

# ATO — REGULAMENTO DO EVENTO

## 2ª Edição

---

### INFORMAÇÕES DO EVENTO

**Local:** Motirô Bar — R. Soares de Barros, 16, Itaim Bibi, São Paulo – SP

**Data:** 30 de maio de 2026

**Horário:** 08h00 às 15h00

---

### SOBRE O ATO

O ATO nasce como um encontro entre movimento, música, conexão e bem-estar. Mais do que um evento, é um espaço para pessoas que buscam equilíbrio entre lifestyle e wellness.

Corrida, yoga, funcional fight, funcional, recovery e brunch se unem em uma experiência única, com música criando a ambientação perfeita do início ao fim.

Nosso objetivo é formar uma comunidade de pessoas que treinam, se cuidam, se conectam e vivem.

---

### EXPERIÊNCIAS DO EVENTO

#### RUN — Off the Pace

Corrida leve, descontraída e para todos os ritmos. Distância de 5km. Ponto de hidratação com água durante o trajeto.

#### FUNCIONAL FIGHT

Aulão de funcional fight pela One To One Fight by Nelio Andrade. Intensidade, técnica e presença.

#### AULÃO DE FUNCIONAL

Treino funcional. Movimento, energia e ativação do corpo.

#### YOGA

Aula de yoga como momento de desacelerar, respirar e se reconectar. Um espaço de pausa dentro da experiência.

#### RECOVERY

Área dedicada à recuperação física e bem-estar: quiropraxia, banheira de gelo e bem-estar.

## **BRUNCH & CONNECTION**

Momento de convivência, troca e networking com comida, bebida e um ambiente pensado para novas conexões.

---

## **PROGRAMAÇÃO**

- 09h00 — Concentração para corrida
- 10h00 — Largada da corrida
- 10h30 — Abertura do brunch e área recovery
- 11h00 — Funcional Fight com One To One e Yoga
- 12h00 — Sorteios e Desafios
- 13h00 — Treino funcional
- 14h00 — Yoga e encerramento do brunch
- 15h00 — Início do pagode e encerramento das atividades

*A programação pode sofrer alterações sem aviso prévio.*

---

## **INSCRIÇÕES**

As vagas são limitadas e exclusivas. O ATO foi pensado para garantir qualidade na experiência e nas conexões.

A inscrição garante acesso completo ao evento.

A participação é permitida somente para maiores de 18 anos.

---

## **KIT DO PARTICIPANTE**

- Ecobag ATO
- Camiseta oficial
- Produtos e ativações de marcas parceiras
- Itens de hidratação e nutrição

*O conteúdo do kit pode sofrer variações conforme disponibilidade de parceiros.*

---

## ATIVAÇÕES

O evento contará com ativações de marcas parceiras, podendo incluir:

- Degustações
  - Experiências sensoriais
  - Recovery stations
  - Sorteios e brindes
- 

## CONDIÇÕES GERAIS

- A inscrição é pessoal e intransferível.
  - O participante declara estar apto à prática de atividades físicas.
  - O evento poderá sofrer ajustes de programação sem aviso prévio.
  - O uso de imagem dos participantes poderá ser utilizado para fins institucionais e promocionais do ATO.
- 

## COMUNICAÇÃO

Acompanhe as atualizações pelo Instagram oficial: [\*\*@somos.ato\*\*](#)