

REGULAMENTO CIRCUITO O DIA CORRIDA DE RUA

1. Sobre o evento:

É o 2º Circuito Corrida de Rua O Dia. Realizado pela Fundação Octávio Miranda, o evento está marcado para acontecer no dia 16 de agosto e promete se consolidar no calendário da cidade. Com o propósito de incentivar a prática de atividades físicas, promover qualidade de vida e saúde

2. Modalidade:

- Caminhada 3 km
- Corrida 5 km

3. Dados do evento:

Data: 16 de agosto de 2026

Horário da Largada: 06:00h

Sugestão de chegada para evitar atrasos : 05:15H

Largada/Chegada: Teresina shopping

(Acompanhe nossas redes sociais instagram - @sistemaodia)

4. Entrega dos kits:

Local: Teresina shopping

Dia: 13/08 DE 10 AS 22H

- Levar documento de identificação e comprovante de inscrição.

- O tamanho das camisas será entregue de acordo com o que tivermos disponível na hora da entrega do kit.

-Cada participante precisará assinar um termo de responsabilidade no ato da entrega atestando sua boa condição de saúde para participação da corrida e os participantes menores de 18 anos precisam levar uma autorização do pai ou responsável.

-Não haverá entrega de kits nem medalhas após a data descrita neste regulamento

-A pessoa que for receber mais de um kit irá assinar um termo de responsabilidade pelo recebimento e precisa levar documento de identidade para comprovação

5. Participação e Inscrição:

Poderão participar da corrida qualquer pessoa de ambos os sexos com idade mínima de 14 (catorze) anos que esteja gozando de boa saúde.

5.1. As inscrições deverão ser realizadas através do site https://agendaoffroad.com.br/2corrida_odia

5.2. Alterações de inscrições só poderão ser realizadas com a organização, não será permitido em hipótese alguma, qualquer tipo de alteração.

5.3. A organização não faz estorno de inscrições

5.4. A organização do evento também estabelece que:

5.5. Ao se inscrever neste evento, o participante assume total responsabilidade pelos dados fornecidos, aceita totalmente o regulamento, assume as despesas de transporte, hospedagem e alimentação, seguros e quaisquer outras despesas necessárias ou provenientes da sua participação antes, durante e depois do Evento.

5.6. Haverá, para atendimento emergencial aos atletas, um serviço de ambulância para remoção, e o atendimento médico propriamente dito tanto de emergência como de continuidade será efetuado na rede pública sob responsabilidade desta.

5.7. A segurança do evento receberá apoio de empresa contratada e haverá monitores para a orientação dos participantes.

5.8. Poderão os organizadores / realizadores suspender o evento por questões de segurança pública, atos públicos, vandalismo e/ ou motivos de força maior.

5.9. O participante que em qualquer momento deixe de atender as regras descritas neste regulamento, ou por omissão deixe de comunicar (com registro por escrito e devidamente recebido pelos organizadores) à organização qualquer impedimento de sua parte, poderá a qualquer tempo ser desclassificado deste evento.

5.10. Os participantes têm a obrigação de preencher corretamente todos os campos da ficha de Inscrição do evento.

5.11. O participante assume que participa deste evento por livre e espontânea vontade, isentando de qualquer responsabilidade à comissão organizadora e patrocinadores, em seu nome e de seus sucessores.

5.12. Ao se inscrever o participante o fará de forma pessoal e intransferível, não havendo possibilidade de transferência desta inscrição para outro participante. Devendo preencher o formulário de inscrição com dados legíveis e obrigatoriamente informar o cpf.

5.13. Ao se inscrever na corrida o participante disponibilizará seus dados e autorizará à comissão organizadora e patrocinadores para que a qualquer momento enviem em seu nome, no endereço eletrônico ou físico (ou qualquer outro fornecido) informativos, mala direta ou qualquer outro tipo de correspondência.

5.14. Ao participar deste evento, o atleta cede todos os direitos de utilização da sua imagem, inclusive direito de arena, renunciando o recebimento de qualquer renda que vier ser auferida com direitos a televisão ou qualquer outro tipo de transmissão e/ou divulgação, promoções, internet e qualquer outra mídia, em qualquer tempo.

5.15. Não haverá reembolso por parte da organização bem como seus patrocinadores, apoios e realizadores, de nenhum valor correspondente a equipamentos e/ou acessórios utilizados pelos atletas no evento.

