

# MEGARACE – CORRIDA DE OBSTÁCULOS

## 7ª EDIÇÃO

### ESTRELA – RS

#### REGULAMENTO

##### SUMÁRIO:

1. OBJETIVO: .....	2
2. PÚBLICO ALVO: .....	2
3. PROGRAMAÇÃO: .....	2
4. INSCRIÇÕES: .....	4
5. PREMIAÇÃO: .....	5
6. DIREITOS E DEVERES DOS PARTICIPANTES .....	6
7. DIREITOS E DEVERES DA ORGANIZAÇÃO .....	7
8. REGULAMENTO ESPECÍFICO .....	8
9. INFORMATIVOS:.....	9
10. ATIVIDADES .....	10
11. APELAÇÃO/PROTESTO:.....	10
12. PERCURSO DA PROVA .....	10
13. CLASSIFICAÇÃO .....	11
14. GASTRONOMIA.....	12
15. DISPOSIÇÕES FINAIS.....	12
REALIZAÇÃO:.....	12

## **1. OBJETIVO:**

a) A corrida tem como objetivo aproximar os atletas dos quatro elementos da vida: Água, Terra, Ar e Fogo e em cima destes componentes as etapas serão criadas. Trata-se de uma prova com obstáculos inusitados em meio à natureza, onde seu percurso terá vários níveis de dificuldade.

b) Esta aventura colocará a prova às capacidades físicas, psicológicas e o trabalho em equipe dos esportistas. A MegaRace - Corrida com obstáculos uma é prova para pessoas que desejam testar e superar seus próprios limites.

## **2. PÚBLICO ALVO:**

a) Comunidade em geral.

## **3. PROGRAMAÇÃO:**

### **3.1 LOCAL**

**Estrela - Rio Grande do Sul**

**Concentração, largada e chegada:** Sítio Moinhos do Campo, localizado entre os municípios de Estrela e Bom Retiro do Sul. O melhor acesso é via BR 386, ingressando no trevo de acesso a Bom Retiro do Sul na RS 128. [CLIQUE AQUI PARA VER O MAPA](#)

### **3.2 DATA E HORÁRIOS DO EVENTO**

**28 de novembro de 2020 (sábado) – 10h às 16h:** Retirada do kit atleta na MegaRace Centro Fitness (Rua Roberto Fridolino Kolling, 140 – Florestal)

**29 de novembro de 2020 (domingo) – 7h às 8h15:** Retirada do “kit atleta” na secretaria do evento.

### **3.3 CRONOGRAMA**

**29 de novembro de 2020**

**8h15:** Reunião técnica e aquecimento

**8h30:** Previsão de início das largadas

Obs.: O tempo de largada entre uma bateria e outra será avaliada no dia do evento pela organização, visando reduzir a aglomeração de participantes nos obstáculos.

- **1ª largada** - 10 km Individual Elite (COMPETIÇÃO)
- **2ª largada** - 10 km Quarteto Misto Elite (COMPETIÇÃO)
- **3ª largada** - 6 km Individual Elite (COMPETIÇÃO)
- **4ª largada** - 6 km Quarteto Misto Elite (COMPETIÇÃO)
- **5ª largada** - 6 km individual (Participação)
- **6ª largada** - 6 km Quarteto Misto (Participação)
- **7ª largada** - Categoria KIDS após o término da prova adulta

Premiação prevista para as 11h30.

Encerramento do evento: 16h.

### **3.4 CATEGORIAS:**

Para efeito de inscrição da competição valerá a idade que o atleta tiver no dia 31/12/2020.

