

## **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 pela Fundação de Saúde Itaipuapy – administradora do Plano de Saúde Itamed.

### **3 – DATA/LOCAL:**

Será realizada no dia 09/11/2025 às 7h, com largada e chegada na Avenida Parati, 737 - Itaipu A (em frente ao Centro Clínico Itamed), 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 – MODALIDADES DA PROVA:**

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

### **6 – INSCRIÇÕES:**

As inscrições para as provas serão limitadas e deverão ser realizadas de 01/08/2025 a 02/11/2025 ou até atingir o limite de vagas, no site do Hospital Itamed ([www.itamed.com.br](http://www.itamed.com.br)), do Plano de Saúde Itamed ([www.planodesaude.itamed.com.br](http://www.planodesaude.itamed.com.br)) pelo site ([www.ticketsports.com.br](http://www.ticketsports.com.br)) ou presencialmente no Plano de Saúde Itamed (Avenida Gramado, 623 – Itaipu A).

O valor da inscrição será de R\$ 120,00 para Corrida 7 km e R\$ 80,00 para Caminhada 4 Km. Segue critérios de desconto:

- ✓ Corrida - Público Geral: R\$ 120,00 (cento e vinte reais) + taxa do site (para inscrições online). Os primeiros 100 inscritos terão desconto de 30%, após o preenchimento das vagas será cobrado valor integral. E desconto de 50% automático para atletas a partir de 60 anos. (Desconto não acumulativo).
- ✓ Caminhada - Público Geral: R\$ 80,00 (oitenta reais) + taxa do site (para inscrições online). Os primeiros 20 inscritos terão desconto de 30%, após o preenchimento das vagas será cobrado valor integral. E desconto de 50% automático para atletas a partir de 60 anos e crianças menores. (Desconto não acumulativo).
- ✓ Corrida - Beneficiários do Plano de Saúde Itamed: 50% de desconto (desconto não acumulativo) + taxa do site (para inscrições online).
- ✓ Caminhada - Beneficiários do Plano de Saúde Itamed: 50% de desconto (desconto não acumulativo) + taxa do site (para inscrições online).
- ✓ Corrida - Colaboradores Itamed: R\$ 30,00 + taxa do site (para inscrições realizadas online).
- ✓ Caminhada - Colaboradores Itamed: R\$ 20,00 + taxa do site (para inscrições realizadas online).

#### **6.1 DAS INSCRIÇÕES, LIMITE DE ATLETAS:**

700 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, camiseta com proteção UV, número de peito e chip, para corrida de 7 km, e sacochila, camiseta com proteção UV, número de peito, para caminhada de 4 km. Serão entregues no dia 08/11/2025 das 9h00 às 17h00, no Centro Clínico Itamed (Avenida Parati, 737 - Itaipu A).

### **7.1 – DA RETIRADA DOS KITS:**

Será obrigatório a apresentação de documento original com foto para a retirada dos KITS. Para beneficiários do Plano de Saúde Itamed a apresentação, além do documento com foto, da carteirinha do plano de saúde. Para colaboradores Itamed 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, XG) conforme disponibilidade durante a entrega dos kits, não havendo possibilidade de troca posterior.

## **8 – PREMIAÇÃO:**

### **8.1 Corrida 7Km**

- a) Troféu – 1º ao 5º 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 Itamed – geral masculino e feminino)
- d) Troféu - 1º ao 3º lugar (Categoria PCD – geral masculino e feminino)

- e) 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 também vale para os atletas classificados na categoria COLABORADORES 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.

## **8.2 Caminhada 4Km**

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

## **9 – CRONOGRAMA DAS PROVAS/ HORÁRIOS LARGADA E CHEGADA:**

A CORRIDA E CAMINHADA ITAMED, será realizada no dia 09/11/2025 com início às 7h, com largada e chegada na Avenida Parati, 737 - Itaipu A (em frente ao Centro Clínico Itamed) com qualquer condição climática.

- Horário concentração dos atletas: a partir das 6h15
- Abertura oficial do evento e aquecimento: 6h45
- Início da Corrida 7 km: 7h
- Início da Caminhada 4 km: 7h05
- Início das premiações: 9h

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

## **11 – ESTRUTURA:**

A CORRIDA E CAMINHADA ITAMED, 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

## **12 – PERCURSO:**

### **a) Corrida 7Km (Saída: Centro Clínico Itamed)**

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

### **b) Caminhada 4Km (Saída: Centro Clínico Itamed)**

- Avenida Parati;
- Avenida Brodoski;
- Avenida Silvio Américo Sasdelli;
- Avenida Hildemar Leite França;
- Avenida Araucária;

- Avenida Paraná;
- Avenida Parati (Chegada: Centro Clínico Itamed)