



# Regulamento Geral

26 de dezembro de 2021



**Prefeitura Municipal  
do RIO GRANDE**

## **CAPITULO I - DA ORGANIZAÇÃO**

**Art. 1** - Este regulamento é o conjunto das disposições que regem a **Corrida Tchau 2021**, quarta etapa do Circuito Riograndino de Corridas 2020/2021.

**Art. 2** - A Corrida Tchau 2021 é promovida pelo SESC Rio Grande e pela Prefeitura Municipal do Rio Grande, com apoio da ACORRG.

## **CAPITULO II - DOS OBJETIVOS**

**Art. 3** - Objetivo Geral:

Promover um calendário de corridas, estimulando a prática de hábitos de vida saudáveis, da comunidade em geral, através do esporte.

**Art. 4** - Objetivos Específicos:

- Difundir a prática da corrida de rua na comunidade Riograndina;
- Desenvolver um evento esportivo primando pela organização e segurança, aumentando a atratividade ao evento;
- Potencializar as parcerias com os meios de comunicação de massa para envolver o maior número de participantes.

## **CAPITULO III - DA COORDENAÇÃO**

**Art. 5** - A coordenação geral da Corrida Tchau 2021 é o órgão máximo durante a realização do evento, tendo como membros:

- Gerente da Unidade do SESC Rio Grande
- Técnico em Esporte e Lazer do SESC Rio Grande
- Presidente da ACORRG

**Art. 6** - Compete à coordenação geral:

- Coordenar a execução do evento;
- Prover os recursos necessários para a execução das provas;
- Decidir sobre questões próprias da administração e da organização desportiva, bem como da aplicação do regulamento.



## **CAPITULO IV - DA ETAPA**

**Art. 7** - A data de realização da Corrida Tchau 2021 será **26 de dezembro de 2021, à partir das 07h**. O horário de largada será informado previamente, sendo que cada largada contará com um número limite de atletas.

## **CAPÍTULO V - DAS INSCRIÇÕES**

**Art. 8** - As inscrições serão realizadas até a **quinta-feira, 23 de dezembro (18hs)** ou quando atingir os **300 atletas inscritos**, podendo ser feitas das seguintes formas:

- Através do site [www.sesc-rs.com.br/esporte/corridas/](http://www.sesc-rs.com.br/esporte/corridas/)
- Na Unidade do SESC Rio Grande – Avenida Silva Paes, 416, centro.
- **Não** serão realizadas inscrições no dia da prova, sob nenhuma hipótese.
- As inscrições para a **Corrida** serão limitadas a **300** atletas, encerrando quando atingido esse número.

**Art. 9** - No ato da inscrição na Unidade, todos participantes da categoria adulta deverão apresentar documento de identidade e CPF.

**Art. 10** - O valor da inscrição será de **R\$ 60,00** para a categoria Público Geral e de **R\$ 50,00** para as categorias Empresários e Comércio e Serviços e seus dependentes, com direito ao Kit (número e camiseta).

**Art. 11** – As formas de pagamento poderão ser as seguintes:

- Optar pelo pagamento online através de Cartão de Crédito;
- Optar pelo pagamento em qualquer Unidade SESC/RS;
- Através de boleto bancário.

**Obs:** a inscrição deverá ser concluída em uma Unidade SESC/RS até às **18h** do último dia de inscrição, **dia 23 de dezembro**.

## **CAPÍTULO VI – DAS CATEGORIAS**

**Art.12** – A Corrida será desenvolvida nos gêneros masculino e feminino, com a seguinte distribuição por faixa etária:

- Obs: as faixas etárias sofreram mudanças para que os atletas se mantivessem nas mesmas categorias de 2021.



**Prefeitura Municipal  
do RIO GRANDE**

▪ **ADULTO**

A	16 a 20 anos
B	21 a 25 anos
C	26 a 30 anos
D	31 a 35 anos
E	36 a 40 anos
F	41 a 45 anos
G	46 a 50 anos
H	51 a 55 anos
I	56 a 60 anos
J	61 a 70 anos
K	71 ou mais

§ **Único** - Para efeito de categoria valerá o ano de nascimento.

## **CAPÍTULO VII – DO PERCURSO**

**Art. 13** - O percurso será disputado nas distâncias de **5 km e 10 km**, com Circuito elaborado pelo SESC e pela ACORRG.

## **CAPÍTULO VIII – DO HORÁRIO DA RETIRADA DO KIT**

**Art. 14** - A retirada do kit (número e brinde) deverá ser feita pelos atletas no local e dia da prova, 30 minutos antes do horário de sua largada, mediante a apresentação do **documento de identidade**.