#### **ELITE INDIVIDUAL MASCULINO E FEMININO COMPETIÇÃO 6 km e 10 km:**

- |                 |                 |              |
|-----------------|-----------------|--------------|
| a) 14 a 21 anos | d) 38 a 45 anos | g) 61 anos + |
| b) 22 a 29 anos | e) 46 a 53 anos |              |
| c) 30 a 37 anos | f) 54 a 60 anos |              |

#### **QUARTETO MISTO COMPETIÇÃO 6 km e 10 km:**

- a) Idade Livre acima de 14 anos

#### **INDIVIDUAL MASCULINO E FEMININO PARTICIPAÇÃO 6 km:**

- a) Idade Livre acima de 14 anos

#### **QUARTETO MISTO PARTICIPAÇÃO 6 km:**

- a) Idade Livre acima de 14 anos

#### **KIDS PARTICIPAÇÃO:**

- a) A partir dos 4 anos

#### **4. INSCRIÇÕES:**

- a) As inscrições devem ser realizadas via site <https://www.sesc-rs.com.br/esporte/corridas>.
- b) Prazo limite para inscrições é 15/11/2020.
- c) As inscrições são limitadas em:
  - a. 500 atletas na competição (elite individual 10 e 6 km)
  - b. 300 atletas individual participação (participação 6 km)
  - c. 35 quartetos competição (quarteto misto 10 e 6 km)
  - d. 15 quartetos participação (participação 6 km)
  - e. 50 kids participação.
- d) Não serão aceitas inscrições após o prazo limite devido ao seguro atleta.

O competidor poderá:

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

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

3º) optar pelo pagamento com Boleto Bancário: terá vencimento de um dia útil para quita-lo, se não efetuar o pagamento até o vencimento a inscrição será automaticamente cancelada em até 72 horas havendo a necessidade de inscrever-se novamente (conforme disponibilidade de vagas).

Sugestão: Utilize preferencialmente versões atuais do Internet Explorer.

#### **a) ELITE INDIVIDUAL MASCULINO E FEMININO COMPETIÇÃO 6KM E 10KM**

**1º lote** até 01/11/2020 (Informar tamanho da camiseta em <http://bit.do/CamisetaMegaRace>): **R\$ 120,00**

**2º lote** até 15/11/2020 (Informar tamanho da camiseta em <http://bit.do/CamisetaMegaRace>): **R\$ 135,00**

#### **b) QUARTETO MISTO COMPETIÇÃO 6KM E 10KM\***

**1º lote** até 01/11/2020: **R\$ 460,00**

**2º lote** até 15/11/2020: **R\$ 520,00**

*\*Apenas o capitão do quarteto deve se inscrever no site, gerando um único pagamento. Após, deverá preencher no link (<https://is.gd/QuartetoMegaRace>) o formulário para poder realizar o seguro atleta e validar sua equipe até a data limite de 15/11/2020.*

### **c) INDIVIDUAL MASCULINO E FEMININO PARTICIPAÇÃO 6KM**

**1º lote** até 01/11/2020 (Informar tamanho da camiseta em <http://bit.do/CamisetaMegaRace>): **R\$ 105,00**

**2º lote** até 15/11/2020 (Informar tamanho da camiseta em <http://bit.do/CamisetaMegaRace>): **R\$ 120,00**

### **d) QUARTETO MISTO PARTICIPAÇÃO 6KM**

**1º lote** até 01/11/2020: **R\$ 400,00**

**2º lote** até 15/11/2020: **R\$ 460,00**

*\*Apenas o capitão do quarteto deve se inscrever no site, gerando um único pagamento. Após, deverá preencher no link (<https://is.gd/QuartetoMegaRace>) o formulário para poder realizar o seguro atleta e validar sua equipe até a data limite de 15/11/2020.*

### **e) KIDS PARTICIPAÇÃO**

**Lote Único** até 15/11/2020 (Informar tamanho da camiseta em <http://bit.do/CamisetaMegaRace>): **R\$ 75,00**

### **f) INSCRIÇÕES DE GRUPO COM 10 OU MAIS PARTICIPANTES\***

**Lote Único** até 02/11/2020 – **COMPETIÇÃO\***: **R\$ 110,00**

**Lote Único** até 02/11/2020 – **PARTICIPAÇÃO\*** **R\$ 99,00**

*\*As inscrições **de grupo com 10 ou mais participantes** devem ser feitas através do e-mail: [corridamegarace@gmail.com](mailto:corridamegarace@gmail.com) Telefone/ Whatsapp (51) 9 9245.3064.*

## **5. PREMIAÇÃO:**

a) No individual: premiação em troféu para os 5 (cinco) primeiros colocados na geral nos naipes masculino e feminino (6km e 10km);

b) No individual: premiação em troféu para os 3 (três) primeiros colocados em cada categoria por idade nos naipes masculino e feminino (6km e 10km);

c) No quarteto misto: premiação em troféu para os 5 (cinco) primeiros colocados (6km e 10km);

d) Medalha de participação para todos os atletas que cruzarem a linha de chegada;

e) Troféu para a maior equipe.

