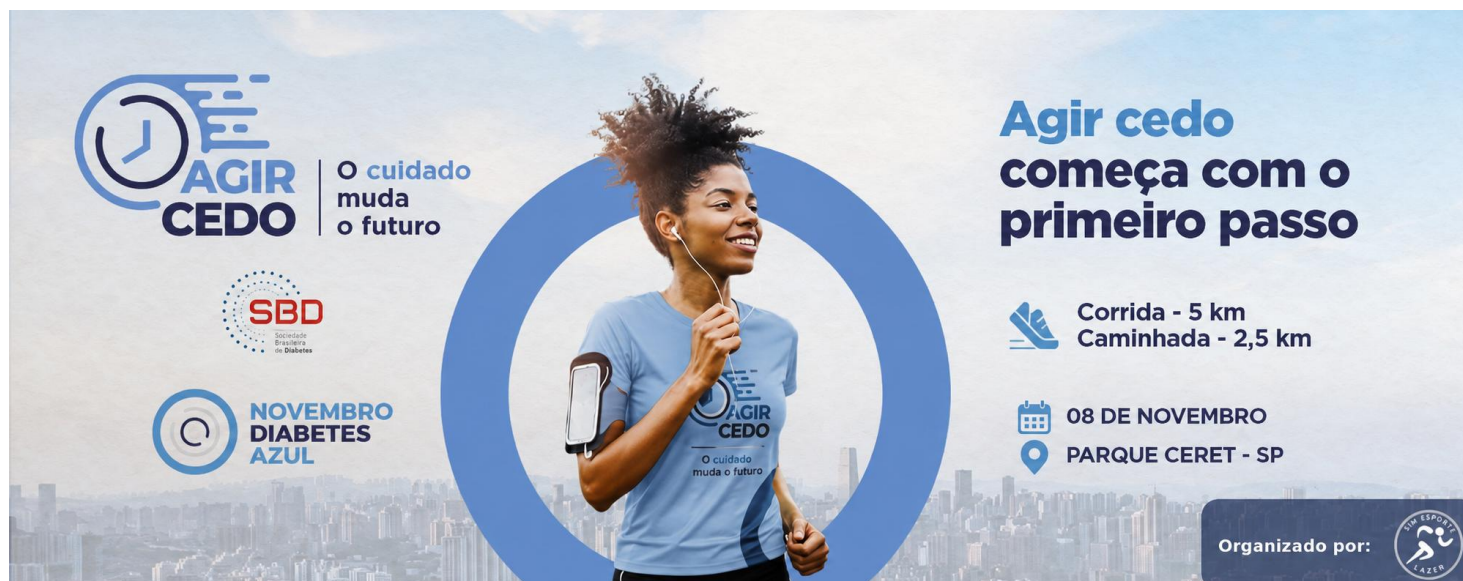




REGULAMENTO GERAL

A 4ª Corrida e Caminhada SBD deste ano traz a campanha: **Agir Cedo – O cuidado muda o futuro** e vai unir atividade física, conscientização e promoção da saúde em uma iniciativa dedicada à prevenção e ao cuidado com o diabetes.

Além da Corrida de 5 km e da Caminhada de 2,5 km, o evento contará, das 8h00 às 11h00, com uma ação multidisciplinar voltada ao rastreamento do diabetes e à identificação precoce de fatores de risco. Serão oferecidas avaliações antropométricas, orientações sobre alimentação e prática de exercícios físicos, cuidados com os pés da pessoa com diabetes e avaliação oftalmológica por meio da retinografia.

Uma manhã de movimento, informação e cuidado para mostrar que agir cedo pode transformar o futuro.

1. DATA E LOCAL DO EVENTO

O evento "4ª Corrida e Caminhada SBD – Novembro Diabetes Azul" será realizado no domingo, 08 de novembro de 2026, no Parque CERET – Centro Esportivo e Recreativo Tatuapé, localizado na Rua Canuto Abreu, s/n - Jardim Anália Franco, São Paulo – SP (entrada principal).

