



REGULAMENTO

UNIDADE SESC LAJEADO

DESAFIO SESC DE CORRIDA E CAMINHADA

Sumário

CAPÍTULO I – DA ORGANIZAÇÃO	2
CAPÍTULO II - DOS OBJETIVOS:	2
CAPÍTULO III - DA COORDENAÇÃO	3
CAPÍTULO IV - DESAFIO	3
CAPÍTULO V - DAS INSCRIÇÕES	5
CAPÍTULO VII – DA PREMIAÇÃO e KIT ATLETA	5
CAPÍTULO VIII – DISPOSIÇÕES FINAIS	6

Realização



Apoio



CAPÍTULO I – DA ORGANIZAÇÃO

Art. 1 - Este regulamento é o conjunto das disposições que regem a realização do Desafio, constituído por eventos de carácter não competitivo que buscam a promoção do lazer ativo e a contemplação da natureza e cultura de diferentes localidades do Estado.

Art. 2 - O Desafio é promovido pelo Sesc Lajeado.

CAPÍTULO II - DOS OBJETIVOS:

Art. 3 - O Objetivo do evento consiste em motivar e incentivar cada atleta, independentemente de ser profissional, amador ou iniciante, a concluírem com êxito suas metas durante os meses do desafio; sendo assim não incentivamos a disputa ou concorrência entre atletas, pois o objetivo final é concluir o desafio dentro do prazo estabelecido;

Art. 4 – Objetivos Específicos:

- Proporcionar experiências diferenciadas de Lazer, destacando as práticas físicas em meio à natureza;
- Possibilitar que pessoas de diversas idades e diferentes níveis de condicionamento físico possam estar no mesmo evento esportivo;
- Promover a socialização através de atividades esportivas e de Turismo Social;
- Ampliar a discussão sobre novos modelos de eventos esportivos, onde a competição dá lugar à participação e aspectos afetivos e experienciais constituem a base das ações ofertadas à comunidade.

CAPÍTULO III - DA COORDENAÇÃO

Art. 5 - A coordenação geral do Desafio é o órgão máximo durante a realização do evento, tendo como membros, os seguintes colaboradores da Unidade do SESC Lajeado:

- Técnico em Esporte e Lazer da Unidade;
- Sub gerente da Unidade;
- Gerente da Unidade;

Art. 6 - Compete à coordenação geral:

- Coordenar a execução do evento;
- Decidir sobre questões próprias da administração e da organização desportiva e cultural, bem como da aplicação do regulamento.

CAPÍTULO IV - DESAFIO

Art. 7 – O Desafio Sesc de Corrida e Caminhada, consiste em um desafio de 3 meses, cada mês terá uma simbologia diferente para conscientização das campanhas mencionadas. O participante poderá optar em quais meses ele deseja participar. A cada mês de inscrição o inscrito terá direito a um kit atleta diferente, e a cada kit atleta também compõe uma das porções da mandala, para ao fim dos três meses a mandala se complete.

O Desafio terá seu início às 00h01 do dia 01 de Junho de 2021, até as 23h59 do dia 31 de Agosto de 2021, sendo dividido ao fim de cada mês dentro deste período (conforme cronograma abaixo), será em locais públicos ou privados e rotas de livre escolha do participante sendo de livre escolha se o local será pavimentado ou não, a ser percorrido, o horário também é de escolha do atleta, lembrando que deve-se evitar grupos ou aglomerações, respeitando-se as limitados e legislações locais de cada praça em que for praticada a atividade esportiva, lembrando-se da obrigatoriedade do uso de máscaras em locais determinados de acordo com a situação de Pandemia em que se encontra nosso País.

Observação: Corrida indoor e em esteira também serão aceitos, desde que comprovados com foto do odômetro* (*Imagem com data e distância percorrida).

Datas para realização do desafio

Junho Vermelho – de 01/06 a 30/06

Julho Verde – de 01/07 a 31/07

Agosto Lilás – 01/08 a 31/08

Art. 8 - O desafio consiste em:

Caminhada: percorrer 30km, 50km, 100km, 150km, 200km ou 250km em cada período mencionado acima no Art. 7.

Corrida: percorrer 30km, 50km, 100km, 150km, 200km ou 250km em cada período mencionado acima no Art. 7.

Art 9 - O participante deverá realizar uma captura da tela onde tem o registro de sua atividade, independente do aplicativo utilizado. Atenção o tipo de atividade tem que ser “Corrida” e “Caminhada”.

§ Também serão aceitas atividades realizadas em Esteiras e/ ou em espaços indoor.

