

## **- DA PROVA**

1.1. A Prova Pedestre 30K PRAIA GRANDE, doravante denominada evento presencial, será realizada, nos dias 22 março 2026, na cidade de PRAIA GRANDE (SP), sob qualquer que seja a condição climática, com participação de pessoas de ambos os sexos, devidamente inscritas, doravante denominadas ATLETAS.

1.2. A 30K PG será disputada em 2026 nas categorias GERAL MASCULINO, GERAL FEMININO, nas distâncias de:

Kids, caminhada 3 km, corrida 7 km, corrida 14 km  
corrida 21 km, corrida 30 km

1.3. A CORRIDA, cujo percurso TOTALMENTE ASFALTO e terá o seu ponto de LARGADA e de CHEGADA na beira da praia Avenida Presidente Castelo Branco ao lado da Piscina Municipal Mirim, entre as praias Maracanã e Mirim.

1.4. A CORRIDA terá início as LARGADA:

Largada em pelotão de acordo com as modalidades:

30 km – 5h00

21 km – 5h30

14km – 6h00

7km - PCD e caminhada – 8h00

Horários podem ser alterados de acordo com a organização

1.5. Esse evento tem a organização feita pela SBS SPORTS / PROEESP e Apoio da Prefeitura Municipal de Praia Grande.

## **2 – DAS INSCRIÇÕES E SEUS VALORES E PRAZOS**

2.1. As inscrições serão feitas VIA INTERNET no site runff.com.br e outros sites , para todos os ATLETAS e EQUIPES. Sendo que as equipes com o mínimo de 10 (dez) atletas antes da efetivação da inscrição, terão a vantagem de optar por fazer diretamente junto a PROEESP e receber um cupom de desconto, enviando e-mail para faleconosco@proeesp.com.br.

2.1.2. Na Categoria acima de 60 anos terá um desconto de 50%, com inscrição diretamente no site.

Na categoria PCD deverá enviar atestado médico para email [faleconosco@proeesp.com.br](mailto:faleconosco@proeesp.com.br), para receber cupom de desconto de 50%.

Será disponibilizado uma porcentagem de inscritos para essas vagas.

2.1.3 Será cobrado de todos os inscritos o valor da taxa de serviço do site de inscrição online.

LOTE 1 Até 31/12

LOTE 2 Até 05/01

LOTE 3 Até 09/02

LOTE 4 Até 05/03

### **3 – DAS FORMAS E DOS LOCAIS DE INSCRIÇÃO**

3.1. Pela INTERNET, em vários sites de inscrição , até 15/03/2026;

3.2. A ORGANIZAÇÃO poderá a qualquer tempo suspender ou prorrogar prazos ou ainda adicionar ou limitar o número de inscrições do EVENTO em função de necessidades/disponibilidades técnicas/estruturais sem prévio aviso.

3.3 – Todas as inscrições realizadas depois do dia 10 março, não terão seu nome impresso no número de peito.

### **4 – DOS PROCEDIMENTOS PARA A INSCRIÇÃO**

4.1. Procedimentos Inscrição Presencial excepcional e Via Internet:

- a) Preencha corretamente e por completo sua ficha de inscrição.
- b) Efetuar o pagamento (via boleto, PIX ou cartão de crédito).
- c) O valor e a data de sua inscrição serão considerados a partir da data da efetivação do PAGAMENTO ou aprovação dos dados, NÃO da data de preenchimento da ficha.
- d) O COMPROVANTE DE PAGAMENTO é um documento único, não tendo a ORGANIZAÇÃO nenhuma cópia sua .
- e) No ato da inscrição, ao concordar com o regulamento, assinalando a opção apresentada no sistema on-line, o participante aceita todos os seus termos e assume

total responsabilidade por sua participação no evento.

## **5- KIT DE PARTICIPAÇÃO**

5.1. Ao fazer a sua inscrição e pagar a respectiva taxa o ATLETA está ativando sua participação no EVENTO com direito de acesso e uso de toda a infraestrutura de apoio descrita neste regulamento.

5.2. O Kit de participação do evento, vinculado a taxa de inscrição é composto de:

Kit básico com camiseta:

- a) Número de Peito de uso obrigatório e intransferível;
- b) Chip de cronometragem (descartável ou retornável). Caminhada será feita sem Chip.
- c) Frutas na chegada
- d) Medalhas a todos os participantes
- e) Bag
- f) Hidratação na chegada e no trajeto
- g) Seguro
- h)Camiseta

OBS.12 - A Camiseta FINISHER REGATA será vendida por R\$ 50,00 (cinquenta reais).

5.3. Haverá entrega de kit de participação no dia do EVENTO ( domingo ) por uma empresa terceirizada das 3h00 as 4h00, SOMENTE para os atletas que pagaram taxa extra no valor de R\$ 50,00 pelo site de inscrição.

