

**Caminhada e Corrida**  
**ELAS EM MOVIMENTO – PORTAO/RS**  
***Prova exclusiva ao público FEMININO***

**REGULAMENTO GERAL DA PROVA**

**1. Informações da Prova**

1. Local: **Centro de Atividades LOTGAR KERN, rua 9 de outubro, centro, (próximo a Prefeitura Municipal de Portão.**
2. Data: **09 de março 2025**
3. Modalidades:
  - 1.3.1. **Caminhada de 3km e corrida de 5km.**
4. Horários de Largadas:
  - 1.4.1. **Às 08h30min.**
5. Entrega de Kits:
  - 1.5.1. No dia e no local da prova das **07h00 às 08h00min.**
6. Estrutura do Evento:
  - 1.6.1. Haverá estacionamento, tendas para concentração, área de dispersão com frutas e hidratação para os atletas inscritos.

**2. Kit da Prova**

1. **Corrida e caminhada**
  - 2.1.1. Todos os atletas receberão numeral de peito (corrida com chip e caminhada sem chip) e medalha de participação ao concluir a prova.

**3. Valores das inscrições:**

1. **Corrida**
  - 3.1.1. **A CAMINHADA E CORRIDA “ELAS EM MOVIMENTO”** terá inscrição pelo site <https://vamoquevamo.net.br/corridas-2025/elas-em-movimento.html> pelo valor de R\$ 69,90 com direito a um lindo kit camiseta de poliamida, medalha e chip cronometragem. Quem optar pelo kit sem camiseta o valor será de R\$ 49,90
  - 3.1.2. **DESCONTOS** especiais para academias, equipes, assessorias e idosos (entrar em contato via whats 51 999114697 com Noli e Cristiane).

**2. LIMITE DE 300 ATLETAS.**

**4. Categorias e premiação para corrida**

1. **Corrida 5km:**
  - 4.1.1. Geral Feminino - 1° ao 5° Troféus
  - 4.1.2. Faixas etárias: **Troféu para as CAMPEÃS** e medalhas para 2° à 5°.

- 4.1.2.1. 15 a 19 anos;
- 4.1.2.2. 20 a 24 anos;
- 4.1.2.3. 25 a 24 anos;
- 4.1.2.4. 30 a 34 anos;
- 4.1.2.5. 35 a 39 anos;
- 4.1.2.6. 40 a 44 anos;
- 4.1.2.7. 45 a 49 anos;
- 4.1.2.8. 50 a 54 anos;
- 4.1.2.9. 55 a 59 anos;
- 4.1.2.10. 60 a 64 anos;
- 4.1.2.11. 65 em diante

5. Classificados segundo o tempo BRUTO na geral e LÍQUIDO nas faixas etárias. Não haverá dupla premiação.

## 6. Considerações Gerais

1. A prova visa promover a prática da corrida na cidade e arredores, assim como também a relação entre a corrida, saúde e natureza;
2. As vias de trânsito não serão interrompidas para a realização da prova, portanto os atletas deverão observar o fluxo de veículos, de transeuntes e da fauna local;
3. A prova acontecerá com qualquer condição climática. Qualquer decisão contrária a isso só poderá ser tomada pela organização da prova e somente visando à segurança dos atletas;
4. Os atletas deverão usar os números de peito fornecidos pela Organização para identificação na prova durante o evento, sob pena de desclassificação se este item não for cumprido;
5. Caso a organização sinta necessidade, poderá solicitar atestado médico do atleta para participação na prova;
6. Serão disponibilizados aos atletas pontos de hidratação, onde haverá água a disposição;
7. Os atletas deverão descartar suas garrafas, copos e lixo em geral dentro dos recipientes próprios para isso, inclusive durante a prova, sob pena de desclassificação;
8. Disponibilizaremos uma ambulância para a prova. Será prestado o primeiro atendimento e se necessário o atleta será encaminhado para o serviço público de saúde mais próximo, isentando a responsabilidade do organizador;
9. Ao efetuar a inscrição o atleta cede os direitos de utilização de sua imagem, inclusive direito de arena e divulgação da prova em qualquer mídia, em qualquer tempo;

10. Haverá estacionamento no local, porém as vagas serão limitadas e por ordem de chegada. A Organização do Evento e os responsáveis pelo estabelecimento não se responsabilizarão por qualquer dano, furto ou roubo de veículos ou equipamentos deixados nos mesmos;
11. Durante a realização da prova os participantes serão fiscalizados em todo o percurso por staffs identificados com uma camiseta diferenciada, com autoridade para identificação e anotação dos participantes que estejam utilizando-se de conduta antidesportiva, a ser encaminhada a Organização para decisão quanto à aplicação das penalizações estabelecidas neste regulamento;
12. Serão motivos de possível desclassificação: Ingerir bebidas alcoólicas, drogas ou estimulantes; causar danos a propriedades particulares ou a natureza; jogar lixo nas vias públicas ou fora das lixeiras; usar algum meio de comunicação, como celular ou rádio; atrapalhar o atendimento da equipe de resgate ou o trabalho dos Fiscais; praticar atos antidesportivos ou desrespeitar as pessoas; utilizar “batedor” (apoio) durante a prova; desacatar ou desrespeitar as decisões da Organização e orientações dos Resgates ou dos Fiscais; trocar o número de peito com outro atleta sem comunicar a Organização antes de ser dada a largada e com as devidas alterações no sistema.
13. A desclassificação lança o participante ao último lugar de classificação na prova;
14. Casos omissos no regulamento serão analisados e julgados pelo Diretor de prova e pela Organização;
15. Recursos e Protestos serão aceitos pela Organização da Prova dentro do prazo previsto de 5 minutos após a chegada do último participante da categoria e publicação dos resultados no mural do evento;
16. O atleta no momento da inscrição declara estar apto fisicamente e em boas condições de saúde para realizar a prova, eximindo a organização da mesma de qualquer tipo de responsabilidade;
17. A Organização terá total autonomia para decidir sobre qualquer questão independentemente de estar prevista neste regulamento.

Organização/Cronometragem:  
Noli e Cristiane (VamoQueVamo Eventos Esportivos)  
CNPJ: 30.988.413/0001-97  
FONE: 51 9 99114697

**REALIZAÇÃO**  
VamoQueVamo Corridas / Prefeitura de Portão