

## 7º DESAFIO 28 PRAIAS MARATONA DE REVEZAMENTO – COSTA NORTE

### REGULAMENTO DE PROVA

#### 1. Informações Gerais:

1.1.Data: Sábado, 30 de setembro de 2017.

#### 1.2. Distâncias:

- Categoria Solo (masculino e feminino): 42 Km ou 21 Km.

- Categoria Revezamento: (masculino, feminino ou misto): 42 Km percorridos por até CINCO atletas, sendo então DUPLA, TRIO, QUARTETO E QUINTETO.

1.3. Local:Ubatuba - São Paulo - Brasil

#### 1.4. Largadas e Chegada:

1.4.1. Categoria Solo 42 Km e Revezamento 42 Km terão sua largada na praia Estaleiro do Padre, sentido Paraty -Ubatuba.

Acesso a largada pela Rodovia Rio Santos, aproximadamente no km 15, entrar a direita sentido Ubatuba – Paraty e seguir as placas indicativas até a largada.

Os horários de largada da prova estão pré-determinados conforme abaixo:

- SOLO MASCULINO 42 KM – 07H00

- SOLO FEMININO 42 KM – 07H05

- DUPLAS – 07H10

- TRIOS E QUARTETOS – 07H20

- QUINTETOS – 07H30

\*Os horários estão sujeito a alterações sem aviso prévio.

Os atletas poderão largar atrasados com no máximo 10 min após a última largada, depois disso, serão automaticamente desclassificados.

1.4.2. Categoria Solo 21 Km terá sua largada no PC 03 - Itamambuca, aproximadamente no km 35 da Rodovia Rio Santos, sentido Paraty-Ubatuba

Acesso a largada 21 Km e PC 03 – Itamambuca pela Rodovia Rio Santos, aproximadamente no km 35, entrar a direita sentido Ubatuba – Paraty e seguir as placas indicativas até a largada.

Horário largada 21 Km:

- SOLO MASCULINO 21 KM – 08H00

- SOLO FEMININO 21 KM – 08H05

Os atletas poderão largar atrasados com no máximo 10 min após a última largada, depois disso, serão automaticamente desclassificados.

1.4.3. Reserva-se o direito de alteração do horário de largada no intuito de otimizar a fluidez do percurso.

1.4.4. Em caso de mau tempo, tempestades ou qualquer fenômeno natural, para as categorias solo e revezamento 42 Km, a organização reserva-se no direito de transferir a largada para um ponto que ofereça maior segurança aos atletas.

1.4.5. Staffs estarão controlando a área de largada na qual será restrita a categoria correspondente ao horário de largada.

1.4.6. A chegada acontecerá para todas as categorias na Praça de Eventos situada a Av. Iperoig – Centro de Ubatuba.

1.4.7. Na largada será verificada a posse dos itens obrigatórios (número de peito, chip de revezamento, apito e água, fornecidos pela organização). Assim como deve ser confirmada a presença com a organização pelo menos 20 min antes do horário previsto para a sua largada, na baia de entrada.

1.4.8. A prova terá duração máxima de 09 horas contadas a partir da primeira largada, sendo assim o encerramento das atividades será às 16h00min.

1.4.9. A chegada do Desafio 28 Praias Maratona de Revezamento – costa norte será na Praça de Eventos – Av. Iperoig – Centro de Ubatuba

1.4.10. Para efeitos de cronometragem a Organização determinou tempo limite para passagem em cada trecho:

PC 01 –PURUBA (5,8 KM): Os atletas deverão passar pelo tapete de cronometragem até às 08H45min;

PC 02 – FELIX (8,2 KM) : Os atletas deverão passar pelo tapete de cronometragem até às 10h30min;

PC 03 – ITAMAMBUCA (7,0 KM) : Os atletas deverão passar pelo tapete de cronometragem até às 12h00min;

PC 04 – CRUZEIRO (PRAÇA DE EVENTOS) (10,2 KM): Os atletas deverão passar pelo tapete de cronometragem até às 14h15min;

CHEGADA -CRUZEIRO (PRAÇA DE EVENTOS) (11,2 KM) Os atletas deverão passar pelo tapete de cronometragem até às 17h00min;

## 1.5. Entrega de kits:

1.5.1. Em São Paulo, terça e quarta-feira, nos dias 26 e 27/09/2017, em local e horário a definir.

1.5.2. Em Ubatuba, sexta-feira, no dia 29/09/2017, em local e horário a definir.

mesmo.