### **5.4 Tamanho das Camisetas:**

tamanho baby look M

tamanho P

tamanho M

tamanho G

tamanho GG

As camisetas exclusivamente no dia do evento serão entregues de ACORDO COM ESTOQUE E DISPONIBILIDADE.

**5.5 Cores das Camisetas:**

FINISHER = amarelo flúor

DOMINGO = amarelo flúor

**6 - RETIRADA DE KIT DE IDENTIFICAÇÃO E CHIP**

a) A entrega do Kit será feita nos dias 20,21 março em locais com horários a serem definidos:

20/03 - Sexta-feira

21/03 - Sábado

22/03 – Domingo 3:00h às 5:00 EXCLUSIVO para o inscrito que pagou a taxa no site de R\$ 50,00

b) Não serão entregues Kits após o horário estipulado.

c) Para retirar o Kit do ATLETA, é necessário apresentar o documento de identidade e o original do COMPROVANTE DE INSCRIÇÃO, sendo certo que, em hipótese alguma, suas cópias serão aceitas.

d) Esses comprovantes não serão retidos na entrega do Kit e serão carimbados para constatação da entrega do kit.

e) Com o Kit, o ATLETA recebe um BAG, NÚMERO DE PEITO, CHIP, CAMISETA e etc...

f) Quando da retirada do número de peito, o ATLETA deverá conferir seus dados pessoais.

g) Não serão aceitas reclamações cadastrais após a retirada do número de peito.

h) Poderão ser retirado os KIT por outra pessoa maior responsável, desde que, seja apresentado autorização do ATLETA assinada ( vide modelo ) contendo seu Nome, CPF, e apresentar com o comprovante de Inscrição / Pagamento.

i) A organizadora não se responsabiliza por uso incorreto e/ou dano causado a este

dispositivo caso o seu tempo não seja registrado. POR SER UM SISTEMA ELETRONICO É PASSÍVEL DE FALHA.

- j) O uso do chip é OBRIGATÓRIO e intransferível aos ATLETAS que o receberem, acarretando a desclassificação do ATLETA que não o utilizar ou eventualmente ficar constatado o uso inadequado.
  - m) o serviço de empréstimo de chip de cronometragem, elaboração, fornecimento de resultados e/ou divulgação e publicação dos mesmos, o participante fica ciente de que a responsabilidade do correto uso do chip e instalação em seu corpo / vestuário é de sua exclusiva responsabilidade, bem como a passagem no tapete de captação de dados instalado, pois se tratam de equipamentos eletrônicos, e os mesmos podem sofrer algum tipo de interferência e/ou perda de informações, ficando isenta a PROEESP e realizadores do fornecimento dos mesmos.
- n) HAVERÁ ENTREGA NO DIA DO EVENTO, a organização disponibilizará uma empresa terceirizada, somente para quem pagou a taxa na inscrição no valor de R\$ 50,00.**
- MUDANCA DE DISTÂNCIA e TITULARIDADE somente através de envio de e-mail para faleconosco@proeesp.com.br
- Mudança de distância ou titularidade até o dia 05 março será cobrado uma taxa de R\$ 30,00 (trinta reais), mais a diferença entre o valor pago e o lote atual.
- A partir de 06 março não serão aceitas mudanças de distancias ou titularidade.

## **7 - DAS REGRAS GERAIS DO EVENTO**

7.1. Ao participar da CORRIDA, o ATLETA assume total responsabilidade pelos dados fornecidos, aceita totalmente este REGULAMENTO, assume despesas de transporte, hospedagem e alimentação, seguros e quaisquer outras despesas necessárias ou provenientes da sua participação antes, durante e após o seu término.

7.2. Ao participar deste EVENTO, o ATLETA cede todos os direitos de utilização de sua imagem (FOTO, FILMAGEM TERRESTRE E AEREA - drone), inclusive direito de arena, renunciando ao recebimento de qualquer renda que vier a ser auferida com direitos a televisão ou qualquer outro tipo de transmissão e/ ou divulgação, promoções, Internet e qualquer mídia em qualquer tempo.

7.3. Haverá atendimento emergencial aos atletas e serviço ambulâncias para remoção, uma acompanhando o último colocado e a outra fixada na largada. Uma delas haverá um médico de plantão responsável.

7.3.1. Após a remoção a continuidade do atendimento será efetuada na REDE PÚBLICA sob responsabilidade desta.

7.4. O ATLETA, ou o seu acompanhante responsável, poderá se decidir por outro sistema de atendimento médico (remoção/transferência de hospital, serviço de emergência e

médico, entre outros) eximindo a PROEESP de qualquer responsabilidade, direta ou indireta sobre as consequências desta decisão.

