

REGULAMENTO GERAL CORRIDA E CAMINHADA ITAMED

1 – OBJETIVO:

Despertar o interesse dos trabalhadores e população em geral, para a prática de atividades físicas, como elemento motivador de melhoria na qualidade de vida, bem estar físico e mental.

2 – REALIZAÇÃO E ORGANIZAÇÃO:

A CORRIDA E CAMINHADA ITAMED é realizada e organizada pelo Plano de Saúde Itamed e Hospital Ministro Costa Cavalcanti.

3- DATA/LOCAL:

Será realizada no dia 15/12/2024 às 7H30, com largada e chegada na Avenida Parati, 737 - Vila A (em frete ao Centro Clínico), com qualquer condição climática.

4- PARTICIPAÇÃO:

Poderão participar das provas, atletas de ambos os sexos, de qualquer faixa etária para a caminhada de 4 km (sendo que crianças menores deverão estar acompanhadas dos pais ou responsáveis) e com idade superior ou igual a 18 anos (completos até o dia da prova) para a corrida 7 km.

5- CATEGORIAS DA PROVA:

- a) CORRIDA 7 Km
- b) CAMINHADA 4 Km

6 – INSCRIÇÕES:

As inscrições para as provas serão limitadas e deverão ser realizadas de 19/08/2024 a 06/12/2024 ou até atingir o limite de vagas, no site do Hospital (www.hmcc.com.br), do ITAMED (www.itamed.com.br) ou pelo site www.ticketagora.com.br.

REGULAMENTO GERAL CORRIDA E CAMINHADA ITAMED

O valor da inscrição será:

- ✓ Corrida Público Geral: R\$ 100,00 (cem reais) + taxa do site. Desconto de 50% automático para atletas a partir de 60 anos.
- ✓ Caminhada Público Geral: R\$ 70,00 (setenta reais) + taxa do site. Desconto de 50% automático para atletas a partir de 60 anos e crianças menores.
- ✓ Corrida Beneficiários do Plano de Saúde Itamed: R\$ 50,00 (desconto não acumulativo) + taxa do site
- ✓ Caminhada Beneficiários do Plano de Saúde Itamed: R\$ 35,00 (desconto não acumulativo) + taxa do site
- ✓ Corrida e Caminhada colaboradores do Hospital: R\$ 20,00 + taxa do site

6.1 DAS INSCRIÇÕES, LIMITE DE ATLETAS:

800 atletas.

6.2 – DAS INSCRIÇÕES, TERMO DE RESPONSABILIDADE:

Todos os participantes do evento ao fazerem a sua inscrição, estão de acordo com a declaração: "Declaro que participo do evento acima por livre e espontânea vontade, aceitando todos os itens de seu regulamento e isentando de qualquer responsabilidade os organizadores e patrocinadores, em meu nome e de meus sucessores. Declaro gozar de boa saúde e ter treinado adequadamente para o respectivo evento. Por este instrumento, cedo todos os direitos de utilização de minha imagem, inclusive com utilização de "drones", renunciando ao recebimento de qualquer renda que vier a ser auferida com direitos a televisão ou qualquer outro tipo de transmissão, para esta e próximas provas."

() **DECLARO/ ACEITO**

7 – ENTREGA DE KITS:

Os atletas com inscrição paga terá direito a um "Kit Atleta", composto de sacochila, viseira, camiseta, número de peito e chip, para corrida de 7 km e sacochila, viseira, camiseta,

REGULAMENTO GERAL CORRIDA E CAMINHADA ITAMED

número de peito, para caminhada de 4 km. Serão entregues no dia 14/12/24 das 9h00 às 17h00, no Centro Clínico, Avenida Parati nº 737, Vila A.

7.1 – DA RETIRADA DOS KITS:

Será obrigatório a apresentação de documento original com foto para a retirada dos KITS, e para beneficiários do Plano de Saúde Itamed a apresentação, além do documento com foto, a carteirinha do plano de saúde e para colaboradores do Hospital a apresentação do crachá de identificação. Será realizado entrega de KITS a terceiros, conforme apresentação de documento original com foto do participante e de quem retirará, além da carteirinha do plano de saúde ou crachá de funcionário, para os inscritos nessa categoria.