**1.5.3** Os atletas que não retirarem o kit nas datas acima estipuladas, perderão o direito do mesmo.

**1.5.4 IMPORTANTE:** Tendo em vista a participação deste evento em conformidade com os termos do selo #corridacontrafome, todos os atletas inscritos somente poderão retirar os seus kits mediante a doação de NO MÍNIMO um quilo de alimentos não perecível POR ATLETA. A não entrega do mesmo IMPOSSIBILITARÁ a retirada do kit, bem como sua participação na prova, declarando o atleta a plena ciência sobre estes termos, sem qualquer direito à reclamação ou retirada do kit sem a respectiva entrega dos alimentos, sendo considerado NÃO INSCRITO NO EVENTO.

## 2. Participantes e Categorias:

2.1. Inscrições limitadas a 2.500 atletas.

2.2. Modalidade Individual: 42 ou 21 Km.

2.3. Modalidade Revezamento: 42 Km em até CINCO atletas onde as distâncias são, aproximadamente:

Trecho 01, largada No Estaleiro do Padre até a o PC01 - Puruba: 5.800m

Trecho 02, largada no PC01 - Puruba até o PC02 -Felix: 8.200m

Trecho 03, largada no PC02 -Felix até PC03 -Itamamabuca: 7.000m

Trecho 04, largada no PC03 Itamambuca até PC04 -Cruzeiro: 10.200m

Trecho 05, largada no PC04 Cruzeiro até a chegada na Praça de Eventos, também na Praia do Cruzeiro: 11.000m

Obs1: O percurso de 42km possui um total aproximado de 42.200 metros.

Obs2: O percurso de 21km possui um total aproximado de 21.200 metros

2.4. Idade mínima: Os atletas menores de 18 anos só poderão participar da corrida com autorização por escrito com firma reconhecida do pai, da mãe ou de responsável legal. A autorização deverá estar acompanhada de cópia de um documento de identidade que será retido pela organização no momento da retirada do kit. Em cumprimento as Regras Oficiais da IAAF, a idade mínima para atletas participarem de corridas de rua é:

- Percurso até 5km: 14 (catorze) anos completos até 31 de dezembro do ano da prova;

- Percurso menor que 10km: 16 (dezesesseis) anos completos até 31 de dezembro do ano da prova;

- Percurso de 10km até 30km: 18 (dezoito) anos completos até 31 de dezembro do ano da prova;

## 2.5. Categorias:

### 2.5.1. Solo Masculino 42 km:

- de 18 a 29 anos;
- de 30 a 39 anos;
- de 40 a 49 anos;
- de 50 a 59 anos;
- 60 anos ou mais;

### 2.5.2. Solo Feminino 42 km:

- de 18 a 29 anos;
- de 30 a 39 anos;
- de 40 a 49 anos;
- 50 anos ou mais;

### 2.5.3. Solo Masculino 21 km:

- de 18 a 29 anos;
- de 30 a 39 anos;
- de 40 a 49 anos;
- de 50 a 59 anos;
- 60 anos ou mais;

### 2.5.4. Solo Feminino 21 km:

- de 18 a 29 anos;
- de 30 a 39 anos;
- de 40 a 49 anos;
- 50 anos ou mais;

### 2.5.5. Solo Masculino e Feminino Geral 21 km;

### 2.5.6. Revezamento Dupla masculina, feminina e mista;

### 2.5.7. Revezamento Trio masculino, feminino e misto;

### 2.5.8. Revezamento Quarteto masculino, feminino e misto;

### 2.5.9. Revezamento Quinteto masculino, feminino e misto;.

### 3. Premiação:

3.1. Troféus do 1º ao 5º colocado nas categorias de 42 e 21 Km solo e nos revezamentos de dupla, trio, quarteto e quinteto, sendo masculino, feminino ou misto.