Cronograma:

Horário	Atividade
06h30	Abertura da Arena
07h30	Largada PCD
07h35	Largada CORRIDA 5km
07h40	Largada Caminhada 2,5k

E-mail: corraconosco@simesportelazer.com.br ou instagram [@simesportelazer](https://www.instagram.com/simesportelazer)
WhatsApp: 11 94542-7300

AGIR CEDO | O cuidado muda o futuro

SBD
Sociedade Brasileira de Diabetes

NOVEMBRO DIABETES AZUL

Agir cedo começa com o primeiro passo

Corrida - 5 km
Caminhada - 2,5 km

08 DE NOVEMBRO
PARQUE CERET - SP

Organizado por: Simesportelazer

08h00 as 11h00 | Ação SBD e parceiros

Modalidades:

Corrida 5 km (Kit completo com chip)

Caminhada 2,5 km (Kit completo sem chip)

Observação:

- Evento será realizado 100% dentro do parque CERET, nas alamedas internas.
- Todos os participantes inscritos receberão sua medalha ao final da prova.

2. INSCRIÇÕES

As datas de abertura de cada lote serão divulgadas nas redes sociais e estão diretamente ligadas à quantidade de inscrições disponíveis, que podem se esgotar rapidamente.

Fique atento ao perfil [@simesportelazer](#) e [@diabetessbd](#) no Instagram para acompanhar as atualizações e garantir sua vaga antes da virada de lote!

3. DESCONTOS

As inscrições poderão ser realizadas de forma individual ou por meio de combo.

COMBO Família e Amigos

Os combos para 2, 3 ou 4 pessoas terão 10% de desconto sobre o valor das inscrições. Nessa modalidade, será permitida a inscrição de crianças de 5 a 14 anos exclusivamente para a Caminhada. Aproveite essa condição para reunir a família e compartilhar momentos especiais!

E-mail: corraconosco@simesportelazer.com.br ou instagram [@simesportelazer](#)
WhatsApp: 11 94542-7300



PARA 60+

Pessoas com idade igual ou superior a 60 anos terão direito a 50% de desconto no valor da inscrição individual, conforme previsto no Estatuto da Pessoa Idosa. A inscrição deverá ser realizada pelo site do evento.

PARA PCD

Serão disponibilizadas 25 vagas para pessoas com deficiência (PCD), com 50% de desconto no valor da inscrição individual.

Para solicitar o benefício, envie o laudo médico e um documento oficial com foto para o e-mail: corraconosco@simesportelazer.com.br.

Importante:

- A taxa de serviço de 12% da plataforma (TicketSports) **não está inclusa** no valor anunciado, somente na finalização da sua compra que a Plataforma adiciona o valor.
- Em caso de cancelamento, seguirá a política de reembolso descrita no item 9.

E-mail: corraconosco@simesportelazer.com.br ou instagram [@simesportelazer](https://www.instagram.com/simesportelazer)
WhatsApp: 11 94542-7300



O cuidado muda o futuro







Agir cedo começa com o primeiro passo

Corrida - 5 km
Caminhada - 2,5 km

08 DE NOVEMBRO
PARQUE CERET - SP

Organizado por: 

— VALORES DAS INSCRIÇÕES —

— incluso 10% de desconto

LOTE	PERÍODO	INDIVIDUAL	COMBO 2 PESSOAS	COMBO 3 PESSOAS	COMBO 4 PESSOAS
1º LOTE	15/08 a 07/10/2026	GERAL R\$ 79,00	R\$ 142,20	R\$ 213,30	R\$ 284,40
		60+ R\$ 39,50			
		PCD R\$ 39,50			
2º LOTE	A PARTIR DE 08/10/2026	GERAL R\$ 89,00	R\$ 160,20	R\$ 240,30	R\$ 320,40
		60+ R\$ 44,50			
		PCD R\$ 44,50			

E-mail: corraconosco@simesportelazer.com.br ou instagram @simesportelazer
WhatsApp: 11 94542-7300



4. ENTREGA DE KITS

Local: Em breve, divulgaremos essa informação.

Datas e Horários:

Importante:

- Retirada de kit por terceiros somente mediante apresentação de documento oficial do atleta (cópia ou digital) e ou autorização que consta na última página deste documento (digital ou impressa).
- Não haverá entrega de kits no dia do evento e nem após o término do mesmo.

5. KIT DO ATLETA

O Kit do Atleta será composto por:

- Camiseta oficial do evento (consultar a tabela de medidas);
- Número de peito com chip de cronometragem para os participantes da Corrida — uso obrigatório;
- Número de peito sem chip para os participantes da Caminhada;
- Par de meias exclusivas;
- Sacola oficial do evento;
- Medalha de participação, entregue após a conclusão do percurso da Corrida ou da Caminhada.

