



REGULAMENTO

5ª Corrida da Ressaca



REGULAMENTO Corrida da Ressaca

CAPÍTULO I – Corrida da Ressaca

Artigo 1. 4º Corrida da Ressaca 9,5 km, aqui denominado corrida, será realizada em 16 de março de 2025.

Artigo 2. O horário da concentração será às 07:15 e de largada da corrida será às 08h00, da Avenida Bias Fortes de frente a escola Maria Augusta Monteiro Congonhas com qualquer condição climática.

Parágrafo único – O horário de largada da corrida ficará sujeita às alterações em razão da quantidade de inscritos e de eventuais problemas de ordem externa, tais como, tráfego intenso, falhas de comunicação ou suspensão no fornecimento de energia.

Artigo 3. A corrida terá distância total de 9,5 km, com percurso determinado pela organização do evento.

Artigo 4. A corrida terá duração de 120 minutos, e terá o seguinte trajeto:

Saída da Avenida Bias Fortes Congonhas, de frente a escola Municipal Maria Augusta Monteiro, descendo sentido ao Pontilhão, chegando a Avenida Doutor Vitorino Bairro Vila São Vicente até o final do Bairro, chegando a rua Pedro Cordeiro seguindo a rua Jair Pereira Toledo Belvedere, até a metade da prova em local demarcado pela organização, retornando na rua Pedro Cordeiro, avenida Doutor Vitorino bairro Vila São Vicente, chegando novamente ao Pontilhão subindo a Avenida Bias Fortes até retornar ao ponto de saída, de frente a escola Maria Augusta Monteiro bairro Lamartine onde estará o pódio de chegada e premiações.

Artigo 5. Esta corrida é organizada pela Associação de Corredores de Congonhas. Será criada uma Comissão organizadora, constituída por associados da entidade, que terá competência para resolver qualquer problema ou responder dúvidas durante a corrida.

Artigo 6. A corrida de Rua de 9,5 km será disputada nas seguintes categorias:

I - Masculino:

- a) Geral;
- b) Geral Atletas de Congonhas;
- c) 16 a 19 anos;
- d) 20 a 24 anos;
- e) 25 a 29 anos;
- f) 30 a 34 anos;
- g) 35 a 39 anos;
- h) 40 a 44 anos;
- i) 45 a 49 anos;
- j) 50 a 54 anos;
- k) 55 a 59 anos;
- l) 60 a 64 anos;
- m) 65 a 69 anos;
- n) 70 a 75 anos.
- o) 76 +

II - Feminino:

- a) Geral;



REGULAMENTO Corrida da Ressaca



- b) Geral Atletas de Congonhas;
- c) 16 a 19 anos;
- d) 20 a 24 anos;
- e) 25 a 29 anos;
- f) 30 a 34 anos;
- g) 35 a 39 anos;
- h) 40 a 44 anos;
- i) 45 a 49 anos;
- j) 50 a 54 anos;
- k) 55 a 59 anos;
- l) 60 a 64 anos;
- m) 65 a 69 anos;
- n) 70 a 75 anos.
- o) 76 +

6.1 A idade **MÍNIMA** para atletas participarem de corridas de rua com percursos **até 5 km** são de **14 (catorze) anos de idade**; para as demais provas é de **16 (dezesesseis) anos. com autorização do responsável**, sendo que atletas com 16 e 17 anos de idade **NÃO podem participar** de provas com percurso igual ou superior a **10 km**. Conforme nota da CBAT.

CAPÍTULO II – INSCRIÇÃO

Artigo 7. Poderão participar da corrida o (a) competidor (a), aqui denominado (a) atleta, que se inscrever na corrida, realizar o pagamento do valor correspondente à inscrição no prazo determinado e expressar concordância com as normas deste Regulamento.

Artigo 8. As inscrições poderão ser realizadas, pela Internet no site oficial da Cronochip.

Parágrafo único. Pelo pagamento das inscrições, com valor definido no ato da mesma, o (a) atleta receberá um kit básico (número de peito e medalha de participação)

Os escritos terão direito a camisa e mais uma medalha para os que completarem a prova.

Artigo 9. O valor das inscrições será de R\$55,00 + a taxa do site. Conforme o artigo 23 da Lei nº 10.741 de 1º/10/2003 (Estatuto do Idoso) os atletas homens com mais de 60 anos e as atletas mulheres com mais de 55 anos são os beneficiários e têm desconto de 50% nas inscrições das Corridas de Rua.

Artigo 10. No ato da inscrição, ao concordar com o regulamento, assinalando a opção apresentada no sistema online ou na ficha de inscrição, o (a) atleta aceita todos os termos do regulamento e assume total responsabilidade por sua participação no evento de acordo com o TERMO DE RESPONSABILIDADE que é parte integrante deste regulamento.

