

REGULAMENTO

TREINAO SOLIDARIO PARA TODOS

13/01/19 08H00

2KM | 5KM
CAMINHADA | CORRIDA



TROFEU PARA
OS 5 PRIMEIROS
GERAL MASCULINO E FEMININO

TROFEU PARA AS 3 MAIORES EQUIPES

TREINÃO SOLIDÁRIO PARA TODOS

O objetivo desse Treinão é incentivar a qualidade de vida através do esporte, dizer “sim” para a caminhada e para a corrida, e dizer “não” ao sedentarismo e aos seus resultados indesejáveis.

Estaremos arrecadando 1 kg de alimento não perecível (exceto sal e fubá) para direcioná-los á CASA DA CRIANÇA

(R: Benedito Fernandes Cruz, 60 - Centro - Itaquaquecetuba - SP)

Obs:

- Os alimentos poderão ser entregues na retirada dos kits

ÓTICA MAX (R: Sebastião Ferreira dos Santos, 185 - Centro - Itaquaquecetuba - SP)

1 – LOCAL

LARGADA E CHEGADA

ITAQUÁ GARDEN SHOPPING

Estrada do Mandi, 1205 - Jardim Campo Limpo

Itaquaquecetuba - SP - 08598-000

ESTACIONAMENTO DO SHOPPING

Os atletas receberão bilhete (voucher) antes de ir embora para pagar metade do valor.



CRONOGRAMA DO DIA 13/01/19

RETIRADA DE KITS: 6:30 às 7:30 hs

AQUECIMENTO: 7:30 hs as 7:50 hs

LARGADA (Corrida 5 k e Caminhada 2 k): 8:00 hs

ZUMBA: 9:00 hs

PREMIAÇÃO E SORTEIOS: 10:00 hs

INSCRIÇÕES:

Valor: 40,00 + 1 kg de alimento não perecível (menos sal e fubá).

Os alimentos serão doados para a Casa das Crianças de Itaquaquecetuba.

Acima de 60 anos paga metade.

As inscrições serão abertas no dia 07/11/18 e encerrarão no dia 07/01/19 ou até completar a quantidade limitada de 300 atletas.

Inscrições individuais:

Sites: www.runnerbrasil.com.br

Inscrições em grupos, equipes, assessorias:

Whatsapp: (11) 97454-1828

PONTOS DE INSCRIÇÃO:

As inscrições também poderão ser realizadas pessoalmente nos seguintes lugares:

Itáqua Distribuidora de Águas Minerais

Av Ítalo Adami, 1551 - Vila Ursulina - Itaquaquecetuba – SP

Ótica Max

Rua Sebastião Ferreira dos Santos, 185 - Centro - Itaquaquecetuba - SP

PREMIAÇÃO

GERAL MASCULINO E FEMININO - 1º ao 5º colocado - Troféu
3 MAIORES EQUIPES - Troféu
TODOS QUE CONCLUÍREM A PROVA – Medalha

RETIRADA DE KITS

Camiseta, Sacochila, Número de peito, Alfinetes.
O kit poderá ser retirado pelo atleta ou terceiros com documento original.

LOCAL:



Os kits serão entregues nos seguintes dias:

10/01 (quinta) das 10:00hs às 18:00hs

11/01 (sexta) das 10:00hs às 18:00hs

12/01 (sábado) das 10:00hs às 18:00hs

Obs: Levar 1 kg alimento não perecível (exceto sal e fubá)

ÓTICA MAX (R: Sebastião Ferreira dos Santos, 185 - Centro - Itaquaquecetuba - SP)

REGRAS GERAIS

Guarda-volumes das 7:00 hs as 10:00 hs
Enfermeiros no local
Postos de hidratação e frutas



COBERTURA FOTOGRÁFICA DO EVENTO



As fotos do evento estarão disponíveis no dia 14/01/2019 no site www.fotop.com.br

ORGANIZAÇÃO

Andréia Felix
(11) 97454-1828

andreaafelix@hotmail.com