## **CAPÍTULO IX – SISTEMA DE CRONOMETRAGEM E POSTO DE CONTROLE**

**Art. 15** - Haverá cronometragem manual, sendo computado apenas o tempo total de prova.

**Art. 16** - Haverá sinalização e ponto de controle durante a prova;

**Art. 17** - É obrigatório ao atleta estar com o numeral de peito devidamente fixado em local visível na camiseta durante o percurso e respeitar o trajeto da prova, passando obrigatoriamente pelo posto de controle, sob pena de desclassificação.



**Prefeitura Municipal  
do RIO GRANDE**

## CAPÍTULO X – INSTRUÇÕES E REGRAS PARA A CORRIDA

**Art. 18** - Os (as) atletas deverão estar no local de largada com pelo menos 30 minutos de antecedência, **usando máscaras**, quando serão dadas eventuais instruções finais e entrega do kit;

**Art. 19** - Os participantes **deverão** levar seu material de hidratação (água, isotônico, etc.) e utilizá-lo de forma individual.

**Art. 20** – **O uso de máscaras é obrigatório durante a retirada dos kits e aquecimento dos atletas e recomendado durante a realização da corrida;**

**Art. 21** – O aquecimento **deverá** ser realizado individualmente, sem contato físico entre os atletas e respeitando o distanciamento de 2 metros entre eles;

**Art. 22** - Os participantes poderão participar da corrida com camiseta própria, e com todos os demais direitos garantidos.

**Art. 23** - É obrigação do participante da prova ter o conhecimento do percurso. O percurso será disponibilizado previamente aos que solicitarem;

**Art. 24** - É obrigatório o uso do numeral do (a) atleta no peito durante a realização da prova;

**Art. 25** - A participação do (a) atleta na prova é estritamente individual sendo proibido o auxílio de terceiros.

**Art. 26** - O **acompanhamento** dos (as) atletas por treinadores/assessoria, amigos, com bicicleta e outros meios **não será autorizado**, em virtude das restrições impostas pela pandemia de covid-19.

**Art. 27** - Na hipótese de desclassificação dos primeiros colocados, serão chamados os classificados com melhor colocação, sucessivamente.

**Art. 28** - O (a) atleta deverá observar o trajeto, não sendo permitido qualquer meio auxiliar para alcançar qualquer tipo de vantagem. Igualmente, não será permitido o acesso às áreas do evento utilizando-se de caminhos não sinalizados para tal situação, sendo proibido pular as delimitações destas áreas para entrar na pista em qualquer momento da prova. O descumprimento destas regras poderá causar a desclassificação do (a) atleta.

**Art. 29** - O (a) atleta que empurrar o (a) outro (a) atleta, de modo a impedir sua progressão, estará passível de desclassificação na prova.

**Art. 30** - O (a) atleta deve retirar-se imediatamente da corrida se assim for determinado por um membro da equipe médica ou de enfermagem oficial indicada pela Comissão Organizadora.



## **CAPÍTULO XI – DA PREMIAÇÃO**

**Art. 31** - A premiação da Corrida Tchau 2021 será constituída de:

- Medalha de participação a todos os atletas que concluírem a prova;
- Medalhas para os cinco primeiros classificados em cada categoria, gênero e faixa etária, nos 5 e 10 km;
- Troféus para os cinco primeiros colocados no geral, nos gêneros masculino e feminino, nos 5 e 10 km.

**Art. 32** – As três equipes que inscreverem o maior número de atletas receberão um troféu DESTAQUE.

## **CAPÍTULO XII – DISPOSIÇÕES FINAIS**

**Art. 33** - Os casos omissos serão definidos pela Coordenação Geral da Corrida Tchau 2021, não cabendo das decisões do mesmo qualquer recurso.



**Prefeitura Municipal  
do RIO GRANDE**

# Corrida Tchau 2021

## PROTOCOLO DE HIGIENE E SEGURANÇA

### 1 INTRODUÇÃO

Os efeitos do Corona vírus mudaram fundamentalmente o comportamento das pessoas e suas expectativas em relação a diversos serviços, por exemplo, a organização de eventos. Em consequência da pandemia, foram criados requisitos e recomendações sobre precauções de saúde e higiene. O Sesc RS, juntamente com todos os parceiros envolvidos (apoiadores, patrocinadores, prestadores de serviços e visitantes), vão atender a todos esses requisitos e recomendações para tornar o ambiente da corrida de rua o mais seguro possível, mesmo diante desta pandemia. Elaboramos um protocolo de segurança baseado nas melhores práticas de mercado recomendadas pela UFI (The Global Association of the Exhibition Industry) e OMS (Organização Mundial da Saúde) para minimizar os riscos de contágio dentro do evento e torná-lo um ambiente seguro.

