



Data: 10/03/2019 (Domingo)

Cidade: Sapucaia do Sul

Local: Sede Campestre SINTEP Vales

(www.sintepvales.org.br)

Horário de Largada:

- **09:00 horas (Categoria 10 Km)**
- **09:15 horas (Categoria 5,5 Km)**

1 - CATEGORIAS

- Corrida (10 Km)

- Corrida (5,5 Km)

2 - INSCRIÇÃO

O evento esportivo 1ª Trilha SÓ ELAS, de corrida nas distâncias de 5,5 Km e 10 Km, possui inscrição GRATUITA.

ATENÇÃO: Toda a pessoa inscrita no evento e que não venha participar da corrida, sem o devido cancelamento/comunicação da participação até o dia **06/03/2019 (quarta-feira)**, e ou através de **atestado médico**, **ESTARÁ SENDO COBRADO O VALOR DE R\$ 50,00**, através de cobrança via boleto bancário.

Contato para fins de comunicação de cancelamento de inscrição até **06/03/2019** e para Pós-Evento (Atestado Médico):

Telefone/WhatsApp (51) 99167-3606.

O Valor cobrado pela falta da atleta inscrita ao evento, estará sendo destinada a uma entidade social de Sapucaia do Sul.

ACÇÃO SOLIDÁRIA : Todas as participantes, que queiram doar 1 LITRO de LEITE, o evento estará recolhendo, para doação as entidades sociais de Sapucaia do Sul.

Informamos, que na retirada da numeração atleta (SOMENTE ATLETAS), estará sendo cobrado o valor de R\$ 2,00, para fins de viabilizar a Limpeza, Manutenção e Zeladoria da Sede Campestre SINTEP, que estará sendo disponibilizado em especial para o evento esportivo.

3 – PREMIAÇÃO

TROFÉUS - Premiação Geral até 5º Lugar

MEDALHAS - Faixas Etárias 5/5 anos até 5º Lugar

Todos os participantes que completarem a prova receberão medalhas de participação.

4 - INFORMAÇÕES

E-mail: contato@youmovin.com.br e contato@eventos.com.br

5 – Promoção

- Prefeitura Municipal de Sapucaia do Sul / SINTEP

6 - Realização

- L&E Eventos Ltda (CNPJ 15247946/0001-24)

- Sapucaia Trail Runners

7 – Apoio

- 3C Timing Cronometragens
- YouMovin
- Baú do Esporte
- Trilhas & Montanhas – Vestuário Esportivo

A partir da idade de **16 anos** (Percurso 5,5 Km) e **18 anos** (Percurso 10 Km).

Caso a participante seja menor de idade, este deverá obrigatoriamente apresentar o Termo de Autorização assinado pelo responsável.

5 – CATEGORIAS COMPETIÇÃO/RENDIMENTO

As Categorias serão dispostas da seguinte forma:

5.1 - CATEGORIA 5,5 Km

Esta categoria será destinada a todas que queiram realizar o percurso de 5,5 Km.

Observação: Nesta categoria obrigatoriamente a idade mínima de participação será de 16 anos.

5.2 - CATEGORIA 10 Km

Esta categoria será destinada a todas que queiram realizar o percurso de 10 Km.

Observação: Nesta categoria obrigatoriamente a idade mínima de participação será de 18 anos.

ATENÇÃO: Além da idade mínima, O QUE É DE EXTREMA IMPORTÂNCIA PARA A SAÚDE E SEGURANÇA FÍSICA DO PARTICIPANTE, é o mesmo fazer a sua avaliação pessoal e de condicionamento físico com MÉDICO CARDIOLOGISTA e PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA. Somente após estes 2 procedimentos o evento, orienta a escolha da distância que pretende desafiar-se, correr.

OS PERCURSOS SÃO TODOS DE DIFICULDADE FÍSICA E DE DIFÍCIL ACESSO PARA SOCORRO E RESGATE.
MUITA ATENÇÃO E BOM SENSO NA OPÇÃO DE DISTÂNCIA.

O Documento utilizado para comprovar a inscrição e a efetivação de participação dos atletas será o comprovante de inscrição enviado por e-mail.

As inscrições deverão ser feitas através do site: WWW.YOUMOVIN.COM.BR e terão o prazo máximo de **10 dias** que antecedem a data da prova.

As atletas, antes do início da competição, deverão comparecer com antecedência, para fins de retirada de sua numeração de competição. Deverão apresentar a Carteira de Identidade e ou Carteira de habilitação. **Sem o qual não poderão participar da competição.**

A INSCRIÇÃO É PESSOAL E INTRANSFERÍVEL!!!

A participante que ceder seu número de peito, para outra pessoa, estará assumindo a responsabilidade por qualquer acidente ou dano que esta pessoa venha a sofrer, isentando o atendimento e qualquer responsabilidade da organização do evento, patrocinadores, apoiadores e órgãos públicos envolvidos no evento para com esta pessoa.

Toda pessoa que não estiver devidamente inscrita e com a numeração de peito visível, poderá ser convidada a retirar-se do evento e proibida de utilizar-se de qualquer parte do evento, sob a pena de acionamento dos órgãos competentes de segurança para fins de remoção da mesma do local.

A comissão organizadora **NÃO** se responsabiliza por acidentes, lesões, furtos, extravios de materiais, etc, que possa ocorrer devido a **Imperícia, Imprudência e Negligência** das participantes.

6 – VESTUÁRIO

6.1 - Todas os participantes deverão utilizar vestuário específico para a prática esportiva.