Camiseta:

E-mail: corraconosco@simesportelazer.com.br ou instagram [@simesportelazer](https://www.instagram.com/simesportelazer)
WhatsApp: 11 94542-7300



Tamanhos da Camiseta e Modelos

As camisetas do evento serão oferecidas em 03 modelos:

- **Masculino (tradicional unissex)**
- **Feminino (babylook)**
- **Infantil**

No momento da inscrição, você poderá escolher o modelo e o tamanho ideal para você. Ambos os modelos contam com uma tabela de medidas detalhada, para ajudá-lo(a) a selecionar o tamanho perfeito.

Tamanhos disponíveis:

- Unissex: PP, P, M, G, GG e XG
- BabyLook: P, M e G
- Infantil: 6 anos (P), 8 anos (M) e 10 anos (G)

Consulte a tabela de medidas em centímetros antes de finalizar sua inscrição.

E-mail: corraconosco@simesportelazer.com.br ou instagram @simesportelazer
WhatsApp: 11 94542-7300



O cuidado
muda
o futuro



**Agir cedo
começa com o
primeiro passo**



Corrida - 5 km
Caminhada - 2,5 km



08 DE NOVEMBRO

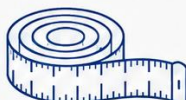


PARQUE CERET - SP

Organizado por:



TABELA DE MEDIDAS



COMO MEDIR SUA CAMISETA

Use uma fita métrica em centímetros, siga o desenho para posicionar a fita, meça a frente da camiseta e não meça com a camiseta no corpo.

1 COMPRIMENTO

Meça da parte mais alta do ombro até a barra da camiseta.

2 LARGURA

Meça na altura do peito, de uma axila à outra.

UNISSEX



TAMANHO	COMPRIMENTO (1)	LARGURA (2)
PP	65 cm	46 cm
P	67 cm	48 cm
M	69 cm	50 cm
G	71 cm	52 cm
GG	73 cm	54 cm
EX	75 cm	56 cm

FEMININA



TAMANHO	COMPRIMENTO (1)	LARGURA (2)
P	56 cm	40 cm
M	58 cm	42 cm
G	60 cm	44 cm

INFANTIL



TAMANHO	COMPRIMENTO (1)	LARGURA (2)
6 ANOS	50 cm	40 cm
8 ANOS	53 cm	42 cm
10 ANOS	56 cm	44 cm



OBS.: Pode ocorrer variação de até 2cm tanto no comprimento quanto na largura.

E-mail: corraconosco@simesportelazer.com.br ou instagram [@simesportelazer](https://www.instagram.com/simesportelazer)
WhatsApp: 11 94542-7300

A banner for the 'Agir cedo' event. It features a woman with curly hair running and smiling, wearing a blue t-shirt with the 'Agir cedo' logo. The background is a city skyline. On the left, there are logos for 'AGIR CEDO' (with a clock icon), 'SBD' (Sociedade Brasileira de Diabetes), and 'NOVEMBRO DIABETES AZUL'. Text on the left says 'O cuidado muda o futuro'. On the right, the main title 'Agir cedo começa com o primeiro passo' is displayed. Below it, icons represent 'Corrida - 5 km' and 'Caminhada - 2,5 km'. Further down, a calendar icon indicates '08 DE NOVEMBRO' and a location pin icon indicates 'PARQUE CERET - SP'. At the bottom right, it says 'Organizado por:' followed by the 'Simesportelazer' logo.

AGIR CEDO | O cuidado muda o futuro

SBD
Sociedade Brasileira de Diabetes

NOVEMBRO DIABETES AZUL

Agir cedo começa com o primeiro passo

Corrida - 5 km
Caminhada - 2,5 km

08 DE NOVEMBRO
PARQUE CERET - SP

Organizado por: **SIMESPORTELAZER**

6. Não há PREMIAÇÃO

O evento possui caráter exclusivamente participativo e, portanto, não haverá classificação, pódio, troféus ou premiação por colocação, categoria ou faixa etária.

Todos os participantes que concluírem o percurso da Corrida ou da Caminhada receberão uma medalha de participação.

A proposta do evento é promover a integração entre os participantes, incentivar a prática de atividade física e conscientizar sobre a importância da prevenção, do cuidado com a saúde e da adoção de hábitos de vida saudáveis.

7. CRONOMETRAGEM *apenas para sua avaliação pessoal*

A cronometragem da corrida será realizada por meio de **chip eletrônico**, com os resultados disponíveis logo após a passagem pelo pórtico de chegada.