3.2. Troféus por faixa etária, do 1º ao 3º colocado, para as categorias SOLO 42 KM e 21KM, MASCULINA E FEMININA, conforme itens 2.5.1, 2.5.2, 2.5.3, 2.5.4 do regulamento.

3.3. Troféus para as CINCO maiores equipes/assessorias inscritas.

3.4. Os atletas que não se encontrarem presentes na cerimônia e, tenham sido ganhadores de troféus, poderão retirá-los somente na sede da Organização ou receber via CORREIOS mediante aprovação do serviço de SEDEX a cobrar. O prazo para solicitar o troféu é de 15 dias a contar da data do evento.

3.5 A cerimônia de premiação está prevista para iniciar as 13h30min.

3.6 As parciais emitidas pela cronometragem podem sofrer alterações até a apuração final. Os atletas que utilizarem o barco terão acréscimo de 1º minutos em seu tempo e enquanto esta aferição não for 100% computada o resultado final não pode ser emitido.

### 4. Inscrições:

4.1. As inscrições poderão ser realizadas pela internet através dos seguintes sites:

[www.desafio28praias.com.br](http://www.desafio28praias.com.br)

[www.runnersp.com.br](http://www.runnersp.com.br)

[www.ativo.com](http://www.ativo.com)

[www.minhasinscricoes.com.br](http://www.minhasinscricoes.com.br)

[www.ticketagora.com.br](http://www.ticketagora.com.br)

4.1.2. Para as inscrições, os sites responsáveis cobrarão uma tarifa de comodidade, pela inscrição online, conforme valores dos itens anteriores que remunera não só os custos da inscrição online, mas também garante segurança e conveniência à transação realizada pelo atleta. A tarifa remunera exemplificadamente:

- 1) Controle de confirmação e autenticação de pagamento online junto a instituições financeiras;
- 2) Sistema de segurança da informação, já que são armazenadas informações pessoais e utilizadas informações criptografadas de cartão de crédito dos clientes;
- 3) Disparo de e-mail de confirmação de pedido de compra de inscrição (antes da confirmação do pagamento);
- 4) Disparo de e-mail de confirmação da venda (ou reprovação) de inscrição após a confirmação do pagamento;
- 5) Custo de manutenção do website de acesso amigável à inscrição do usuário; 6) Custo de Hospedagem da internet;

7) Custo de banda de acesso à internet. São eles: Ativo.com – Webrun – Minhas Inscrições – Foco Radical.

Cada site possui uma determinada porcentagem referente aos serviços prestados, consultem.

4.2. No ato da inscrição, ao concordar com o regulamento assinalando a opção apresentada no sistema on-line, o participante aceita todos os termos do regulamento e assume total responsabilidade por sua participação no evento.

4.3. O pagamento da inscrição não é reembolsável sob nenhuma hipótese.

4.4. O pagamento da inscrição não dá direito a reclamação posterior em caso de não presença na entrega do kit ou autorização para retirada por terceiros.

4.5. Em casos comprovados que impossibilitem a participação do atleta o mesmo poderá solicitar até o dia 30 de agosto de 2017 transferência para terceiros ou crédito do valor pago (descontados as devidas despesas administrativas, aproximadamente 12%) para a próxima edição da mesma prova.

4.6. Caso algum atleta necessite realizar alguma modificação na equipe, poderá ser feita até o dia 30 de agosto de 2017 através do e-mail contato@28praias.com.br

4.7. Não serão realizadas inscrições após a data de 30 de agosto de 2017.

4.8. A nível de revezamento, a inscrição na prova deverá ser feita pelo representante (capitão) da equipe. Caberá ao CAPITÃO ter em mãos os dados dos atletas para inscrição on-line, como: nome, CPF, data de nascimento, telefone e e-mail e tamanho da camiseta.