7.5. A segurança do EVENTO receberá apoio dos órgãos públicos competentes e haverá monitores para a orientação dos participantes, contudo cada atleta deve ser responsável pela sua trajetória e segurança, haja visto, que todo o percurso é compartilhado com carros e motos.

7.6. Serão colocados à disposição dos ATLETAS inscritos sanitários, guarda volumes (como cortesia), localizados próximos aos pontos de LARGADA e CHEGADA e no special point.

7.6.1 A organizadora não recomenda que sejam deixados valores no guarda volumes, tais como relógios, roupas e acessórios de alto valor, equipamentos eletrônicos, celulares, chaves e etc... A PROEESP não se responsabiliza por qualquer objeto deixado no guarda volumes, uma vez que se trata de um mero serviço de cortesia da prova.

7.7. É recomendável rigorosa avaliação médica e de condicionamento físico, com a realização, inclusive, de teste ergométrico prévio para todos os ATLETAS, sob responsabilidade e ônus do atleta.

7.8. Qualquer reclamação sobre o resultado OFICIAL da competição deverá ser feita dentro do prazo máximo de 3 dias, após a sua primeira publicação, e através da única fonte oficial de contato, que é o Fale Conosco no site do EVENTO, devendo o reclamante informar o seu nome, o endereço, telefone e a categoria em que concorreu, bem com descrever os fatos ocorridos.

8.0. O ATLETA que deixar de atender as regras descritas neste REGULAMENTO, ou que, por omissão, deixar de comunicar, por escrito e com protocolo de recebimento, qualquer impedimento de sua parte, poderá, a qualquer tempo, ser retirado e/ou desclassificado do EVENTO.

8.1. Não haverá devolução do valor da inscrição em caso de desistência ou não comparecimento por qualquer motivo, independente da retirada do kit da prova. NÃO HAVERÁ DEVOLUÇÃO DO VALOR DA INSCRIÇÃO após 01 março , salvo conforme Lei vigente, quando da aquisição dentro dos 7 (SETE) DIAS APÓS A EFETIVACAO DA COMPRA.

8.2. Ao se inscrever no EVENTO o ATLETA disponibiliza seus dados e autoriza aos ORGANIZADORES, PATROCINADORES, APOIADORES, REALIZADORES E PARCEIROS, para que a qualquer tempo enviem em seu nome, no endereço eletrônico ou físico, ou qualquer outro fornecido, informativos, mala direta ou qualquer outro tipo de correspondência.

8.3. O NÚMERO DE PEITO deverá ser afixado na parte frontal de sua camiseta.

8.4. É OBRIGATÓRIO o uso do NÚMERO DE PEITO fixado na CAMISETA, sendo que qualquer mutilação ou má visualização de tal número implicará na desclassificação do

ATLETA, ou na sua retirada, pelos fiscais do EVENTO.

8.4.1. O posicionamento escolhido pelo ATLETA nos locais de LARGADA, disponíveis no evento ou disponibilizados pela ORGANIZAÇÃO é de sua única e exclusiva responsabilidade se posicionar no momento da largada. A organização poderá desclassificar quem largar fora do seu pace ou local designado.

8.5. A ORGANIZAÇÃO se reserva o direito de alterar qualquer dos itens deste regulamento sem prévio aviso, conforme as necessidades do EVENTO informando estas alterações no site <http://www.RUNFF.com.br> no final do regulamento.

8.6. Não é permitida a cobertura fotográfica do evento por indivíduos não contratados pela organização, sendo vedado para esses indivíduos à comercialização de tais fotos. A comercialização das fotos é única e exclusivamente dos organizadores, realizadores e patrocinadores da prova. Caso ocorra a venda por terceiros não autorizados pela organização, será cobrada multa no valor equivalente ao recebido dos patrocinadores principais.

O EVENTO terá duração máxima de:

DOMINGO = 1h30 (7km) – 3h00 (14 km) - 4h00 ( 21 km) e 5h00 para a distância dos 30 km (cut off).

O ATLETA que não estiver dentro do tempo projetado, em qualquer ponto do percurso, poderá ser convidado a se retirar da competição, finalizando a prova neste ponto, a partir do qual a ORGANIZAÇÃO não será mais responsável por qualquer tipo de serviço ou apoio.

## **9 - REGRAS ESPECÍFICAS**

9.1. A idade mínima exigida para a participação de acordo com as normas da CBAT nos 7 km é de 14 anos,  
14 km é de 16 anos,  
21km/30km é de 18 anos,

9.2. Para a participação na categoria Caminhada a idade é livre.

9.3. O ATLETA deverá observar o trajeto, não sendo permitido qualquer meio auxiliar para alcançar qualquer tipo de vantagem, desviando-se do trajeto da maioria dos atletas.