6.2 - Recomenda-se a utilização de roupas e calçados esportivos desenvolvidos para a prática ao ar livre/outdoor.

7 - SISTEMA DE DISPUTA

7.1 - O sistema de disputa será de todas, contra todas, respeitando a categoria, faixa etária, na qual estará inscrita a participante.

7.2 - O sistema de cronometragem e classificações gerais e faixas etárias, será utilizado o **TEMPO BRUTO**.

7.3 - O Sistema de cronometragem utilizado no evento SERÁ CONTROLE MANUAL / ELETRÔNICO, com a operação da 3C Timing.

7.4 - A classificação dos participantes será realizada dentro de sua categoria, faixa etária, seguindo a ordem de chegada da mesma que completar todo o percurso da prova, SEM penalizações registradas durante o decorrer do percurso e demais normas do regulamento e especificações exclusivas de cada etapa.

8 – CONTROLE DAS PARTICIPANTES e DURANTE O DECORRER DA COMPETIÇÃO

8.1 - É expressamente proibido a participante contar com acompanhamento ou apoio de qualquer pessoa: Masculina, a Pé, de Bicicleta, de Carrinho ou de Veículo motorizado durante o percurso. Caso seja verificado a participante será DESCLASSIFICADA.

8.2 - É expressamente proibido a participante, participar com qualquer tipo de animal. Caso seja verificado a participante sofrerá a punição de 2 horas adicionadas ao seu tempo final.

Durante o decorrer da competição, no percurso as participantes terão o contato com colaboradores (fiscais, monitores, orientadores, profissionais de saúde e demais) que estarão fiscalizando e orientado os mesmos em determinados locais, que receberão as seguintes terminologias.

- **Postos de Direcionamento (PD)** = São postos com a presença de fiscais para fins de auxiliar no direcionamento correto dos participantes no decorrer do percurso.
- **Postos de Cruzamentos (PC)** = São postos com a presença de fiscais em locais com cruzamentos de estradas, avenidas, ruas para fins de auxiliar na segurança dos participantes no decorrer do percurso.
- **Postos de Hidratação (PH)** = São postos com a presença de fiscais e com hidratação. O sistema de hidratação nas etapas, será realizado com copos descartáveis de água

9 – DURAÇÃO DA COMPETIÇÃO

- CATEGORIA 5,5 Km: 1h15´
- CATEGORIA 10 Km: 2h15´

10 – PREMIAÇÃO

“TROFÉUS”

- Classificações Gerais : Até 5º lugar

“MEDALHAS”

- Classificações Faixas Etárias : Até 5º lugar

Faixas Etárias 5,5 Km

• 16 à 22 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 23 à 27 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 28 à 32 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 33 à 37 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 38 à 42 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 43 à 47 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 48 à 52 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 53 à 57 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 58 à 62 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 63 à 67 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 68 à 72 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 73 à 77 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 78 anos +	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares

Faixas Etárias 10 Km

• 18 à 22 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 23 à 27 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 28 à 32 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 33 à 37 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 38 à 42 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 43 à 47 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 48 à 52 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 53 à 57 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 58 à 62 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 63 à 67 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 68 à 72 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 73 à 77 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 68 à 72 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 73 à 77 anos	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares
• 78 anos +	1º, 2º, 3º, 4º, 5º Lugares

Todos os participantes que completarem a prova receberão medalhas de participação,

12 – VALORES DE INSCRIÇÃO

O evento esportivo 1ª Trilha SÓ ELAS, de corrida nas distâncias de 5,5 Km e 10 Km, possui **Inscrição GRATUITA.**

ATENÇÃO: Toda a pessoa inscrita no evento e que não venha participar da corrida, sem o devido

cancelamento/comunicação da participação até o dia 06/03/2019 (quarta-feira), e ou através de atestado médico, ESTARÁ SENDO COBRADO O VALOR DE R\$ 50,00, através de cobrança via boleto bancário.

Contato para fins de comunicação de cancelamento de Inscrição até 06/03/2019 e para Pós-Evento (Atestado Médico):

Telefone/WhatsApp (51) 99167-3606.

O Valor cobrado pela NÃO PARTICIPAÇÃO, sem cancelamento ou justificativa médica, de todas as inscritas ao evento, estará sendo destinada a uma entidade social de Sapucaia do Sul.

AÇÃO SOLIDÁRIA : Todas as participantes, que queiram doar 1 LITRO de LEITE, o evento estará recolhendo, para doação as entidades sociais de Sapucaia do Sul.

Informamos, que na retirada da numeração atleta (SOMENTE ATLETAS), estará sendo cobrado o **valor de R\$ 2,00**, para fins de viabilizar a Limpeza, Manutenção e Zeladoria da Sede Campestre SINTEP, que estará sendo disponibilizado em especial para o evento esportivo.

14 – NATUREZA

Somos parte desta bela e incrível natureza. Somos a própria natureza.

Portanto, preservar é a nossa responsabilidade.

Rita Padoin

O evento, PROÍBE a todos os participantes, no que refere-se a descarte (garrafas, repositores energéticos, embalagens diversas....), em pontos, locais que não sejam os corretos para estes fins.

CASO SEJA VERIFICADO algum atleta, descartando algum resíduo em local não correto para este fim, SOFRERÁ a **PUNIÇÃO de DESCLASSIFICAÇÃO do Evento.**

Sapucaia do Sul – RS, 02/01/2019

Luís Leandro Grassel
Responsável Técnico – CREF 9.564-G/RS
CNPJ – 15247946/0001-24
L&E Eventos Ltda