4.8.1. O CAPITÃO é o responsável perante a ORGANIZAÇÃO de todos os procedimentos e obrigações da EQUIPE/ATLETAS em conformidade com este regulamento, incluindo-se entre outras, e não somente estas, (retirada de kit e etc.). Ao inscrever-se no evento os atletas automaticamente acatam as regras presentes neste regulamento.

## 5. Retirada de kits:

**5.1 IMPORTANTE:** Tendo em vista a participação deste evento em conformidade com os termos do selo #corridacontrafome, todos os atletas inscritos somente poderão retirar os seus kits mediante a doação de NO MÍNIMO um quilo de alimentos não perecível POR ATLETA. A não entrega do mesmo IMPOSSIBILITARÁ a retirada do kit, bem como sua participação na prova, declarando o atleta a plena ciência sobre estes termos, sem qualquer direito à reclamação ou retirada do kit sem a respectiva entrega dos alimentos, sendo considerado NÃO INSCRITO NO EVENTO.

5.2. Para retirar o kit, o atleta deve apresentar obrigatoriamente um documento de identificação original e assinar o termo de responsabilidade, disponibilizado pela organização no ato da retirada de kit.

5.3. A RETIRADA DO KIT pode ser feita por qualquer atleta inscrito no evento. No caso de revezamento, apenas um atleta inscrito pode retirar por toda sua equipe.

5.4. Na impossibilidade de comparecimento de algum representante inscrito, a RETIRADA DE KIT deverá ser feita por terceiros, mediante apresentação da autorização abaixo:

#### TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA RETIRADA DE KIT

Eu, \_\_\_\_\_, inscrito no  
CPF nº : \_\_\_\_\_, autorizo \_\_\_\_\_, portador do RG:  
\_\_\_\_\_, telefone: \_\_\_\_\_ e-mail: \_\_\_\_\_ a retirar  
meu kit atleta para a prova 7º Desafio 28 Praias Maratona de Revezamento, que acontecerá no  
dia 30 de setembro de 2017.

Assumo toda a responsabilidade e isento a Organização de qualquer problema que venha  
ocorrer, referente ao extravio do kit de competição por parte do meu Representante.

Data : \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Assinatura Atleta

\_\_\_\_\_

Assinatura Representante

5.3. Para assessorias esportivas é permitido que apenas um responsável efetue a retirada de todos os kits. Para agilizar o processo, se optar dessa forma, envie e-mail para contato@28praias.com.br solicitando separação dos kits e listagem dos inscritos.

## 6. Valores e datas:

6.1. Início das inscrições: 05 de julho de 2017

6.2. Valor da inscrição para todas as categorias:

1 - Kit Atleta: R\$ 185,00 (kit básico): Camiseta Amni Action + Medalha + Gym Sack

2 – Kit Plus: R\$ 255,00 (kit intermediário): Camiseta Amni Action + Medalha + Gym Sack + Buff + Toalha

3 – Kit Premium: R\$ 310,00 (kit master): Camiseta Amni Action + Medalha + Gym Sack + Buff + Toalha + Meia anti bolha + Boné

6.3. Assessorias esportivas ou inscrições em grupo (acima de 12 atletas) possuem condições especiais de 5% de desconto. Para ter este direito, baixe a planilha de inscrição no site [www.desafio28praias.com.br](http://www.desafio28praias.com.br), ou solicite pelo email contato@28praias.com.br, depois de preenchido envie para o mesmo email. Para que as assessorias tenham direito ao desconto, é necessário enviar a planilha de inscrição até o dia 30/07/2017.

6.4. Em atenção ao Estatuto do Idoso, a ORGANIZAÇÃO disponibilizará aos ATLETAS acima de 60 (sessenta) anos desconto de 50% no valor da inscrição. Para utilizar este benefício inscreva-se através do e-mail contato@28praias.com.br ou nos sites de inscrição. O desconto será sempre calculado de acordo com o valor integral do lote vigente.

6.5. Caso venha a ser comprovado que o atleta fez o uso do benefício concedido pelo Estatuto do Idoso e cedeu o seu número de peito a outro atleta para correr em seu lugar, fica a organização autorizada pelo atleta que realizou a inscrição a emitir uma cobrança (boleto bancário) do valor da diferença que foi paga no ato de sua inscrição.

