

## REGULAMENTO GERAL

# I CORRIDA INTERNACIONAL QUARAÍ / ARTIGAS

### 1. OBJETIVO:

- 1.1 Promover o bem-estar social e a qualidade de vida dos participantes através de atividades esportivas.
- 1.2 Promover a integração e a socialização dos participantes, através da prática da corrida;
- 1.3 Incentivar a prática esportiva promovendo saúde;
- 1.4 Desenvolver nos participantes o companheirismo, o respeito às regras e a vivência da cidadania através de uma atividade de lazer;
- 1.5 Realizar a manutenção e promoção da qualidade de vida dos praticantes da corrida;
- 1.6 Difundir a visibilidade do município a nível regional.

### 2. PÚBLICO ALVO:

- 2.1 Comunidade em geral.

### 3. PROGRAMAÇÃO:

#### 3.1 LOCAL

Quaraí - Rio Grande do Sul  
Concentração, largada e chegada: Praça Central de Quaraí.

#### 3.2 DATA E HORÁRIO DO EVENTO

**QUARTA-FEIRA – 27 de novembro de 2019.**

**19h00 às 19h45min:** Retirada do número no local do evento

**19h30min às 19h50:** Sorteio de brindes

**20h00:** Largada oficial

#### 3.3 CATEGORIAS

##### MASCULINO / FEMININO - INFANTIL

FAIXA ETÁRIA
7 AOS 9 anos – 500 metros
10 aos 12 anos – 1 km
12 aos 15 anos – 1,500 metros

##### MASCULINO / FEMININO – ADULTO – 5,2 KM

FAIXA ETÁRIA
16 aos 20 anos
21 aos 24 anos
25 aos 29 anos
30 aos 34 anos
35 aos 39 anos
40 aos 44 anos
45 aos 49 anos
50 aos 54 anos
55 aos 59 anos
Mais de 60 anos

## 4. INSCRIÇÕES E PREMIAÇÃO

4.1 As inscrições disponíveis no site: <https://www.sesc-rs.com.br/esporte>.

4.2 PRAZO LIMITE para inscrições é na segunda-feira (dia 25 de novembro) às 18h;

4.3 As inscrições são limitadas para 200 atletas;

O ATLETA poderá:

1º) optar por pagamento online através de Cartão de Crédito;

2º) optar pelo pagamento em qualquer Unidade Sesc/RS;

Premiação: de 1º a 3º no geral e em cada categoria com medalhas.

## Valor

Valor da inscrição: R\$ 15,00 - Adulto

Valor da inscrição : R\$ 5,00 - Infantil

## 5. IMPORTANTE: SAÚDE

Para participar, os atletas devem estar em boa forma física. Sua saúde e bem-estar são de fundamental importância. Faça uma avaliação médica, procure um profissional para verificar sua aptidão física. Todos os participantes deverão estar em dia com seus exames médicos, pois a organização não se responsabilizará pela saúde dos mesmos.

Em caso de apresentação de quadro clínico de risco, o participante que for atendido por médico da equipe do evento deverá acatar as orientações do profissional. O coordenador da atividade poderá, seguindo recomendação do médico ou enfermeiro responsável pelo evento, excluir o participante a qualquer momento. Será disponibilizado um serviço de ambulância UTI para atendimento emergencial aos atletas e remoção aos hospitais da rede pública de saúde.

O participante ou seu acompanhante poderá decidir pela remoção ou transferência para hospitais da rede privada de saúde, eximindo a Comissão Organizadora de qualquer responsabilidade ou reembolso pelas despesas decorrentes do atendimento médico.

## 6. REGULAMENTO ESPECÍFICO

6.1 CONDUTA NA LARGADA:

- O participante deverá se apresentar rigorosamente no horário de largada;
- O participante deverá se apresentar com o número de identificação visível no peito;

6.2 CONDUTA NO PERCURSO:

- Respeite sempre os companheiros, manobras desleais contra outro corredor, tumultuar o trabalho da organização e desrespeitar os organizadores resultará em suspensão do participante;
- O competidor deverá respeitar as marcações de trajeto do início ao fim do percurso;
- **O evento acontece com qualquer situação climática;**
- Caso o participante desejar ter seu próprio carro de apoio deverá comunicar antecipadamente a organização. Assim sendo, este veículo deverá se manter sempre atrás do carro vassoura do evento;
- Em caso de desistência de participação no evento, antes ou durante, não será devolvido o valor da inscrição e também não será possível transferir o valor para outro evento promovido pelo SESC.

O evento contará com dois pontos de hidratação e fornecimento de frutas na chegada.