9.4. É proibido o auxílio de terceiros, bem como o uso de qualquer recurso tecnológico sem prévia autorização, por escrito, da ORGANIZAÇÃO.

9.5. O ATLETA assume no ATO DA INSCRIÇÃO que é convedor de seu estado de saúde e capacidade atlética, assim como também assume estar apto e ter treinado adequadamente para o EVENTO.

9.6 É LIBERADO o uso de FONE DE OUVIDO para todos os inscritos. desde que entreguem assinado o Termo de Isenção de Responsabilidade pelo uso de FONE DE OUVIDO na retirada do kit , isentando a organização pelo uso indevido de aparelho eletrônico e dispensando o acionamento do seguro atleta.

## **9.7 EQUIPES**

Equipes com mais de 10 atletas receberão desconto de 10%

A organização facilitará para equipes, assessorias ou grupos de amigos que queiram serviço de concierge (facilidade) prestando aluguel:

- a – Aluguel de tenda 3x3 ou 5x5
- b – Aluguel de banheiro químico
- c – Gradil de Isolamento
- d – Staff
- e – Gelo
- f – Caixa de copinho água com 48 unidades
- g – Frutas – maçã e banana

## **10 – DAS DIVERSAS CLASSIFICAÇÕES**

10.1. Os ATLETAS serão divididos em: Categoria Geral – masculina e feminina (todos os inscritos) e dividido em masculino e feminino para as corridas – 7 km - 14 km - 21 km e 30 km.

## **11 – PREMIAÇÃO GERAL**

Os 03 (três) primeiros colocados na CATEGORIA GERAL – masculina e feminina receberão troféus nas distâncias 7km, 14km, 21km e 30km.

O ATLETA que completar o EVENTO dentro do tempo máximo previsto, em todas as categorias, receberá uma medalha de participação.

## **12 – PREMIAÇÃO CATEGORIA IDADE**

12.1. Os 3 (três) primeiros colocados na CATEGORIA faixa etária dos 7km-14km - 21km e 30km – masculina e feminina receberão MINI troféus ; a seguir

**De 16 a 29 anos**

**De 30 a 39 anos**

**De 40 a 49 anos**

**De 50 a 59 anos**

**Acima de 60 anos**

12.2. Serão premiados as 3 maiores equipes .

12.3 Quando fornecidos por parte da ORGANIZAÇÃO, os resultados oficiais serão divulgados no site oficial do EVENTO, com objetivo de ser divulgado até 72hs após o seu término.

12.4. Os ATLETAS que não estiverem presentes na entrega do prêmio a que fez jus no dia do EVENTO, podendo ser até as 12hs perderão o direito de requerer o troféu no evento.

No caso de solicitarem após o dia 23 março, será cobrado a taxa de remessa por sedex mais taxa de serviço de R\$ 60,00 ( sessenta reais ).

12.5. Para subir ao podium e receber o troféu o atleta tem que apresentar documento com foto no momento que antecede

### **13 - DA SUSPENSÃO, ADIAMENTO E CANCELAMENTO DO EVENTO ESPORTIVO**

13.1 - A Comissão Organizadora, primando pela segurança dos atletas, poderá determinar a suspensão da corrida, iniciada ou não, por questões de segurança pública, vandalismo, climáticas e/ou motivos de força maior. Sendo suspensa a corrida, por qualquer um destes motivos, esta será considerada realizada e não haverá designação de nova data para realização da corrida.

13.2 - Os(as) atletas ficam cientes que deverão assumir, no ato da inscrição, todos os riscos e danos da eventual suspensão da corrida (iniciada ou não) por questões de segurança pública, vandalismo, climáticas e/ou motivos de força maior, não gerando qualquer responsabilidade para a empresa organizadora.

13.3 - Na hipótese de suspensão do evento esportivo NÃO haverá devolução do valor de inscrição.

13.4 - A corrida poderá ser adiada ou cancelada a critério da empresa organizadora, sendo comunicando aos inscritos está decisão por e-mail, redes sociais e pelo site oficial de inscrições da corrida.

## **14 - DISPOSIÇÕES FINAIS**

14.1. A ORGANIZAÇÃO poderá, a seu critério ou conforme as necessidades do EVENTO, incluir ou alterar este REGULAMENTO, total ou parcialmente a qualquer momento que entender necessário.

14.2. As dúvidas ou omissões deste REGULAMENTO serão dirimidas pela Comissão ORGANIZADORA de forma soberana, não cabendo recurso a estas decisões.

Sorocaba (SP) 4 dezembro 2025

DIRETOR GERAL

SBS SPORTS