6.6. Em caso de não realização do pagamento do boleto no prazo indicado, a organização poderá anular o pedido de inscrição. Ter completado a ficha de inscrição online não implica a confirmação da vaga. A vaga estará garantida exclusivamente através do pagamento total da inscrição dentro do prazo concedido pelo sistema. A geração de um no

## 7. Hidratação dos atletas

7.1. Por se tratar de um percurso em área de proteção ambiental, a ORGANIZAÇÃO não fornecerá nenhum tipo de hidratação ao longo de todo percurso entre os PC's, portanto todo atleta deverá transportar seu próprio método de hidratação.

7.2. Ao longo das trilhas existem diversos cursos de água natural que podem ser utilizadas.

7.3. Será fornecida hidratação para os atletas APENAS nos postos de controle, largada e chegada do evento.

## 8. Sobre o revezamento

8.1. Cada equipe deverá nomear um representante (capitão)



- 8.2. As equipes poderão ser compostas por 2, 3, 4 ou 5 participantes, sendo masculina, feminina ou mista. Serão declaradas vencedoras as equipes que primeiro completar os 42 km de percurso.
- 8.3. Troca na composição da equipe poderá ser efetuada até 30/08/2017, onde o coordenador responsável deverá enviar os dados cadastrais por e-mail deste novo atleta. A confirmação da troca será enviada por e-mail.
- 8.4. Para que as equipes considerem sua participação na corrida completa, terão que percorrer os 42 km do percurso.
- 8.5. As equipes receberão um kit contendo números de peito (um para cada participante) e um chip que será revezado pelos atletas.
- 8.6. Não existe uma sequência oficial de atletas para as equipes seguirem. Cada equipe decide a ordem de seus atletas, bem como seus trechos correspondentes.
- 8.7. As trocas deverão ser realizadas SOMENTE nos postos de transição. Não poderão os atletas realizar aquecimento ANTES do posto de controle. Isto é, somente poderão se aquecer e permanecer próximos aos postos de controle e troca, adiante do posto respectivo.
- 8.8. Se algum atleta for lesionado no meio do percurso, que o impeça de completar sua parte, será computado seu tempo como do mais lento entre todos participantes naquele percurso. O próximo atleta deverá aguardar a chegada do CHIP para então poder prosseguir.
- 8.9. Todo atleta que abandonar a prova precisa comunicar o fato imediatamente à organização.
- 8.10. Caso alguma equipe sofra uma baixa após o período de alterações (30/08/17), será computado o maior tempo registrado no trecho correspondente ao do atleta ausente de acordo com a ordem na inscrição. Neste caso, a equipe perde o direito de competir por troféu na categoria inscrita por divergência no número de peito.
- 8.11. Abaixo a logística de revezamento que é apenas uma SUGESTÃO para as equipes. Cada equipe é responsável pela estratégia adotada.

## 9. Percurso

O percurso possui um total APROXIMADO de 42.200 metros, iniciando na Praia do estaleiro do Padre com término na Praça de Eventos – AV. Iperoig - Centro.

### 9.1. LARGADA

Largada na Praia do Estaleiro do Padre até a Praia da Puruba  
Percurso: Praias de areia dura, travessia de rios e trilha singletrack;  
Nível: médio;  
Distância: 5.800 km;

\*Recomenda-se atleta experiente em corrida de montanha.

#### 9.2. PRAIA DA PURUBA - PC 01

Largada na Praia da Puruba até Praia do Felix

Percurso: Praia de areia fofa, trilhas, estrada de terra, trilha single track e travessia de rio;

Nível: Médio/Difícil;

Distância: 8.200 km;

\*Para a travessia do rio Quiririm será disponibilizado coletes salva-vidas, guarda-vidas no local e barco de apoio para os que optarem por atravessar o rio utilizando-o.

#### 9.3. PRAIA DO FELIX – PC 02

Largada na Praia do Felix até a Praia da Itamambuca.