Artigo 11. As inscrições serão encerradas no dia 12 de março 2025, ou em data anterior a esta, caso seja atingido o limite técnico definido para cada corrida.

Artigo 12. A comissão organizadora poderá, a qualquer momento, suspender ou prorrogar prazos ou, ainda, elevar ou limitar o número de inscrições, em função de necessidades, disponibilidade técnica e/ou questões estruturais, sem aviso prévio.

Artigo 13. Os atletas são responsáveis pela veracidade das informações fornecidas no sistema online ou na ficha de inscrição.



REGULAMENTO Corrida da Ressaca



Artigo 14. A quantia paga pela inscrição não será devolvida, caso o (a) atleta (a) comunique a desistência da corrida fora do prazo previsto no art. 49 do Código de Defesa do Consumidor.

Artigo 15. A inscrição na corrida é pessoal e intransferível, não podendo qualquer atleta ser Substituído (a) por outro (a), em qualquer situação. §1º O atleta que ceder seu número de peito para outra pessoa será responsável por qualquer acidente ou dano que esta venha a sofrer, isentando o atendimento e qualquer responsabilidade da comissão organizadora, ou seus patrocinadores, apoiadores e órgãos públicos. § 2º Caso haja fraude comprovada, principalmente em relação aos benefícios definidos por lei, o (a) atleta será desclassificado (a) da corrida, poderá responder por crime de falsidade ideológica e/ou documental perante as autoridades competentes e ficará impedido de participar de outras corridas organizadas pela entidade.

Artigo 16. De acordo com a determinação da Confederação Brasileira de Atletismo, a idade mínima para atletas se inscreverem e participarem de corridas de rua é de 16 (dezesesseis) anos.

CAPÍTULO III – ENTREGA DE KITS

Artigo 17. A entrega dos kits acontecerá no dia que antecede a corrida e na data da corrida, em local, data e horário a ser informado pela organização, no site de inscrições.

Artigo 18. O (a) atleta que não retirar o seu kit na data e horário estipulado pela organização não terá mais oportunidade de pegar.

Artigo 19. O Kit somente poderá ser retirado nos dias 15 de fevereiro 2025 de 09:00 às 16:00 no Poli Esportivo Monteiro por todos os atletas inscritos e no dia do evento a partir 6:45 até 7:30 próximo do local da largada Avenida Bias Fortes Escola Maria Augusta Monteiro.

Artigo 20. A retirada de kits só poderá ser efetivada mediante apresentação das cópias e dos originais do documento de Identidade com foto (RG ou CNH) do responsável e do documento de identidade com foto (RG) e Certidão de Nascimento, as cópias serão retidas pela comissão organizadora no ato de entrega dos kits.

Artigo 21. O KIT BÁSICO de corrida será composto por um número de peito, camisa, e medalha de participação para todos que completarem.

Artigo 22. No momento da retirada do kit o responsável deverá conferir os seus dados e o número de peito.

Artigo 23. Não serão aceitas reclamações cadastrais como também dos itens que compõe o kit, após sua retirada.

Artigo 24. O tamanho da camiseta fornecida está sujeita à alteração, de acordo com a disponibilidade.

Parágrafo único. O (a) atleta não poderá alegar impossibilidade de participar da corrida, caso não tenha camiseta em tamanho que lhe sirva.

Artigo 25. O (a) atleta está autorizado a correr com sua própria camiseta.

CAPÍTULO IV – SISTEMA DE CRONOMETRAGEM E ENTREGA DO CHIP

Artigo 26. O tempo de todos os corredores que participarem da corrida será cronometrado e informado posteriormente, desde que observadas às normas previstas neste artigo.

Artigo 27. O (a) atleta, neste ato, fica ciente que o chip será entregue junto ao kit da corrida, nos dias previstos para entrega deste.



REGULAMENTO Corrida da Ressaca



Artigo 28. O(a) atleta que não retirar o seu chip na data e horário estipulados fica ciente da impossibilidade de ter cronometrado o seu tempo.

Artigo 29. O uso do chip é obrigatório, para fins de classificação e cronometragem do tempo, durante todo o percurso da corrida.

Artigo 30. A utilização do chip é de responsabilidade única do atleta, assim como as consequências de sua não utilização.

Parágrafo único. A utilização inadequada do chip pelo (a) atleta acarretará a não marcação do tempo, isentando a comissão organizadora na divulgação dos resultados.

Artigo 31. O chip de cronometragem é retornável.

Artigo 32. O(a) atleta que perder ou extraviar o seu chip, não terá seu tempo de corrida publicado.

CAPÍTULO V – INSTRUÇÕES E REGRAS PARA CORRIDA

Artigo 33. Os atletas deverão dirigir-se ao local de largada com pelo menos meia hora de antecedência do horário definido para largada, quando serão dadas as instruções finais.