7.1.1 Não haverá entrega de Kits no dia do evento e após o evento.

7.1.2 Será disponibilizado camiseta para o evento de acordo com os tamanhos (P, M, G, GG) conforme disponibilidade, por ordem de chegada, não havendo possibilidade de troca posterior.

8 – PREMIAÇÃO:

8.1 Corrida 7Km

- a) Troféu – 1º ao 3º lugar (Geral masculino e feminino – Público geral)
- b) Troféu – 1º ao 3º lugar (Por faixa etária masculino e feminino – Público geral) – 18-29; 30-39; 40-49; 50-59; Acima de 60.
- c) Troféu – 1º ao 3º lugar (Colaboradores HMCC – geral masculino e feminino)
- d) Medalha de participação para todos os inscritos que completarem a prova e que se apresentem com a identificação do número de peito.

8.1.1 Os atletas classificados na categoria GERAL (Masculina e Feminina), não serão classificados nas faixas etárias. Isso vale para os atletas classificados na categoria GERAL (colaboradores).

REGULAMENTO GERAL CORRIDA E CAMINHADA ITAMED

8.1.2 Para efeitos de classificação por faixas etárias é considerada a idade que o atleta terá em 31 de dezembro do ano em que for realizada a prova.

8.1 Caminhada 4Km

a) Medalha de participação para todos os inscritos que completarem a prova e que apresentem-se com a identificação do número de peito.

9 – CRONOGRAMA DAS PROVAS/ HORÁRIOS LARGADA E CHEGADA:

A CORRIDA E CAMINHADA ITAMED, será realizada no dia 15/12/2024 com início às 7h30, com largada e chegada na Avenida Parati, 737 Vila A (em frete ao Centro Clínico) com qualquer condição climática.

Horário concentração dos atletas: a partir das 6h45

Abertura oficial do evento e aquecimento: 7h15

Início da Corrida 7 km: 7h30

Início da Caminhada 4 km: 7h35

Início das premiações: 9h30

Todos os atletas que irão participar, estão convidados a se apresentar com 15 minutos de antecedência do horário da largada, para participação de atividades pré-prova.

O limite máximo para conclusão da prova será de 1h30.

10– REGRAS CORRIDA 7 km:

Será desclassificado o atleta que:

- A. Não cumprir rigorosamente o percurso
- B. Dificultar a ação de outros concorrentes
- C. Apresentar durante a corrida conduta antidesportiva
- D. Pegar carona, de autos, bicicleta e similares
- E. Haverá dois pontos de hidratação durante o percurso a cada 2,5Km
- F. Os casos omissos a este regulamento serão decididos pela comissão organizadora

REGULAMENTO GERAL CORRIDA E CAMINHADA ITAMED

12 – ESTRUTURA:

A CORRIDA E CAMINHADA HMCC, garante a estrutura do evento nos seguintes itens:

- A. Segurança e apoio ao trânsito – Guarda Municipal / Polícia Militar
- B. Uma ambulância com equipe primeiros socorros
- C. Guarda volume
- D. Hidratação durante o percurso
- E. Hidratação com bebidas e frutas na chegada

13 – PERCURSO:

a) Corrida 7Km (Saída Centro Clínico)

- Avenida Parati;
- Avenida Paraná;
- Avenida Silvio Américo Sasdelli;
- Avenida Garibaldi;
- Avenida Araucária;
- Avenida Paraná;
- Avenida Parati (Chegada Centro Clínico)

b) Caminhada 4Km (Saída Centro Clínico)

- Avenida Parati;
- Avenida Brodoski;
- Avenida Silvio Américo Sasdelli;
- Avenida Hildemar Leite França;
- Avenida Araucária;
- Avenida Paraná;
- Avenida Parati (Chegada Centro Clínico)