## **6. DIREITOS E DEVERES DOS PARTICIPANTES**

### **6.1 DOS DIREITOS:**

- a) Receber, ler, solicitar esclarecimentos, respeitar e zelar pelo cumprimento das regras do Regulamento da MegaRace;
- b) Exigir responsabilidade ambiental, social e cultural para com toda a comunidade local e com todos os participantes, equipes, organização, imprensa e demais integrantes do evento em questão.
- c) Será disponibilizado um serviço de ambulância UTI para atendimento emergencial aos atletas e remoção aos hospitais da rede pública de saúde;
- d) O (a) atleta ou seu (sua) 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;

### **6.2 DOS DEVERES:**

- a) Para participar, os atletas devem estar em boa forma física. Sua saúde e bem-estar são de fundamental importância. Antes de se inscrever em uma competição, faça uma avaliação médica e procure um profissional para avaliar sua aptidão física. Todos (as) os(as) atletas participantes deverão estar em dia com rigorosa avaliação médica para realização da prova, pois a organização não se responsabilizará pela saúde dos(as) atletas;
- b) Devem todos os competidores, ter idade igual ou superior a 14 anos completos até a data da realização do evento. Os adolescentes com idade inferior a 18 anos deverão apresentar autorização assinada pelos pais ou responsável legal;
- c) Preencher e assinar o termo de responsabilidade e uso de imagem na retirada do kit atleta;
- d) Preencher a ficha de Inscrição com informações corretas e verdadeiras;
- e) Cada participante inscrito deverá estar ciente e de acordo com todas as disposições deste Regulamento da MegaRace, assim como àquelas não contempladas nestes documentos, mas comunicada verbalmente ou notificadas pela organização através de e-mail dos participantes, e assumir todas as responsabilidades oriundas na sua participação no evento;
- f) Cada equipe deverá obrigatoriamente ter um com idade superior ou igual a 18 anos, o qual deverá se responsabilizar pelos demais que não atingirem a maioridade civil, bem como seguir as normas estabelecidas no termo de responsabilidade e uso de imagem;

g) Respeitar e conservar os ambientes compartilhados no desenvolvimento das atividades ao ar livre, visando usufruí-los de maneira sustentável e buscando minimizar ao máximo todo e qualquer impacto socioambiental gerado antes, durante e depois do desenvolvimento das atividades;

h) Ser responsável pelas suas condições físicas e mentais. Cabendo-lhe discernir e decidir pela integridade da saúde física e mental, a segurança de sua equipe e/ou de um companheiro que no decorrer das atividades possam perceber o esgotamento e o cansaço físico e mental, além do limite natural do(s) membro(s) da equipe. Sendo dever de cada participante avaliar a continuidade ou não do percurso.

i) Estar ciente do risco envolvido e assumir as consequências de acidentes que eventualmente ocorreram durante a prática de atividades físicas de aventura na natureza;

j) Cumprir o regulamento específico desta competição.

## **7. DIREITOS E DEVERES DA ORGANIZAÇÃO**

### **7.1 DOS DIREITOS:**

a) A Organização da MegaRace se reserva no direito de impedir a participação de qualquer atleta e/ou equipe antes ou durante o decorrer das atividades, caso procedam-se comportamentos e/ou situações contrárias às normas deste regulamento, podendo a organização desclassificar qualquer atleta ou equipes sem direito a recurso sob quaisquer circunstâncias;

b) Toda pessoa que não estiver devidamente inscrita e com a numeração de peito visível, poderá ser convidada a retirar-se do evento e proibida de utilizar-se de qualquer parte do evento, sob a pena de acionamento dos órgãos competentes de segurança para fins de remoção da mesma do local;

c) É norma incontestável o respeito às pessoas, ao patrimônio natural e urbano e será excluído, sem contestação, qualquer participante que infringirem essas normas;

