

REGULAMENTO TÉCNICO

4ª CORRIDA SINDMAC-DF

2026

Capítulo I DA REALIZAÇÃO

O 3ª CORRIDA SINDMAC-DF acontecerá no dia **03 de maio (domingo) de 2026**, com largada geral às **07h**, no Eixo Rodoviário, canteiro central, próximo à Estação 108 Sul, Brasília – DF.

Observações:

- O horário de largada da corrida ficará sujeito a alteração em razão da quantidade de inscritos e de eventuais problemas de ordem externa;
- OS PARTICIPANTES deverão estar no local de largada com pelo menos **30 minutos de antecedência**;
- O percurso do evento está em anexo neste documento o site de inscrição após a anuência dos órgãos responsáveis pela liberação/apoio do percurso;
- O tempo limite para a conclusão da prova será de 2 horas.

Capítulo II DA FINALIDADE

O 3ª CORRIDA SINDMAC-DF contemplará percurso: **5km**.

O evento tem por finalidade beneficiar os trabalhadores do COMÉRCIO VAREJISTA DE MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO DF, além de promover a qualidade de vida e o estilo de vida mais ativo entre os trabalhadores por meio da prática das corridas de rua.

Capítulo III DOS PARTICIPANTES

Poderão participar da prova **atletas de ambos os sexos**, vinculados às empresas sindicalizadas ao SINDICATO DO COMÉRCIO VAREJISTA DE MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO DO DISTRITO FEDERAL seguindo as determinações do artigo 1º, § 8º, da NORMA 12 da Confederação Brasileira de Atletismo, onde a idade MÍNIMA para atletas se inscreverem e participarem de corridas de rua é a seguinte:

- Provas com percurso até 5km: 14 (catorze) anos completos até 31 de dezembro do ano da prova.

Capítulo IV DAS CATEGORIAS

As categorias por distância serão:

| DISTÂNCIA | GÊNERO | PREMIAÇÃO |
|-----------|--------|-----------|
|-----------|--------|-----------|

| | | |
|-----|-----------|---------------------------|
| 5km | Masculino | 1ª, 2ª e 3ª posição geral |
| 5km | Feminino | 1ª, 2ª e 3ª posição geral |

NOTA: Todos os inscritos – com número de inscrição **que concluírem o percurso**, passando pelo funil de chegada, **receberão medalhas alusivas ao evento.**

Capítulo V DAS INSCRIÇÕES

A inscrição será de inteira responsabilidade do SINCATO DO COMÉRCIO VAREJISTA DE MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO DF, com limite de 300 vagas;

O período de inscrição, bem como os meios de cadastramento serão disponibilizados pelo SINDMAC-DF;

Os atletas são responsáveis pela veracidade das informações fornecidas. Caso haja fraude comprovada, o atleta será desclassificado da prova.

O SINDMAC-DF é responsável por validar as inscrições juntamente com as empresas vinculadas.

AVISOS IMPORTANTES:

- Ao se inscrever na prova, a participante o faz de forma pessoal e intransferível, sendo assim, não há possibilidade de transferência desta inscrição para outro participante;
- Em hipótese alguma o participante poderá trocar o nome da inscrição depois de tê-la adquirido;
- Ao se inscrever na prova, o participante disponibiliza seus dados e autoriza aos ORGANIZADORES, PATROCINADORES, APOIADORES, REALIZADORES E PARCEIROS, para que a qualquer tempo enviem em seu nome, no endereço eletrônico ou físico (ou qualquer outro fornecido) informativos, mala direta ou qualquer outro tipo de correspondência, bem como a utilização de seus dados cadastrais e imagem pelo Sesc em suas próximas ações de marketing;
- Para segurança dos participantes, é importante que estejam em **boa condição física**;
- É obrigatório o **preenchimento do PAR-Q** (questionário de prontidão para a atividade física), ou dar ciência no termo de responsabilidade;
- Todas os atletas deverão **estar em dia com rigorosa avaliação médica** para realização da prova, pois **a organização não se responsabilizará pela saúde das atletas**;
- Em caso de apresentação de quadro clínico de risco, o atleta que for atendido por médico da equipe do evento deverá acatar as orientações do médico responsável.

Capítulo VI

DA RETIRADA DE KITS

Será realizada no dia **03 de maio (domingo)**, das **6h às 7h**, no local de realização da prova.

Tamanhos das camisetas: P, M, G, GG e EXG, conforme cadastramento realizado no momento da inscrição.

| KIT PROVA |
|-------------------------|
| Camiseta prova |
| Número de peito |
| Medalha |
| Kit hidratação/nutrição |

Observações:

- O atleta não poderá alegar impossibilidade de correr no evento por ausência de camiseta que lhe sirva, estando autorizado a realizar a troca com outro participante, caso ambos tenham interesse;
- O atleta que não retirar o seu kit no dia e horário estipulado pela organização, será automaticamente desclassificado;
- Não serão entregues kit atleta após o evento;
- Todos os kits remanescentes são de propriedade do Sindicato.

DO COMPROVANTE DE PAGAMENTO DA INSCRIÇÃO E DA RETIRADA DOS KITS

Será necessário para a retirada dos kits:

- **Documento de identidade original com foto** (RG ou Carteira de Habilitação) e/ou outro documento original com foto.

Capítulo VII DA CLASSIFICAÇÃO

A classificação dos participantes será definida conforme sua colocação/tempo. Deste modo, serão classificados para pódio os 3 primeiros, masculino e feminino, a cruzar a linha de chegada.