Percurso: Rua de terra, praia de areia fofa, trilha fechada singletrack e travessia de rio;

Praia com inclinação e areia fofa;

Nível: Médio;

Distância: 7.000 km;

#### 9.4 PRAIA DA ITAMAMBUCA – PC 03 E LARGADA 21KM

Largada na Praia da Itamambuca até a Praia do Cruzeiro – Av. Iperoig – Centro

Percurso: Ruas de terra, asfalto, trilha single track, travessia de rio e praias com areia fofa;

Nível: Médio;

Distância: 10.200 km;

#### 9.5 PRAIA DO CRUZEIRO – PC 04

Largada na Praia Do Cruzeiro até a Praia Grande com chegada na Avenida principal da Praia do Cruzeiro (Praça de Eventos), chegada;

Percurso: Praias de areia fofa e dura, rua de pedras, asfalto e travessia de rio;

Nível: Médio;

Distância: 11.000 km;

### 10. Cronometragem:

10.1. Por questões de segurança o evento contará com cronometragem eletrônica e 3 métodos de backup para eventuais consultas: São elas, checagem manual, por vídeo e por timelapse.

10.2. A entrega do chip de cronometragem será efetuada juntamente com o kit de participação.

10.3. O uso do chip é obrigatório, acarretando na desclassificação do (a) atleta quando se observar por algum fiscal à falta do uso do chip.

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

10.5. A utilização inadequada do chip pelo (a) atleta acarreta a não marcação do tempo, isentando a Comissão Organizadora na divulgação dos resultados.

10.6. Ao final da prova, o participante deverá trocar o ticket presente no número de peito pela medalha de participação.

10.7. Para o (a) atleta que não devolver o chip, será emitido um boleto de cobrança referente ao custo deste. O (a) atleta será vedado de participar de outras provas do mesmo organizador e não terá seu resultado divulgado.

10.8. Os 10 primeiros atletas, masculino e feminino, ao chegar no Rio Quiririm (Puruba), deverão obrigatoriamente efetuar a travessia pela água. Não será permitida a utilização do barco de apoio. Caso o atleta tenha pânico/aversão a água, o mesmo deverá obedecer a regra seguinte.

10.9. Atletas que optarem pela utilização do barco de apoio para a travessia do Rio Quiririm que acontece entre a largada e PC 1 - Puruba, terão 10 minutos acrescidos ao tempo final de prova de modo que aqueles que optaram pela travessia a pé não sejam prejudicados.

## 11. Manual do atleta:

11.1. Disponibilizado no site oficial um MANUAL online com as informações importantes do evento.

## 12. Penalidades e código de ética do atleta trail:

12.1. Os participantes não podem ser acompanhados por bicicletas, automóveis, motocicletas, ou qualquer outro tipo de veículo.

12.2. O número deverá estar completamente visível na frente, estar segurado pelos quatro alfinetes e não deve ser cortado, dobrado ou escondido.

12.3. Não cumprir com o percurso oficial, obtendo uma vantagem, será motivo de desclassificação. Em caso de extravio de sinalização os corredores serão responsáveis de voltar ao caminho e retomar o percurso. A organização não se responsabilizará e não atenderá nenhuma reclamação por extravio.

12.4. Está permitida a assistência entre os corredores, excluindo-se qualquer forma que ajude na marcha a outro corredor, entendendo-se por essa, empurrar, puxar com corda ou elementos similares, ou qualquer outra forma de tração ou empurre entre participantes, exceto que se faça para transpor um obstáculo em particular.

12.5. É expressamente proibido jogar resíduos no chão (sachês de carboidratos, cascas de frutas, plásticos, etc). O atleta que for apanhado cometendo esta infração sofrerá um acréscimo de 20 minutos no seu tempo de prova.

12.6. Quando um atleta pedir, educadamente, passagem em um trecho “single-track” por estar mais rápido que o atleta dianteiro, o mesmo deve atender ao pedido, independente de estar disputando as primeiras colocações.