Observação: Caso o participante não tem perfil em nenhum aplicativo, o mesmo deverá realizar uma captura da tela do odômetro, com os dados de distância e data, pois o desafio tem um período específico a ser realizado;

Art. 10 – O participante que concluir o desafio deverá enviar para o e-mail: crauber@sescrs.com.br o print/ captura das atividades para a comprovação de conclusão do mesmo;

Art 11 – Seguir o Sesc no Facebook e Instagram.

Art 12 – Nas atividades postadas, mencionar o perfil [@sesc.lajeado](https://www.instagram.com/sesc.lajeado), e marcar a hashtag #DesafioSescDeCorridaLajeado #DesafioSescDeCaminhadaLajeado

CAPÍTULO V - DAS INSCRIÇÕES

Art. 13 – As inscrições serão na Unidade no Sesc Lajeado e no site do Sesc/RS <https://www.sesc-rs.com.br/esporte/ciclismo> (valor de R\$25,00), conforme cronograma abaixo:

- Junho Vermelho - 15/05 a 10/06
- Julho Verde - 15/05 a 10/07
- Agosto Lilás – 15/05 a 10/08

CAPÍTULO VII – DA PREMIAÇÃO e KIT ATLETA

Art. 14 - A cada inscrição o participante terá direito ao seguinte kit atleta:

JUNHO VERMELHO - EU DOU SANGUE

- Camiseta do evento
- Boné Sesc
- Certificado digital
- Porção VERMELHA da mandala

JULHO VERDE - PREVENÇÃO DO CÂNCER DE CABEÇA E PESCOÇO

- Mochila Saco personalizada
- Máscara personalizada ciclismo
- Certificado digital
- Porção VERDE da mandala

AGOSTO LILÁS – COMBATE A VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER

- Squeeze personalizada
- Meia personalizada
- Certificado digital
- Porção LILÁS da mandala

- Os kits poderão ser retirados pelo inscrito na Unidade do Sesc Lajeado e/ou na Unidade Sesc mais próximo, após o último dia de realização ao fechamento de cada mês. Organização combinará com o participante.

- Será fornecido um certificado para o inscrito que concluir seu desafio, o qual será enviado para o e-mail cadastrado na inscrição do Desafio.

CAPÍTULO VIII – DISPOSIÇÕES FINAIS

Art. 15 - Avaliação e identificação de Riscos: por se tratar de uma prática esportiva, em grupo ou individual, os participantes devem reconhecer os riscos inerentes à modalidade esportiva de Corrida. Os riscos podem ser advindos de vários fatores como: terreno, clima, ambientais, equipamentos, técnicos, segurança pública, estado das vias e entre outros. Todos aqueles que praticam a corrida estão sujeitos aos riscos de acidentes. Por isso é tão importante a atenção redobrada. Os riscos de acidentes nas atividades envolvidas são significativos e envolvem possibilidade de luxações, fraturas e acidentes com risco, é muito importante cuidar da sua saúde, quanto a busca de um médico que possa promover uma avaliação física é algo muito bem recomendado. Seguir as regras de trânsito e da modalidade, equipamentos adequados, boa conduta e disciplina são fatores que podem reduzir os perigos e riscos de uma série de possíveis danos físicos. Portanto, é de suma importância o reconhecimento do participante de assumir livremente todos os riscos ao participar do Desafio Sesc de Corrida e Caminhada. Por não se tratar de um evento presencial, não há pontos de concentração oficial, carros de apoio, alimentação de percurso em áreas próprias, veículos com equipe de socorro, nem quaisquer outros dispositivos inerentes aos eventos. Trata-se de desafio pessoal, facultativo, por adesão, com montagem de rotas e programação própria dos participantes, cabendo a esses a montagem do seu esquema de segurança e alimentação.

Art. 16 - Ao participar do evento, o inscrito estará concordando com as condições estipuladas neste regulamento e atesta que estará em perfeitas condições física e de saúde para participar do pedal;

Art. 17 - A organização do evento reserva-se o direito exclusivo de utilizar fotos e filmagens oficiais do pedal, com imagens dos participantes;

Art. 18 - A organização do Desafio não oferece nenhum tipo de seguro de acidentes ou de vida, nem seguros de responsabilidade civil, não tendo responsabilidades sobre os equipamentos usados para a prática esportiva; sendo os riscos inerentes a prática de atividade esportiva de responsabilidade do atleta.

Art. 19 - Os casos omissos serão resolvidos pela comissão organizadora do evento.