5.16. Recomendamos uma avaliação médica prévia o para todos os atletas

5.17. O atleta assume e expressamente declara que é conhecedor do seu estado de saúde e capacidade atlética e que treinou adequadamente para o evento

5.18. A organização poderá a qualquer momento suspender ou prorrogar prazos ou ainda adicionar ou limitar o número de inscritos do evento em função de necessidades/disponibilidades técnicas /estruturais, sem aviso prévio.

6. Punição:

Qualquer competidor que usar de meios ilícitos e/ou antidotesportivos para obter vantagem ou que não cumprir o percurso será automaticamente desclassificado. O competidor poderá caminhar durante a prova, mas se parar deliberadamente ou abandonar o percurso, também será desclassificado.

Serão motivos de desclassificação:

- Receber ajuda externa ou ser acompanhado por pessoas a pé, de bicicleta, Automóvel, motocicleta ou qualquer outro tipo de veículo;
- Não realizar a pé a totalidade do percurso marcado pela organização;
- Praticar qualquer ato antidotesportivo;
- Utilizar da ajuda de “pacer”;
- Cortar caminho;

OBS: Somente atletas devidamente inscritos poderão participar da corrida, sendo vetados explicitamente corredores avulsos. Caso a organização da prova se depare com corredores avulsos na largada ou no percurso de prova durante o evento, o mesmo será retirado do local.

7. Premiação:

A organização irá classificar e premiar com troféus 3 posições das seguintes categorias masculino e feminino prova de 5km:

- Geral
- 14 a 19 anos – Masculino e Feminino
- 20 a 29 anos – Masculino e Feminino
- 30 a 39 anos – Masculino e Feminino
- 40 a 49 anos – Masculino e Feminino
- 50 a 59 anos – Masculino e Feminino

- 60 a 69 anos – Masculino e Feminino
- 70 anos ou mais – Masculino e Feminino
- PCD (Pessoa com Deficiência). Masculino e feminino

* A categoria 3KM recebe medalha participa do evento, mas não tem premiação

* O tempo considerado será o tempo Líquido para classificação das faixas etárias
Todos os atletas que completarem o percurso receberão medalha de participação alusiva ao evento.

8. Percurso:

✓ 5KM – Largada Teresina shopping –Av.Raul Lopes - Av.Cajuína – retornando pelas mesmas avenidas.

3KM

9. Valor de Inscrição:

Cada atleta para concretizar a inscrição deverá pagar a quantia:

- Taxa de inscrição + Taxa do Site + 01kg de alimento não perecível a ser entregue no dia do recebimento do kit atleta.

10. Kit do Atleta:

- ✓ Sacochila
- ✓ Camisa
- ✓ Viseira
- ✓ Número de Peito
- ✓ Medalha (Fim do evento)

11. Recomendações:

Lembramos a importância de cuidar da sua saúde cardiovascular, consultar um cardiologista e realizar análises de movimento e pisada para prevenir lesões crônicas.

1. Saiba seus níveis atuais de saúde e, principalmente, a parte cardiovascular. Consulte um cardiologista.
2. Faça análise de movimento e da pisada com profissional, para minimizar os riscos de lesões crônicas.
3. Consulte uma assessoria de corrida para avaliar seu atual condicionamento físico, bem como programar as condutas de treinamento físico para uma corrida segura e eficiente.
4. Utilize roupas adequadas para cada temperatura.
5. Use tênis adequado próprio para corrida, que seja confortável e leve.
6. Cuidado com a alimentação pré e pós-atividade. Nunca treine em jejum ou

logo após refeições pesadas.

12. Cronograma do evento :

05h15 – Início da entrega de chps
05h30 - Início das atividades de aquecimento
06h00- Largada
07h15- Cerimônia de premiação
09h- Encerramento

12.Disposições gerais

A organização indicara local para montagem de tendas de assessoria/treinadores de acordo com a disponibilidade de espaço na área da arena do evento, desde que não interfira no bom andamento da prova

A organização não se responsabiliza pela tenda ou danos causados a mesma e a objetos deixados no seu interior

A organização se reserva no direito de alterar este regulamento quantas vezes for necessário para garantir a sua divulgação de forma eficaz, sem aviso prévio.

13. Contato:

Realização: Fundação Octávio Miranda / Sistema O Dia de Comunicação
Organização e Cronometragem: Zerooitomeia

Instagram: @sistemaodia

Whatsapp: 86 3333-3333