12.7. Caso um atleta presencie um acidente com outro atleta da prova, procure observar se está tudo bem e comunique ao primeiro fiscal da prova que encontrar.

12.8. Será desqualificado qualquer participante que incorra em condutas antidesportivas, que não respeite as indicações do pessoal da Organização e/ou que transgrida o presente regulamento.

12.9. Em caso de abandono, o competidor terá a obrigação intransferível de avisar à Organização. O aviso só será recebido nos postos de controle ou arena de chegada do evento onde o atleta deverá oportunamente entregar o seu chip. Na impossibilidade do atleta levar o chip, seu companheiro de revezamento deverá solicitar um novo chip na tenda de cronometragem e só poderá largar quando atingir o horário de corte do PC correspondente.

12.10. É obrigatório que o atleta passe pelo tapete de controle da largada e chegada com o chip colocado corretamente conforme.

12.11. Caso se detecte que o atleta esteja fazendo uso de qualquer substância mencionada na lista de WADA disponível no site <http://www.wada-ama.org> o mesmo sofrerá imediata desqualificação e inibição permanente em outras edições.

13. Regras Gerais para participação:

13.1. É responsabilidade do participante:

13.2. Aceitar totalmente o REGULAMENTO.

13.3. Assumir total responsabilidade pelos dados fornecidos.

13.4. Estar fisicamente apto para a prova.

13.5. Estar ciente da importância em realizar um controle médico prévio à corrida.

13.6. Ter consciência das especificidades da prova e estar ciente de que para uma atividade desta natureza a segurança depende da capacidade do atleta em estar preparado para resolver problemas previsíveis que poderá encontrar. A inscrição na prova não assegura nem cobre esta responsabilidade.

13.7. Ter capacidade de semi auto suficiência ou seja: conhecimento básico de como enfrentar condições climáticas difíceis e capacidade de gerenciar, mesmo quando isolado, os problemas decorrentes da fadiga física ou mental, problemas digestivos, dores musculares ou articulares, pequenos ferimentos e etc.

13.8. Respeitar estas regras de competição, assim como as normas de circulação e as instruções dos responsáveis de cada prova.

13.9. Ter ciência das dificuldades para realizar operações de resgate em algumas zonas do percurso. Saber inclusive que haverá zonas que não possa chegar com veículos, como o qual a atenção imediata é limitada.

13.10. Assumir as despesas de transporte, hospedagem e alimentação, seguros e quaisquer outras despesas necessárias ou provenientes da sua participação antes, durante e depois da CORRIDA.

13.11. Eximir aos Organizadores, às Prefeituras Municipais, aos proprietários das terras pelas que passe a corrida e aos Patrocinadores de toda responsabilidade por acidentes pessoais; danos e/ou perdas de objetos que possa ocorrer antes, durante ou após sua participação na prova.

13.12. Isentar aos organizadores de quaisquer responsabilidades sobre as consequências do descumprimento de qualquer item ou dica deste regulamento.

13.13. A Organização, através dos fiscais autorizados, reserva-se o direito de interromper a participação se considerarem que estão pondo em risco sua integridade física.

13.14. A Organização disponibilizará ambulâncias e médicos para a assistência médica extra hospitalar a quem precise. Cada atleta deve ter conhecimento das possíveis consequências da prática de uma atividade deste tipo, deverá, portanto, assumir e ser responsável de qualquer gasto relacionado a emergências médicas, salvo aqueles cobertos pelo Seguro de Corredor e a atenção da emergência em terreno seja com ambulância, socorristas, enfermeiros ou médicos da Organização. Em caso de ser necessário, para continuar com os primeiros-socorros, serão transferidos para o hospital mais próximo

13.15. Haverá controles de passagem pelos pontos determinados pela Organização de acordo com a necessidade.

13.16. O percurso poderá ser modificado antes ou durante o desenvolvimento da prova atendendo as razões de segurança dos participantes ou outras circunstâncias que a Organização leve em consideração. Caso a decisão seja tomada antes da largada os corredores serão notificados. Em caso que a decisão seja tomada durante o desenvolvimento da corrida, os participantes serão informados no posto de controle anterior à modificação. A Organização não se responsabilizará de qualquer tipo de reclamação por parte dos participantes por esta causa.