Os participantes poderão acessar o site da empresa responsável pela cronometragem no site - www.cronoserv.com.br e, inclusive, **enviar uma foto pessoal** para gerar uma versão personalizada com seus tempos de prova.



8. INFORMAÇÕES DESTACADAS

1. O evento será realizado sob quaisquer condições climáticas, exceto em casos de situações extremas que representem risco à segurança dos participantes, conforme avaliação dos órgãos competentes.
2. A participação é individual e de livre vontade.
3. O atleta assume estar em boas condições físicas para a participação.
 - Todos os atletas autorizam o uso de sua imagem para fins de divulgação do evento.
 - Haverá postos de hidratação no percurso e na arena.
 - Teremos ambulância na arena, no percurso e uma tenda médica para atendimentos emergenciais, garantindo suporte rápido em caso de necessidade.

Importante: Recomendamos fortemente que cada participante realize uma avaliação médica prévia e esteja em boas condições de saúde para participar do evento. **Esse autocuidado também faz parte da sua jornada ao iniciar a prática de qualquer atividade física!**

Ao efetuar sua inscrição, o atleta declara estar em plenas condições físicas e de saúde para participar da prova, assumindo total responsabilidade por sua participação no evento.

9. POLÍTICA DE CANCELAMENTO E REEMBOLSO

Cancelamento até 7 dias corridos após à inscrição: reembolso integral (exceto taxa de serviço).

Até 30 dias antes do evento: devolução de 50% do valor pago.

E-mail: corraconosco@simesportelazer.com.br ou instagram @simesportelazer
WhatsApp: 11 94542-7300



Entre 29 e 10 dias antes: devolução de 30%.

Menos de 10 dias antes: devolução de 10%

Após a data do evento: não haverá reembolso.

10. TRANSFERÊNCIA DE TITULARIDADE

A transferência de titularidade da inscrição é feita de acordo com a disponibilidade e após avaliação da organização do evento.

Envie sua solicitação para corraconosco@simesportelazer.com.br com:

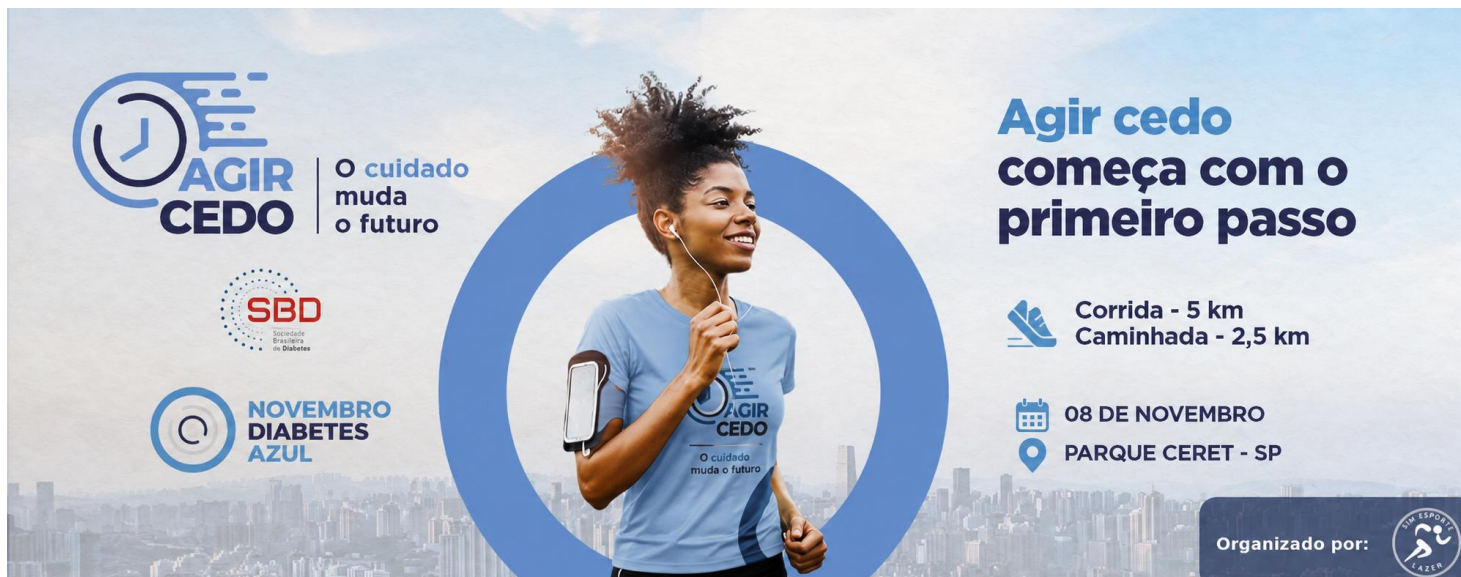
- › Número do pedido;
- › Nome do evento;
- › Nome completo e CPF de quem sai;
- › Nome completo e CPF de quem entra;
- › Alterações desejadas (tamanho de camiseta, questionário etc.).