d) A organização se reserva no direito de cancelar a(s) atividade(s) da MegaRace bem como de todo o evento por qualquer motivo que seja pertinente à garantia e a integridade das pessoas, dos ambientes naturais e/ou urbanos, podendo ou não transferir o mesmo (sem ônus aos organizadores) para uma data a ser definida pela organização sendo que, os valores concernentes à inscrição não serão devolvidos, ficando os mesmos em crédito aos participantes ou equipes para o próximo evento;

e) A inscrição é INTRANSFERÍVEL, pessoal, sendo que em hipótese alguma poderá ser transferida para outro participante. O participante que ceder seu número de peito e/ou chip para outra pessoa, estará assumindo a responsabilidade por qualquer acidente ou dano que esta pessoa venha a sofrer, isentando o atendimento e qualquer responsabilidade da organização do evento, patrocinadores, apoiadores e órgãos públicos envolvidos no evento para com esta pessoa, além de outras medidas cabíveis;

f) Em caso de apresentação de quadro clínico de risco, o atleta que for atendido por médico da equipe do evento deverá acatar as orientações do profissional;

g) O médico ou enfermeiro presente no evento poderá excluir o participante a qualquer momento conforme sua decisão através da avaliação clínica;

## **7.2 DOS DEVERES:**

a) A organização geral da prova, a organização no terreno, a instalação de meios de segurança, a divulgação em mídia e os primeiros socorros no local;

b) Fazer cumprir as disposições desta MegaRace e justificar as alterações quando necessárias.

## **8. REGULAMENTO ESPECÍFICO**

### **8.1 CONDUTA NA LARGADA:**

a) O atleta deverá se apresentar rigorosamente no horário de largada;

b) O atleta deverá se apresentar com o número de identificação visível conforme orientação da empresa de arbitragem passada no dia da prova;

c) O atleta deverá se apresentar com o numeral de pele fixado no antebraço ou em local visível a arbitragem, ter o cuidado de fixar o numeral antes de passar protetores solares, óleos ou produtos que possam prejudicar a fixação na pele.



### **8.2 CONDUTA NO PERCURSO:**

a) O atleta não deve impedir o progresso de outros competidores;

b) Não é permitido utilizar ou receber ajuda externa no individual, e apenas entre poderá entre a equipe inscrita como quarteto;

c) O atleta deverá pagar a penalidade imposta por burpee caso não realize a atividade imposta pelo obstáculo;

d) Não é permitido qualquer tipo de auxílio de outro competidor ou equipe com o intuito de vantagem física, como empurrar e/ou manobra de gancho;

- e) O competidor deverá respeitar as marcações de trajeto do início ao fim do percurso.

### **8.3 DEMAIS OBSERVAÇÕES:**

- a) Casos omissos a este regulamento, serão decididos pela organização do evento.
- b) As inscrições são pessoais e intransferíveis (caso haja troca ou repasse da inscrição, os envolvidos serão desclassificados da prova e suspensos do evento).

## **9. INFORMATIVOS:**

### **9.1 SEGURO e ACOMODAÇÕES**

- a) Seguro de vida e hospitalar para todos atletas;
- b) Ambulância exclusiva no evento para atendimento do início ao término;
- c) O local do evento conta com banheiros e duchas externas para higiene pessoal.

### **9.2 KIT ATLETA**

#### **9.2.1 COMPETIÇÃO**

- a) Chip de cronometragem de tempo;
- b) Número de identificação do atleta;
- c) Camiseta;
- d) Medalha de participação (após conclusão da prova).

#### **9.2.2 PARTICIPAÇÃO**

- a) Número de identificação do atleta;
- b) Camiseta;
- c) Medalha de participação (após conclusão da prova).

### **9.3 HIDRATAÇÃO e FRUTAS**

- a) O evento contará com pontos de hidratação e fornecimento de frutas durante o trajeto e no local de chegada a disposição dos atletas.

#### **9.4 EQUIPAMENTOS E VESTIMENTAS**

- a) Os participantes deverão estar devidamente trajados com roupas adequadas para a prática de atividade esportiva;
- b) A direção da prova sugere o uso de tênis adequados para trilha e luvas para auxiliar nas atividades propostas.