#### 1.1 ENTRADA / ACESSO AO RECINTO

**A prova será realizada na orla da Praia do Cassino**, local amplo e aberto com o objetivo de evitar as aglomerações em virtude da situação de pandemia. Os organizadores, prestadores de serviços, atletas, deverão utilizar o mesmo acesso e passarão por uma série de controles, a fim de garantir a segurança dentro do evento e de minimizar o risco de contágio / contaminação.

As seguintes medidas serão implementadas no acesso à área de aquecimento:

- Filas serão demarcadas com uma distância de 1,5m lineares entre cada pessoa;
- Aferição da temperatura de todos os participantes. Aqueles cuja temperatura for igual ou superior a 37.8°C não poderão entrar no evento e serão orientados a se dirigir ao posto médico para ter sua temperatura aferida novamente e receber as recomendações médicas;
- Uso indispensável de máscara de proteção;
- Álcool 70% para higienização das mãos;
- Após o acesso, os atletas deverão se direcionar para seu aquecimento, realizado INDIVIDUALMENTE.



**Prefeitura Municipal  
do RIO GRANDE**

### **1.2 PONTOS DE ACESSO COM POSSÍVEL ENFILEIRAMENTO**

Para todos os pontos com possível enfileiramento nossos colaboradores estarão usando máscaras de proteção individual, faceshield e luvas descartáveis. A marcação da distância entre filas será sempre de 1,5m lineares entre as pessoas.

### **1.3 INSCRIÇÕES ON-LINE E UNIDADES SESC**

A fim de evitar aglomerações, as inscrições serão feitas nas unidades do Sesc de todo o estado ou, ainda, no modo online, através do site do Sesc/RS.

### **1.4 CAPACIDADE E ESTRUTURA**

As largadas serão escalonadas, sendo de 30 em 30 minutos para a prova de 5 km e de 60 em 60 minutos para a prova de 10 km, respeitando o limite de atletas permitido.

## **2 MEDIDAS GERAIS DE HIGIENE**

Adotamos uma série de medidas e precauções, a fim de priorizar a higiene e segurança de todas as pessoas envolvidas e presentes no evento. Abaixo podemos destacar as principais:

### **2.1 DISPENSADORES DE DESINFECÇÃO**

O local disponibilizará dispensadores com álcool 70% para uso dos atletas, organização e prestadores de serviço. Teremos uma ambulância equipada para primeiros socorros e para remoção se necessário.

### **2.2 PROTEÇÃO DA BOCA E NARIZ / MÁSCARAS**

O uso de máscaras de proteção é obrigatório (com exceção do momento em que o atleta estiver correndo, onde é recomendado).

### **2.3 SANITÁRIOS**

Não teremos disponibilidade de sanitários no evento.

### **2.4 LIMPEZA DAS SUPERFÍCIES**

As áreas e equipamentos comuns serão limpos periodicamente.

### **2.5 QUANTIDADE DE PESSOAS**

As largadas terão um número máximo de atletas por horário, não sendo permitida a presença de público no local próximo à largada/chegada.

### **2.6 REGRAS GERAIS DE CONDUTA**

Respeitar a distância mínima entre pessoas, minimizar o contato físico, higienizar as mãos e usar máscaras (com exceção do momento em que estiver correndo). Ao final da corrida cada atleta deve retirar sua medalha de participação e se retirar da área de realização do evento. Não serão ofertadas frutas e água.



## 2.7 COMUNICAÇÃO

Estas medidas serão amplamente divulgadas ao público durante o evento a fim de difundir as ações necessárias para minimizar o risco de contaminação por Covid-19.

## 2.8 PREMIAÇÃO

As medalhas de participação serão entregues ao término da corrida e as medalhas e troféus de classificação serão entregues posteriormente, na Unidade Sesc Rio Grande.

## 3 PRODUTOS QUE PODEM SER UTILIZADOS CONFORME A ANVISA (<http://portal.anvisa.gov.br/>).

- Hipoclorito de sódio a 0.1% (concentração recomendada pela OMS)
- Alvejantes contendo hipoclorito (de sódio, de cálcio) a 0,1%
- Dicloroisocianurato de sódio (concentração de 1,000 ppm de cloro ativo)
- Iodopovidona 1%
- Peróxido de hidrogênio 0.5%
- Ácido peracético 0,5%
- Quaternários de amônio, por exemplo, o Cloreto de Benzalcônio 0.05%
- Compostos fenólicos



**Prefeitura Municipal  
do RIO GRANDE**