Artigo 34. A cada atleta será fornecido um número que deve ser usado visivelmente no peito, sem rasura ou alterações, durante toda a realização da corrida, sendo passíveis de desclassificação os atletas que não cumprirem esta obrigação.

Artigo 35. Os atletas deverão tomar cuidado com eventuais desníveis, obstáculos, aclives ou declives que possam existir no percurso. A empresa organizadora não se responsabiliza por possíveis defeitos na pista. Por conta disso, os atletas terão a informação das ruas que integram o percurso da corrida com antecedência.

Artigo 36. O (a) atleta que empurrar o(a) outro(a) atleta, de modo a impedir sua progressão, estará passível de desclassificação da corrida.

Artigo 37. Não será permitido ao atleta continuar a corrida que tenha voluntariamente deixado o percurso.

Artigo 38. O (a) atleta deve retirar-se imediatamente da corrida se assim for determinado por um membro da equipe de resgate, oficial indicada pela Comissão Organizadora.

PÍTULO VI – PREMIAÇÃO

Artigo 39. Serão premiados com troféus os 5 (cinco) primeiros colocados de Congonhas da prova masculina e feminina, que comprovar residência em Congonhas com comprovante de residência na cidade e nome do atleta e também o título de eleitor.

Será definida a seguinte premiação:

I - Classificação Geral: MASCULINO;

a) 1º lugar = 1 (um) Troféu.

b) 2º lugar = 1 (um) Troféu.

c) 3º lugar = 1 (um) Troféu.

d) 4º lugar = 1 (um) Troféu.

e) 5º lugar = 1 (um) Troféu.

II - Classificação Geral: FEMININO;

a) 1º lugar = 1 (um) Troféu.

b) 2º lugar = 1 (um) Troféu.



- c) 3º lugar = 1 (um) Troféu.
- d) 4º lugar = 1 (um) Troféu.
- e) 5º lugar = 1 (um) Troféu.

REGULAMENTO

Corrida da Ressaca

III - Classificação Geral MASCULINO (somente atletas de Congonhas);

- a) 1º lugar = 1 (um) Troféu.
- b) 2º lugar = 1 (um) Troféu.
- c) 3º lugar = 1 (um) Troféu.
- d) 4º lugar = 1 (um) Troféu.
- e) 5º lugar = 1 (um) Troféu.

IV - Classificação Geral FEMININO (somente atletas de Congonhas);

- a) 1º lugar = 1 (um) Troféu.
- b) 2º lugar = 1 (um) Troféu.
- c) 3º lugar = 1 (um) Troféu.
- d) 4º lugar = 1 (um) Troféu.
- e) 5º lugar = 1 (um) Troféu.

V – Para cada faixa etária, conforme art. 6º, incisos I e II, das categorias masculino e feminino, serão conferidas as seguintes premiações:

- a) 1º lugar = 1 (um) Troféu.
- b) 2º lugar = 1 (um) Troféu.
- c) 3º lugar = 1 (um) Troféu.

CAPÍTULO VII - CONDIÇÕES FÍSICAS DOS ATLETAS E SERVIÇOS DE APOIO

Artigo 39. Todos (as) os (as) atletas deverão estar em dia com rigorosa avaliação médica para realização da corrida, sendo conhecedores de seu estado de saúde e de sua aptidão física para participar da corrida. A entidade organizadora não se responsabilizará pela saúde física dos atletas.

Artigo 40. O atleta é responsável pela decisão de participar da corrida, avaliando sua condição física, desempenho e julgando por si só se deve ou não continuar ao longo da competição.

Parágrafo único. A Comissão Organizadora poderá, seguindo recomendação do médico responsável pela corrida, determinar que o (a) atleta interrompa ou não participe da corrida.

Artigo 41. A empresa organizadora não tem responsabilidade sobre o atendimento médico dos atletas, despesas médicas em casos de internação ou lesões geradas pela participação na corrida. Porém, em cumprimento as normas da CBAAt, será disponibilizado um serviço de ambulância para atendimento emergencial aos atletas e para a remoção destes aos hospitais da rede pública de saúde.

Artigo 42. O (a) atleta ou seu (sua) acompanhante poderá decidir pela remoção ou transferência para hospitais da rede privada de saúde, eximindo a empresa organizadora de qualquer responsabilidade ou reembolso pelas despesas decorrentes deste atendimento médico.

Artigo 43. Ao longo do percurso da corrida haverá postos de hidratação conforme determinado pela CBAAt.



