

REGULAMENTO OFICIAL

PASSOS PELO CORAÇÃO

CORRIDA 5 KM E CAMINHADA 3 KM

Data: 20 de setembro de 2026 – domingo

Local: Praça do Ciclista

Largada Corrida 5 km: 6h00

Largada Caminhada 3 km: 6h20

1. DO EVENTO

O **Passos pelo Coração** é um evento esportivo e de promoção à saúde, realizado com o objetivo de incentivar a prática de atividade física, a prevenção das doenças cardiovasculares e a adoção de hábitos de vida mais saudáveis.

O evento será composto por duas modalidades:

- **Corrida 5 km**
- **Caminhada 3 km**

2. DA PARTICIPAÇÃO

A participação está condicionada à inscrição prévia no evento e à concordância com este regulamento.

A idade mínima para participação é de 12 anos.

Ao realizar sua inscrição, o participante declara estar apto a realizar atividade física compatível com a modalidade escolhida, sendo responsável por respeitar seus próprios limites físicos durante o evento.

3. DAS MODALIDADES

Corrida 5 km: modalidade competitiva, com percurso aproximado de 5 quilômetros e classificação por ordem de chegada.

Caminhada 3 km: modalidade participativa, com percurso aproximado de 3 quilômetros, sem classificação competitiva.

Os participantes deverão permanecer no percurso oficial determinado pela organização e seguir as orientações dos staffs e da equipe responsável pelo evento.

4. DA LARGADA

A largada da **Corrida 5 km** ocorrerá às **6h00**.

A largada da **Caminhada 3 km** ocorrerá às **6h20**.

Os participantes deverão estar no local de largada com antecedência suficiente para organização e posicionamento.

5. DA PREMIAÇÃO – CORRIDA 5 KM

A premiação será destinada exclusivamente aos participantes da **Corrida 5 km**, considerando a classificação geral por gênero.

Categoria Masculina

-  1º lugar
-  2º lugar
-  3º lugar

Categoria Feminina

-  1º lugar
-  2º lugar
-  3º lugar

A **Caminhada 3 km** não terá classificação competitiva nem premiação por colocação, tendo caráter participativo e de incentivo à atividade física.

6. DA CRONOMETRAGEM E CLASSIFICAÇÃO

A Corrida 5 km contará com **cronometragem simples e manual**, realizada pela equipe da organização no **pórtico de chegada**.

A classificação será determinada pela **ordem de chegada dos participantes no pórtico**, conforme registro realizado pela equipe responsável.

Em caso de dúvida ou ocorrência relacionada à classificação, caberá à organização analisar os registros disponíveis e definir o resultado oficial.

7. DA MEDALHA DE PARTICIPAÇÃO

Todos os participantes inscritos na **Corrida 5 km** e na **Caminhada 3 km** que concluírem seu respectivo percurso e **passarem pelo pórtico de chegada** receberão medalha de participação.

A medalha de participação não representa classificação ou premiação competitiva.

8. DA HIDRATAÇÃO E APOIO

O evento contará com pontos de hidratação distribuídos estrategicamente ao longo dos percursos, além de equipe de staffs para orientação e apoio aos participantes.

Os participantes deverão seguir as orientações da organização, staffs e demais equipes de apoio durante todo o evento.

9. DAS REGRAS GERAIS

São obrigações dos participantes:

- Respeitar o percurso oficial da modalidade escolhida;
- Seguir as orientações dos staffs e da organização;
- Não utilizar atalhos ou qualquer meio que altere a condição regular de participação na corrida;
- Respeitar os demais participantes e a equipe do evento;
- Comunicar à organização qualquer situação de emergência ou intercorrência identificada durante o percurso.

A organização poderá retirar do percurso qualquer participante que apresente comportamento de risco, desrespeito às regras ou sinais de comprometimento de sua segurança.

A organização não se responsabiliza por objetos pessoais perdidos, danificados ou deixados durante o evento.

10. DA SEGURANÇA

O participante deverá respeitar seus próprios limites físicos e interromper a atividade caso apresente qualquer sinal de mal-estar.

Em caso de intercorrência, o participante deverá procurar ou solicitar auxílio à equipe de organização ou aos staffs presentes no percurso.

A organização poderá realizar alterações no percurso, horários ou programação caso sejam necessárias para preservar a segurança dos participantes e a adequada realização do evento.

11. DISPOSIÇÕES FINAIS

A inscrição e participação no **Passos pelo Coração** implicam ciência e concordância integral com este regulamento.

Os casos omissos neste regulamento serão avaliados e decididos pela organização do evento.

A organização reserva-se o direito de realizar ajustes operacionais necessários à segurança, organização e realização do evento.

PASSOS PELO CORAÇÃO

Movimento que transforma. Saúde que permanece.