

## **REGULAMENTO GERAL DO 1º DESAFIO DE CAMINHADA E CORRIDA CORRE GAROTA! EVENTO**

O evento consiste em um desafio, de caráter pessoal, pensado como forma de estímulo e celebração à vida saudável através da prática diária de atividade física. Durante o período de registro, o ATLETA cumprirá a distância caminhando e/ou correndo, a qualquer hora do dia e onde quiser: pelas ruas da cidade, ciclovias, pista, nos parques, quintal de casa, garagem do prédio e até na esteira da academia.

O ATLETA poderá cumprir a distância escolhida em uma única atividade de caminhada ou corrida, ou somando várias atividades realizadas durante o período.

A proposta maior do DESAFIO, contudo, é justamente mostrar os benefícios de se manter uma rotina de atividades físicas e motivar o ATLETA a praticar caminhada ou corrida diariamente, fazendo disso um hábito e um compromisso com a saúde e o bem-estar, não importando se naquele determinado dia conseguiu caminhar ou correr “apenas” 1 quarteirão, 500m ou durante 10min. O que vale, ATLETA, é manter-se diariamente ativo e não desistir, com a certeza de que, ao se comprometer com o DESAFIO, estará fazendo um grande bem para sua saúde física e mental.

### **PERÍODO DE INSCRIÇÃO**

A inscrição deve ser realizada exclusivamente pelo site [www.ticketagora.com](http://www.ticketagora.com) entre os dias 4 e 30/06/2021.

### **REGISTRO DAS ATIVIDADES**

O desafio acontecerá entre 01/07/2021 e 31/07/2021, período durante o qual o ATLETA deverá enviar o comprovante de cada atividade que realizar.



## **MODALIDADES**

As distâncias para você ter como meta são as seguintes:

**31km** – *1km por dia: eu posso, eu quero, eu consigo!* **42km** – *Sou maratonista!*

**50km** – *Já ouviu falar em ultramaratona?* **62km** – *2km por dia: que orgulho!*

**75km** – *Ultramaratonista!* **100km** – *Rumo ao Olimpo!* **155km** – *5km por dia: superação total!*

## **CATEGORIAS e PREMIAÇÃO**

Não haverá categorização dos ATLETAS, nem pelo gênero, nem pela idade. Todos os participantes farão parte de um ranking único, que considerará a soma das distâncias cumpridas em cada atividade somente para efeito de colocação. Todos os ATLETAS que alcançarem ou ultrapassarem a meta estabelecida serão premiados ao final do DESAFIO com uma linda medalha.

## **KITS**

- Kit básico: certificado de conclusão, número de peito e medalha de conclusão. Valor R\$ 29,90 + taxa de conveniência Ticket Agora + frete para envio.
- Kit essencial: camiseta, certificado de conclusão, número de peito e medalha de conclusão. Valor R\$ 49,90 + taxa de conveniência Ticket Agora + frete para envio.

## **ENTREGA DO KIT**

O ATLETA receberá seu kit pelos correios dentro dos 15 dias seguintes ao término do DESAFIO.

## **CUMPRIMENTO DA DISTÂNCIA e VALIDAÇÃO**

A atividade poderá ser realizada em ambiente interno (esteira) ou externo (rua, pista, parque etc.).

Para validação do cumprimento da distância, o ATLETA deverá acessar seu perfil no site [www.ticketagora.com](http://www.ticketagora.com), buscar o evento “1º DESAFIO VIRTUAL CORRE GAROTA!”, clicar em “Envie aqui seu comprovante” e anexar um comprovante, que pode ser a foto do seu relógio GPS/Smart Watch (*Garmin, Polar, TomTom, Apple, Samsung, entre outros*) ou um print do seu aplicativo de

preferência (*Garmin Connect, Strava, Runtastic, Google Fit, Nike Run, RunKeeper, MapMyRun, entre outros*).

É necessário que no print constem o nome do atleta, data de realização da atividade, quilometragem percorrida e tempo de atividade.

Se a atividade for realizada em esteira, valerá como comprovante de realização da atividade uma foto selfie do ATLETA junto ao painel do aparelho.

Assim como para o print do aplicativo, a foto do painel também deverá permitir a visualização da distância percorrida e do tempo obtido.

Todo comprovante passará por análise. Na hipótese de ser reprovado por qualquer razão, o ATLETA poderá corrigi-lo ou adequá-lo.

## **CERTIFICAÇÃO**

A emissão do certificado de participação e conclusão do evento será realizada após o encerramento do DESAFIO e validação da(s) atividade(s) na plataforma.

## **COMO FUNCIONA?**

### **PASSO 1**

Escolha a distância, a forma de entrega de kit e inscreva-se na prova através do Ticket Agora.

### **PASSO 2**

Complete a KM escolhida, sempre lembrando de registrar com APP de corrida, relógio GPS ou painel da esteira através de foto.

### **PASSO 3**

Envie o comprovante da corrida através da aba MINHA CONTA ou acesse a página do evento e clique em REGISTRAR ATIVIDADE.

### **PASSO 4**

Receba seu kit em casa.

**\*ASSIM QUE SEU RESULTADO FOR VALIDADO, VOCÊ ENTRARÁ NO RANKING DO EVENTO.**



## **INFORMAÇÕES GERAIS**

A organização pede encarecidamente que, ao concluir sua participação, o ATLETA poste fotos nas redes sociais com a hashtag **#desafiocorregarota!** e **#vidamaisativa**.

Ao participar deste evento, o ATLETA assume total responsabilidade pelas informações fornecidas no ato da inscrição.

O ATLETA declara gozar de boa saúde e estar apto para praticar atividade física de caminhada e corrida, bem como declara aceitar e acatar totalmente o regulamento e regras do evento, assumindo quaisquer despesas necessárias ou provenientes da sua participação.

Ao participar deste evento, o ATLETA cede gratuitamente os direitos de utilização de sua imagem, renunciando ao recebimento de qualquer forma de renda eventualmente auferida com a divulgação.

A organização do evento recomenda ao ATLETA que realize avaliação médica, certificando-se que estará apto a participar e concluir o DESAFIO.

Ao ATLETA que optar por realizar sua atividade em ambiente externo, a organização recomenda que observe e respeite as regras sanitárias vigentes na cidade e evite caminhar ou correr em grupo, lembrando-se sempre de utilizar máscara e cuidar da higiene das mãos.

Se durante a realização do DESAFIO o ATLETA, por qualquer motivo, não sentir-se bem, recomenda-se que interrompa as atividades e busque auxílio profissional.

***ORGULHE-SE DA SUA CONQUISTA E COMEMORE ESTE BELO E SINGELO ATO DE CELEBRAÇÃO À VIDA ATIVA E SAUDÁVEL!***

## **ORGANIZAÇÃO**

O evento é organizado e promovido por Michele Lopes de Santana, CNPJ nº 36.215.402/0001-50. Precisa de informações adicionais, tem alguma dúvida ou quer fazer sugestões e questionamentos, entre em contato conosco pelo email [contato@corregarota.com.br](mailto:contato@corregarota.com.br) ou *whatsapp* no número (11) 96834-6030.