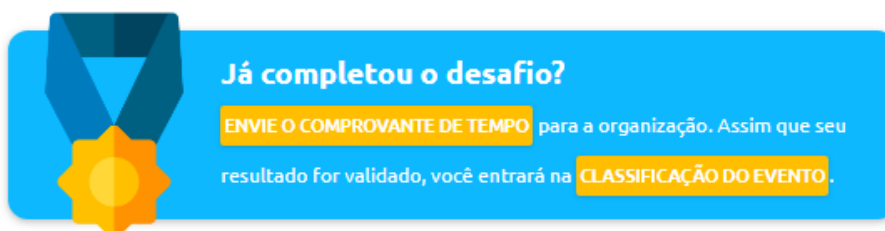
Com a inscrição feita e paga é hora de se movimentar! Você poderá nadar até o dia 25 de setembro a distância que quiser no seu ritmo, mas no final tem que somar 12km, o nado poderá ser feito em qualquer lugar, desde que respeite o distanciamento social. Na praia, academia com piscina, parques aquáticos etc. Qualquer lugar está valendo.

AVISO IMPORTANTE!

**ÁREA PARA UPLOAD DOS RESULTADOS ESTARÁ
A PARTIR DO 18 DE AGOSTO**

PASSO 03:

Após concluir a atividade envie pelo sistema Ticket Agora a foto/print do seu NADO (pode ser foto do relógio, print de aplicativos etc.) desde que mostre a distância percorrida para participar da classificação e após aprovação será disponibilizado o CERTIFICADO DIGITAL de conclusão



DESAFIO

Renascendo
 **em 12km**

SALOMÃO SUPERAÇÃO

(imagem que se encontra na página do evento)