11. ORIENTAÇÕES FINAIS

Para garantir uma experiência segura, agradável e organizada para todos os participantes, destacamos alguns pontos importantes:

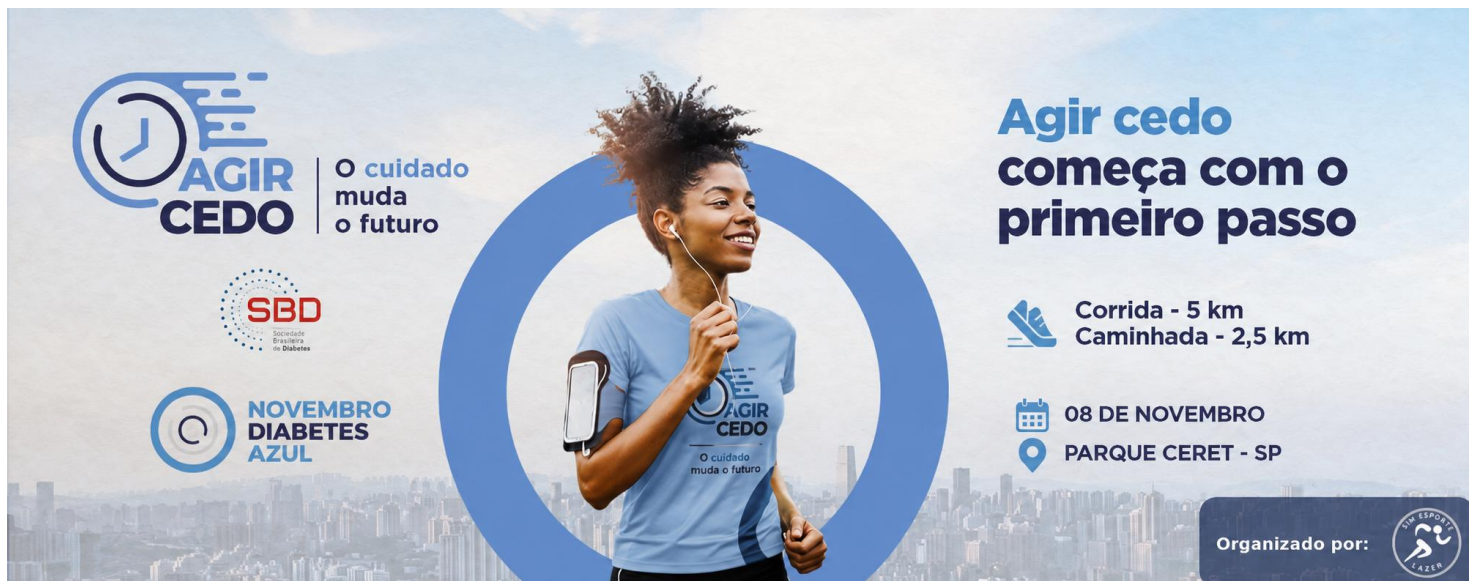
- Todos os atletas devem chegar com antecedência mínima de **15 minutos antes da largada**, portando o número de peito. A entrada no funil de largada será anunciada pelo locutor oficial do evento.

E-mail: corraconosco@simesportelazer.com.br ou instagram [@simesportelazer](https://www.instagram.com/simesportelazer)
WhatsApp: 11 94542-7300