13.17. Caso deva diminuir o percurso, uma vez largada a corrida, e que o corte envolva só uma parte dos participantes, considerar-se- a uma classificação para quem tenham cumprido o percurso completo e a partir do último corredor desse grupo continuar-se a com quem fizer o percurso incompleto seguindo sua ordem de chegada.

13.18. As imagens que se obtenham na competição poderão ser utilizadas pela Organização e pelas Empresas Patrocinadoras para fins de difusão e publicidade do evento e/ou de produtos associados ao mesmo. Os competidores que aceitarem participar deste evento não terão direito a realizar reclamações.

13.19. Os participantes devem escolher o tamanho de camiseta na inscrição. Se os atletas não escolherem o tamanho, será entregue o tamanho disponível.

13.20. Diante de qualquer imprevisto ocorrido durante o evento que não tenha sido contemplado no presente regulamento, será função do Diretor Técnico da Prova tomar as decisões correspondentes ao caso.

13.21. A organização não se responsabiliza pelos pertences dos atletas deixados dentro ou fora das arenas.

13.22. A organização se reserva ao direito de modificar ou acrescentar algum item no presente regulamento comprometendo-se em publicar comunicado com alterações no site oficial e via e-mail aos participantes.

14. Suspensão, adiamento e cancelamento da prova:

14.1. A Organização, 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 prova, por qualquer um destes motivos, esta será considerada realizada e não haverá designação de nova prova.

14.2. 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, não gerando qualquer responsabilidade para a Comissão Organizadora.

14.3. Na hipótese de adiamento da corrida e a consequente divulgação de nova data não haverá devolução do valor da inscrição.

15. Comunicação:

15.1. Considera-se como meio oficial de comunicação de novidades a página oficial [www.desafio28praias.com.br](http://www.desafio28praias.com.br), a fan page e o evento criado no Facebook e a página Desafio 28 Praias no Instagram.

15.2. O participante deverá consultar periodicamente o site a fim de estar informado das novidades e possíveis modificações, ou imprevistos.

15.3. O e-mail do contato da organização responsável pelo atendimento dos atletas é [contato@28praias.com.br](mailto:contato@28praias.com.br). Recomendamos que seja colocado entre os contatos como um endereço seguro, para conseguir receber todos os e-mails da organização.

16. Recomendações

16.1 Esta é uma corrida diferenciada, onde o atleta deve se preocupar com alguns detalhes como:

- treinar preferencialmente em trilhas que tenham subidas, descidas e praias;
- realizar treinos longos com o equipamento que usará no dia da prova, principalmente aquele usado para transportar a água;

- procurar usar um tênis apropriado para trilhas, que dê mais proteção aos pés e suporte as dificuldades do percurso;
- tomar bastante líquido e ingerir alimentos horas antes da prova;
- estar preparado para completar a prova num tempo bem maior que numa prova de asfalto, normalmente atletas amadores realizam a prova num ritmo de 1,5 a 2 vezes mais lento do que numa prova com percurso plano.
- usar protetor solar e boné.

16.2. O 7º DESAFIO DAS 28 PRAIAS MARATONA DE REVEZAMENTO poderá ser cancelado na sua totalidade ou trechos específicos caso condições adversas de tempo ou outras que coloquem em risco a integridade física dos participantes e/ou espectadores, não havendo devolução do valor de inscrição para estes casos.

16.3. As dúvidas e/ou omissões deste Regulamento ou no decorrer da Prova serão definidas pela Comissão Organizadora do 7º DESAFIO DAS 28 PRAIAS MARATONA DE REVEZAMENTO, de forma soberana, não cabendo qualquer tipo de recurso.

Dúvidas, críticas, alterações e sugestões:

[contato@28praias.com.br](mailto:contato@28praias.com.br)

Atendimento Whatsapp e telefone

11 99289-6151 - Raphael

ORGANIZAÇÃO RUNNERSP SOUL POWER