

- 1.** A primeira edição da **MARATONA KIDS** , será realizada no dia **12 de outubro de 2017**, no Studio 5, além da corrida teremos várias brincadeiras, roda de capoeira, teatro e apresentações em alguns espaços do shopping incluindo um campeonato de Jiu Jitsu Kids.
- 2.** Os atletas disputarão baterias que terão distâncias variadas de acordo com a idade. Segue uma relação das distâncias a serem percorridas pelas crianças:
de 01 a 03 anos – 50 metros; de 04 a 06 anos – 100 metros; de 07 a 09 anos - 150 metros; de 10 a 12 anos – 200 metros; de 13 a 15 anos – 300 metros.
- 3.** O evento terá início às 17:00 horas.
- 4.** Haverá dois tipos de credenciais para os pais: credencial de acesso à área de concentração, a qual receberão somente os pais de crianças até seis anos (é preferível que o pai não permaneça na área de concentração para evitar a dispersão e colaborar para o andamento do evento). Em casos excepcionais cabe ao responsável solicitar esta credencial. Já a credencial de fotografia será acessível a um único responsável por atleta-mirim e dará acesso à área destinada a fotografias.
- 5.** Todos aqueles que tiverem acesso à pista, crianças ou responsáveis, deverão calçar tênis. Não será permitido o acesso em nenhuma hipótese de qualquer pessoa com calçado que não seja tênis.
- 6. Às 16:30 horas** terá início a concentração dos atletas.
- 7.** As baterias da Corrida serão iniciadas **às 17:00 horas** .
- 8.** As inscrições terão custo de **R\$ 50,00 mais taxa do site** .
- 9.** As inscrições serão feitas pelo site www.ticketagora.com.br.
- 10.** Todos os atletas receberão camiseta e medalha de participação do evento.
- 11.** Não há classificação formal.
- 12.** A Corrida acontecerá com chuva ou sol, podendo ser cancelada caso condições de catástrofe coloquem em risco a integridade física dos participantes e ou espectadores.

1) GERAL

- 1.1** As crianças serão chamadas para a área de concentração a partir das 16:30 horas .
- 1.2** O locutor chamará as diversas idades para a concentração.
- 1.3** Até os seis anos será permitida a entrada dos pais na área de competição (não na pista). O acompanhante deverá estar usando tênis.
- 1.4** Não será permitido a nenhum atleta participar de sapatilha por questões de segurança para os demais atletas.
- 1.5** Cada criança deverá ficar atrás da placa com a sua idade.
- 1.6** O monitor respectivo levará as crianças até o local de largada.
- 1.7** Os pais terão acesso às crianças, após estas pegarem as suas medalhas.
- 1.8** Teremos a equipe médica para qualquer eventualidade.
- 1.9** Os pais devem procurar manter um clima de cordialidade e respeito.
- 1.10** As provas devem ser encaradas pelos pais como um evento esportivo, como parte de aprendizado dos filhos.
- 1.11** As crianças encaram as provas como disputa, o que faz parte de seu aprendizado.

2) ATÉ SEIS ANOS

2.1 O choro é uma forma normal de reação, ante situação desconhecida ou temida.

2.2 Evite dizer que não deve chorar. Respeite seu temor.

2.3 Nunca a engane, Fale que ela vai participar de uma brincadeira com local de largada e chegada.

3) ATÉ 12 ANOS

3.1 A corrida é um processo natural.

3.2 Quanto à sua velocidade, deixe-a procurar o ritmo dela e não o seu ritmo.

3.3 A especialização precoce não deve ser estimulada.

3.4 A responsabilidade sobre o desenvolvimento integral da criança deve estar acima das necessidades em termos de treinamento e competição.

3.5 A idade cronológica pode não estar coerente com a idade evolutiva. Podem-se ter enganos de avaliação nos resultados finais.

3.6 Crianças pesadas não devem ser desestimuladas, devem ser orientadas a outras modalidades esportivas, porém sempre necessitarão da corrida para aumentar sua resistência cárdio vascular e cárdio pulmonar.

3.7 "É tão importante crescer saudável quanto crescer inteligente", Arnold Schwarzeneger.

3.8 "Pais, não tentem reviver a sua juventude através da vida do seu filho", Dr. Kenneth Cooper, introdutor do programa de pontos para atividade física.

ORIENTAÇÃO AOS PAIS

O estímulo à atividade física é sempre bem-vindo, explica o pediatra da Unifesp Dr. Mário Bracco. "Filhos de pais ativos são seis vezes mais ativos do que filhos de sedentários." O que não é bem-vindo é o estímulo à competição. "Aí a criança vira um mini-adulto".

O hebiatra (médico de adolescentes) do Hospital das Clínicas da USP Dr. Maurício de Souza Lima, diz que a auto-cobrança dos adultos chegou até as crianças. "É preciso entender que todo esporte exige técnica e que elas não têm estrutura física nem psicológica para lidar com essa pressão".

No esporte competitivo vamos desenvolver nossas aptidões e no esporte recreativo eliminar nossas inaptidões. Dr. João Gilberto Carazato.