- As **atividades da Arena** estão destinadas exclusivamente aos participantes inscritos. Aproveite esse espaço pensado com carinho para você!
- A **utilização da imagem** dos participantes para fins de divulgação está autorizada ao se inscrever no evento, sem qualquer ônus ou compensação futura.
- As **informações fornecidas no ato da inscrição** são de responsabilidade do participante e devem ser precisas. Todos os custos relacionados à participação (transporte, alimentação, hospedagem, entre outros) são de responsabilidade do inscrito.
- A **organização conta com apoio de monitores e órgãos competentes** para garantir a segurança ao longo do percurso e da Arena.
- **Não nos responsabilizamos por extravios ou danos a objetos pessoais.** Recomendamos que leve apenas o essencial.
- Cada participante deve agir com respeito, consciência e cordialidade, contribuindo para um ambiente harmonioso e seguro.
- O inscrito declara estar participando por livre vontade, assumindo total responsabilidade por sua presença no evento e isentando os organizadores, patrocinadores e realizadores de qualquer responsabilidade legal.
- Ao fornecer seus dados, o participante autoriza o envio de comunicações relacionadas ao evento por parte da organização, realizador e seus parceiros oficiais.
- Durante a prova, os participantes terão acesso a **postos de hidratação e apoio ao longo do percurso**, além de uma estrutura preparada para emergências.

E-mail: corraconosco@simesportelazer.com.br ou instagram [@simesportelazer](https://www.instagram.com/simesportelazer)
WhatsApp: 11 94542-7300



- **A organização reserva-se o direito de alterar o regulamento, total ou parcialmente,** conforme necessidade, bem como suspender o evento em caso de força maior (segurança pública, condições climáticas extremas, entre outros).
 - Dúvidas ou casos omissos neste regulamento serão resolvidos de forma soberana pela Comissão Organizadora.
-

Ao inscrever um menor os Pais ou Responsáveis tem total responsabilidade pela sua participação.

PARTICIPAÇÃO DE MENORES DE IDADE

- A **idade mínima para participação na Corrida (5 km) é de 14 anos completos até a data do evento.**
- Para a **Caminhada (2,5 km)**, será permitida a inscrição de **menores de 14 anos**, e desde que estejam **acompanhados por um adulto responsável durante todo o trajeto**. O adulto precisa estar inscrito na prova e a idade mínima para participação na caminhada é de 5 anos.

É essencial que o responsável legal compreenda que a supervisão da criança é de sua total responsabilidade. O adulto deve zelar pela **integridade e segurança da criança**, posicionando-se **no final do funil de largada** e adaptando-se ao ritmo da criança, podendo inclusive **interromper o percurso a qualquer momento, caso seja necessário**, sem prejuízo da participação.

Mesmo que o trajeto não seja concluído, a **medalha, água e fruta serão entregues normalmente** a todos que estiverem com número de peito identificando sua participação na prova.

Reforçamos que a **organização do evento não se responsabiliza por incidentes decorrentes da**

**E-mail: corraconosco@simesportelazer.com.br ou instagram [@simesportelazer](https://www.instagram.com/simesportelazer)
WhatsApp: 11 94542-7300**

AGIR CEDO | O cuidado muda o futuro

SBD
Sociedade Brasileira de Diabetes

NOVEMBRO DIABETES AZUL

Agir cedo começa com o primeiro passo

Corrida - 5 km
Caminhada - 2,5 km

08 DE NOVEMBRO
PARQUE CERET - SP

Organizado por: **SIMESPORT LAZER**

falta de supervisão adequada, e que a segurança das crianças deve ser prioridade absoluta durante toda a atividade.

Termo para RETIRADA DE KITS por terceiros:

4ª Corrida e Caminhada SBD

TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA RETIRADA DE KIT POR TERCEIROS

Eu, _____,

portador(a) do CPF nº _____,

telefone (____) _____,

autorizo a retirada do meu **kit e chip** por:

Nome: _____

CPF: _____

Declaro que estou ciente e de acordo com as regras do evento, assumindo total responsabilidade por esta autorização e pelos atos do terceiro indicado.

Confirmo que li e estou de acordo com o Regulamento da prova.



Agradecemos a compreensão e colaboração de todos para garantir um evento seguro, inclusivo e agradável para todas as famílias participantes.

Estamos ansiosos para proporcionar momentos incríveis, sorrisos e muita diversão para todos. Contamos com a sua presença para tornar essa corrida uma verdadeira celebração.

CANAIS DE COMUNICAÇÃO

Se tiver alguma dúvida, fale conosco através dos nossos canais e acompanhe nossas novidades sobre o evento:

E-mail: corraconosco@simesportelazer.com.br com Wilson

WhatsApp: (11) 94542-7300 com Regina

Instagram:

<https://www.instagram.com/simesportelazer>

<https://www.instagram.com/diabetessbd>

E-mail: corraconosco@simesportelazer.com.br ou instagram [@simesportelazer](https://www.instagram.com/simesportelazer)
WhatsApp: 11 94542-7300