CAPÍTULO VIII – DIREITOS DE IMAGEM E DIREITOS AUTORAIS



Artigo 44. O (a) atleta que se inscreve e conseqüentemente participa da corrida está

REGULAMENTO Corrida da Ressaca

incondicionalmente aceitando e concordando em ter sua imagem e voz divulgada através de fotos, filmes, rádio, jornais, revistas, internet, vídeos e televisão, ou qualquer outro meio de comunicação, para usos informativos, promocionais ou publicitários relativos à corrida, sem acarretar nenhum ônus a organizadora e aos patrocinadores, renunciando o recebimento de qualquer renda que vier a ser auferida com tais direitos em qualquer tempo/data.

Artigo 45. Todos os atletas, staffs, organizadores cedem no ato de inscrição todos os direitos de utilização de sua imagem e voz para a empresa organizadora e para os patrocinadores desta corrida.

Artigo 46. A filmagem, transmissão pela televisão, fotografias ou vídeo relativos à corrida temos direitos reservados aos organizadores.

Parágrafo único. Qualquer forma de divulgação de imagens da corrida ou interesse em destinar um profissional para a cobertura da corrida estará sujeita à autorização e aprovação da comissão organizadora.

Artigo 47. Todos os direitos autorais relativos a este regulamento e a presente corrida pertencem Associação de Corredores de Congonhas.

Capítulo IX – SUSPENSÃO, ADIANTAMENTO E CANCELAMENTO DO EVENTO ESPORTIVO

Artigo 49. A comissão Organizadora, primando pela segurança dos atletas, poderá determinar a suspensão da corrida, iniciada ou não, por questões de segurança pública, vandalismo e/ou motivos de força maior. Sendo suspensa a corrida, por qualquer um destes motivos, esta será considerada realizada e não haverá designação de nova data para realização da corrida.

§ 1º Os(as) atletas ficam cientes que deverão assumir, no ato da inscrição, todos os riscos e danos da eventual suspensão da corrida (iniciada ou não) por questões de segurança pública, vandalismo e/ou motivos de força maior, não gerando qualquer responsabilidade para a comissão organizadora. § 2º Na hipótese de suspensão do evento esportivo não haverá devolução do valor de inscrição.

Artigo 50. A corrida poderá ser adiada ou cancelada a critério da empresa organizadora, sendo comunicado aos inscritos esta decisão pelo site ou redes sociais oficiais da corrida.

§ 1º Na hipótese de adiamento da corrida e a conseqüente divulgação de nova data os inscritos terão o prazo de 07 (sete) dias para solicitarem a devolução do valor da inscrição, contados da comunicação aos inscritos, sob pena de renúncia a este direito.

§ 2º Na hipótese de cancelamento da corrida (sem divulgação de nova data) os inscritos deverão solicitar o reembolso da inscrição no prazo de 07 (sete) dias, contados da comunicação aos inscritos, sob pena de renúncia a este direito.

CAPÍTULO X – DISPOSIÇÕES GERAIS

Artigo 51. A segurança da corrida receberá apoio dos órgãos competentes e haverá sinalização para a orientação dos atletas.



Artigo 52. Não haverá reembolso, por parte da comissão organizadora, bem como de seus



patrocinadores e apoiadores, de nenhum valor correspondente ou dano aos equipamentos e/ou acessórios utilizados pelos atletas no evento, independente de qual for o motivo,

REGULAMENTO Corrida da Ressaca

tampouco, por qualquer extravio de materiais ou prejuízo que porventura os atletas ou terceiros venham a sofrer durante a participação na corrida. Os custos de transporte, hospedagem, alimentação, seguros ou quaisquer outras despesas necessárias ou provenientes da sua participação na prova, antes, durante e depois da mesma serão de responsabilidade exclusiva do(a) atleta.

Artigo 53. As dúvidas ou solicitações de informações técnicas deverão ser enviadas por e-mail para o organizador do evento para que seja registrada e respondida a contento.

Artigo 54. A empresa organizadora poderá, a seu critério ou conforme as necessidades da corrida, alterar ou revogar este regulamento, total ou parcialmente, informando as mudanças pelo site oficial da corrida.

Artigo 55. As dúvidas ou omissões deste Regulamento serão dirimidas pela empresa e/ou comissão organizadora da corrida de forma soberana, não cabendo recurso destas decisões. **Parágrafo ÚNICO ATLETAS DEVERÃO CONFIRMAR QUE ESTÃO DE ACORDO COM O TERMO DE RESPONSABILIDADE CONSTANTE NO MOMENTO DA SUA INSCRIÇÃO E QUE SEGUE ABAIXO:**

Li reconheço, aceito e me submeto integralmente a todos os termos do regulamento do evento, inclusive aderindo ao presente TERMO DE RESPONSABILIDADE, conforme o art. 17 do regulamento supracitado.

Congonhas, ____ de _____ de 2025.