#### **10. ATIVIDADES**

a) Durante o decorrer do percurso da MegaRace, os participantes deverão praticar diversas atividades físicas de Aventura na Natureza. As atividades de corrida e/ou caminhada têm por objetivo ser um método de deslocamento para que os atletas possam percorrer o percurso pré-estabelecido pela organização no menor tempo.

#### **11. APELAÇÃO/PROTESTO:**

- b) Todas as apelações e protestos deverão ser feitos à organização por escrito, com o prazo máximo de 30 minutos após a chegada;
- c) As apelações e protestos permitem que sejam impostas às punições. Caso seja procedente, poderá ser feita aos seguintes ao diretor de prova.

#### **12. PERCURSO DA PROVA**

##### **12.1 O TRAJETO**

- a) O Trajeto a ser percorrido será sinalizado e demarcado contendo a quilometragem e quantidade de obstáculos conforme a organização achar necessário e/ou suficiente para uma excelente prova;
- b) Estas informações serão divulgadas antes da data prevista do evento e também no momento da inscrição dos atletas, assim podendo decidir em quais dos percursos o participante deseja participar.

## **12.2 OBSTÁCULOS**

### **12.2.1 CATEGORIAS INDIVIDUAIS**

a) Os participantes deverão passar por todos os obstáculos determinados pela direção da prova. Caso o competidor optar por não passar pelos obstáculos, o mesmo deverá cumprir uma penalidade pré-defina pela organização do evento.

### **12.2.2 CATEGORIA QUARTETO MISTO**

b) Na categoria quarteto misto (equipe), todos os integrantes devem fazer o percurso escolhido juntos transpondo os obstáculos.

c) Os quartetos deverão passar por todos obstáculos determinados pela direção da prova. Caso algum integrante da equipe optar por não passar pelos obstáculos, o mesmo deverá cumprir uma penalidade pré-defina pela organização do evento.

### **12.2.3 CATEGORIA KIDS**

a) Os participantes deverão passar por todos os obstáculos determinados pela direção da prova. Caso o atleta opte por não passar os obstáculos, nesta categoria não será obrigatório o cumprimento de penalidade.

## **13. CLASSIFICAÇÃO**

### **13.1 CATEGORIA COMPETIÇÃO**

b) 1° ao 5° Lugar Geral Masculino/Feminino/Quarteto 6km e 10km: será considerado o tempo bruto de atleta (estes atletas automaticamente caem fora da classificação por categorias de idades).

c) 1°, 2° e 3° Lugar por categoria de idade Masculino e Feminino 6km e 10km: será considerado o tempo liquido de cada atleta.

### **13.2 CATEGORIA PARTICIPAÇÃO**

a) Nesta Categoria os atletas não tem seu tempo cronometrado pela organização do evento.

## **14. GASTRONOMIA**

- a) O local do evento contará com restaurante, onde servirá almoço no valor de R\$\_\_\_, sendo o cardápio: 2 tipos de carnes, feijão, arroz, massa e saladas diversas.
- b) O local do evento contará com food trucks.

## **15. DISPOSIÇÕES FINAIS**

15.1. As dúvidas ou informações técnicas deverão ser enviadas por e-mail para [corridamegarace@gmail.com](mailto:corridamegarace@gmail.com) para que sejam registradas e respondidas a contento.

15.2. A Comissão Organizadora poderá, a seu critério ou conforme as necessidades do evento, alterar ou revogar este regulamento, total ou parcialmente, informando as mudanças pelas mídias digitais.

15.3. As dúvidas ou omissões deste regulamento serão dirimidas pela Comissão Organizadora de forma soberana, não cabendo recurso a estas decisões.

15.4. Ao se inscrever nesta prova, o atleta assume automaticamente o conhecimento de todos os termos deste Regulamento, ficando de acordo com todos os itens supracitados e acata todas as decisões da organização, comprometendo-se a não recorrer a nenhum órgão ou Tribunal, no que diz respeito a qualquer punição imputada pelos organizadores do evento.

15.5. Todos os direitos autorais relativos a este regulamento e a prova pertencem a MegaRace Centro Fitness e ao Sesc.

## **REALIZAÇÃO:**

