







## REGULAMENTO OFICIAL

### MOVIMENTO CORRE PALMEIRAS – CIRCUITO DO BEM

O Movimento Corre Palmeiras – Circuito do Bem nasce com o propósito de unir saúde, conscientização e inclusão por meio do esporte. Serão 4 corridas de rua, todas com trajeto de 5 km, realizadas ao longo do ano, cada uma dedicada a uma data de grande relevância social, promovendo informação, prevenção e cuidado com a vida.

Cada etapa do circuito carrega uma causa importante:

-  Janeiro Branco – conscientização sobre a saúde mental;
-  Maio Laranja – combate ao abuso e à exploração sexual de crianças e adolescentes;
-  Setembro Amarelo – prevenção ao suicídio e valorização da vida;
-  Novembro Azul – prevenção e conscientização sobre a saúde do homem.

Mais do que competir, o Corre Palmeiras convida a comunidade a participar, caminhar, correr e se cuidar. A corrida de rua é um esporte democrático e inclusivo, que acolhe pessoas de todas as idades, níveis e condições, incentivando hábitos saudáveis, bem-estar físico e mental, integração social e qualidade de vida.

O Circuito do Bem reforça que atividade física é prevenção, é cuidado com o corpo, com a mente e com o próximo. Correr juntos é fortalecer causas, espalhar informação e mostrar que, quando a cidade se movimenta, a vida ganha mais saúde, consciência e esperança.

**Corre Palmeiras: porque correr também é um ato de cuidado, inclusão e amor à vida.**

#### 1. DA PROVA

1.1. A Corrida de Rua em alusão à saúde mental será realizada no dia 01 de fevereiro, na cidade de Palmeiras de Goiás/GO, com percurso de 5 km.

1.2. A largada e a chegada acontecerão ao lado da praça da Mangueira.

1.3. Com saída prevista as 06 horas da manhã.

1.4. O evento tem caráter esportivo, social e de conscientização sobre a valorização da vida.

#### 2. CATEGORIAS



## **2.1 – Categoria Geral**

Serão premiados com troféus os cinco primeiros colocados por ordem de chegada (tempo bruto) das categorias abaixo (feminino e masculino):

- Geral
- Geral para palmeirenses que comprovem moradia na cidade.
- PCD (Pessoas com Deficiência) – os 3 primeiros colocados masculino e feminino caso haja inscrição devidamente comprovada.

## **2.2 Categorias por idade**

Serão premiados com troféus os três primeiros colocados de cada categoria (tempo líquido) (feminino e masculino):

- 14 a 19 anos
- 20 a 29 anos
- 30 a 39 anos
- 40 a 49 anos
- 50 a 59 anos
- 60+

## **3. INSCRIÇÕES**

3.1. As inscrições serão limitadas a 850 participantes.

3.2. Cada atleta inscrito terá direito a:

- Número de peito;
- Medalha de participação (entregue ao final da prova);
- Hidratação durante e após a corrida;
- Mesa de frutas na chegada;
- Participação em sorteio de brindes.



**Palmeiras  
de Goiás** Gestão  
25/28  
CUIDANDO DA NOSSA GENTE, TRANSFORMANDO O FUTURO

#### 4. PREMIAÇÃO

- 4.1. Troféus para os cinco primeiros colocados em categoria geral e geral para palmeirenses, e para os três primeiros colocados de cada categoria por idade.
- 4.2. Medalhas para todos os participantes inscritos e concluintes da prova.
- 4.3. Brindes sorteados entre os participantes inscritos.
- 4.4 As premiações não são cumulativas (Caso na categoria geral o atleta termine em 1º, 2º, 3º, 4º ou 5º lugar ele não se encaixa em premiação na categoria geral para palmeirenses e por faixa etária, da mesma forma a categoria geral palmeirenses em relação a faixa etária)
- 4.5 A premiação geral será medida por tempo bruto (5 primeiros a cruzarem a linha de chegada) e as demais premiações tempo líquido (tempo relativo a passagem pelo pódio).
- 4.6 Só serão premiados atletas que estiverem presentes no momento em que for chamado ao pódio, em caso de não comparecimento no ato será chamado o atleta com colocação abaixo do mesmo.

#### 5. REGRAS GERAIS

- 5.1. O atleta deverá correr com o número de peito visível a frente da camiseta.
- 5.2. O não cumprimento do percurso oficial implicará em desclassificação.
- 5.3. A organização não se responsabiliza por objetos pessoais extraviados.
- 5.4. É obrigatório que os participantes estejam em boas condições de saúde para a prática esportiva.
- 5.5. Menores de idade deverão apresentar autorização assinada pelos pais ou responsáveis.

#### 6. ORDEM DE CHEGADA (TEMPO BRUTO) E (TEMPO LÍQUIDO)

A premiação dos competidores será feita da seguinte maneira: as categorias geral e geral moradores de Palmeiras serão mediante ao tempo bruto as demais categorias para faixas etárias serão medidas através do tempo líquido.

##### **Tempo Bruto (Gross Time)**

- **Início:** Tiro de largada oficial (quando o cronômetro geral da prova é acionado).
- **Fim:** Cruzamento da linha de chegada.
- **Uso:** Classificação geral da prova e premiação principal, pois considera o tempo a partir do início oficial para todos.

##### **Tempo Líquido (Net Time/Chip Time)**

- **Início:** Quando o atleta passa pelo tapete de cronometragem na largada (com chip).



- **Fim:** Quando o atleta cruza o tapete de cronometragem na chegada.
- **Uso:** Medir seu desempenho pessoal (Recorde Pessoal - RP) e para categorias de idade, pois ignora o tempo que você levou para chegar ao início da prova.

## 7. INFRAESTRUTURA

- Chip de cronometragem para atletas inscritos.
- Pontos de hidratação no percurso e na chegada.
- Mesa de frutas disponível aos atletas ao término da corrida.
- Ambulância e equipe de apoio durante o evento.

## 8- RETIRADA DE KITS (NÚMERO COM CHIP)

- **Previamente:** nos últimos 3 dias úteis que antecedem o evento (quarta-feira 28/02/2025, quinta-feira 29/02/2025 e sexta-feira 30/02/2025 em local comunicado pela organização através das páginas oficiais.
- **No dia do evento 01/02/2025:** entrega no local do evento das 04:30h às 5:40h

**Obrigatório doação de 5kg de alimento TIPO1 (arroz, feijão ou óleo) venda de supermercado parceiro disponível no local tanto antecipadamente quanto na data do evento.**

## 9- DISPOSIÇÕES FINAIS

- 9.1 - O ato da inscrição implica na aceitação de todas as regras deste regulamento.
- 9.2 - Casos omissos serão resolvidos pela comissão organizadora.
- 9.3 –Este evento tem como principal objetivo a conscientização pela vida e valorização à saúde mental, reforçando a importância do Janeiro Branco, ressaltamos que a corrida acontecerá do dia 01 de fevereiro em virtude de ser domingo e conseguir atender ao número máximo de participantes que não teriam a mesma disponibilidade pelo sábado.