Capítulo VIII DA PREMIAÇÃO

Conforme publicado neste regulamento, Capítulo IV – DAS CATEGORIAS, serão premiadas as 3 primeiras posições de cada categoria;

Fica à critério do Sindicato a definição, publicação e divulgação de demais premiações para o evento.

- Em caso de **ausência** no momento da PREMIAÇÃO, o atleta terá **até 7 (sete) DIAS** para retirar o troféu, entrando em contato o SINDMAC-DF.

Capítulo IX

PROTEÇÃO DE DADO PESSOAIS

Em atenção à legislação brasileira sobre proteção de dados, o participante autoriza o Sesc-DF e empresas parceiras do evento a ter acesso, utilizar, manter e processar, eletrônica e manualmente, informações pessoais de saúde e/ou quaisquer outros dados coletados na inscrição, durante o evento, ou, ainda, prestados pelo participante (dados protegidos), compatíveis com as finalidades do presente regulamento, ação/produto ora aderido, inclusive, para fins informativos e de publicidade;

O PARTICIPANTE cede todos os direitos de utilização de sua imagem, inclusive direito de arena, renunciando o recebimento de qualquer renda que vier a ser efetuada com direitos a televisão ou qualquer outro tipo de transmissão e/ou divulgação;

As dúvidas ou omissões deste REGULAMENTO serão dirimidas pela Comissão ORGANIZADORA e/ou pelos ORGANIZADORES / REALIZADORES de forma soberana, não cabendo recurso a estas decisões.

Capítulo X

DAS DISPOSIÇÕES GERAIS

Serão colocados à disposição das participantes inscritos, sanitários e guarda-volumes no local do evento;

O guarda volumes será desativado 30 minutos após a chegada da última colocada da prova;

A ORGANIZAÇÃO da prova não recomenda que sejam deixados objetos de VALORES no guarda-volumes tais como: relógios, roupas ou acessórios de alto valor, equipamentos eletrônicos, de som ou celulares, cheques, cartões de crédito etc.;

Por se tratar de um serviço de cortesia, a Comissão Organizadora não reembolsará conteúdos e bens extraviados do guarda-volumes;

O PARTICIPANTE assume total responsabilidade pelos dados fornecidos, aceita e acata totalmente o REGULAMENTO e às regras, assume as despesas de transporte, hospedagem e alimentação, seguros e quaisquer outras despesas necessárias ou provenientes da sua participação antes, durante e depois do evento;

O PARTICIPANTE deverá observar o trajeto ou percurso balizado para a prova, não sendo permitido qualquer outro meio auxiliar para alcançar qualquer tipo de vantagem ou corte do percurso indicado, sendo obrigatório que tenha conhecimento do percurso;

No 4ª CORRIDA SINDMAC-DF, as provas serão realizadas em local previamente determinado pelo Sesc-DF, publicado com detalhamento no Croqui anexado ao Regulamento, assim que aprovado pelas forças de segurança;

O Sesc-DF não se responsabiliza por prejuízos ou perdas ocorridas com a atleta inscrito no evento, a terceiros e/ou outras participantes, sendo esse de única e exclusiva responsabilidade do atleta e outro;

Toda irregularidade ou atitude antidesportiva cometida pelos atletas será passível de desclassificação;

O Sesc-DF poderá suspender o evento por questões de segurança pública, atos públicos, vandalismo e/ou por motivo de força maior;

O Sesc-DF poderá, a qualquer momento, elevar ou limitar o número de inscrições, em função de necessidades, disponibilidade técnica e/ou questões estruturais, sem aviso prévio;

É proibido o auxílio de terceiros como: o acompanhamento por ciclistas ou algum tipo de hidratação em movimento, exceto os pontos de abastecimento oferecidos pela ORGANIZAÇÃO, bem como o uso de qualquer recurso tecnológico sem prévia autorização, por escrito, da ORGANIZAÇÃO;

Em caso de apresentação de quadro clínico de risco, o atleta que for atendido por médico da equipe do evento deverá acatar as orientações do profissional;

O diretor de prova poderá, seguindo recomendação do médico responsável pelo evento, excluir o participante a qualquer momento;

A Comissão Organizadora não tem responsabilidade, com despesas médicas em casos de internação ou lesões geradas pelas práticas das provas. Porém, será disponibilizado um serviço de UTI móvel e atendimento emergencial aos atletas e para a remoção destes aos hospitais da rede pública de saúde;

O atleta ou seu acompanhante poderá decidir pela remoção ou transferência para hospitais da rede privada de saúde, eximindo a Comissão Organizadora de qualquer responsabilidade ou reembolso pelas despesas decorrentes deste atendimento médico;

Os atletas estarão assegurados com uma apólice de acidentes pessoais, que será contratada pelo Sesc-DF;

A segurança do evento receberá apoio dos órgãos competentes e haverá monitores para a orientação dos participantes;

Não haverá reembolso, por parte da ORGANIZAÇÃO, de nenhum valor correspondente a equipamentos e/ou acessórios utilizados pelos PARTICIPANTES no EVENTO, independente de qual seja o motivo, nem por qualquer extravio de materiais ou prejuízo. Danos causados pelos PARTICIPANTES inscritos no EVENTO, seja ao patrimônio público, a terceiros ou outros participantes, que são de única e exclusiva responsabilidade do autor, arcando com todos os prejuízos;

Ao se inscrever nesta prova, o atleta assume ter conhecimento de todos os termos deste Regulamento, ficando de acordo com todos os itens supracitados e acata todas as decisões da organização.

A Comissão técnica, primando pela segurança dos atletas, poderá determinar a suspensão da corrida, iniciada ou não, por questões de segurança das atletas, 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;

Capítulo XI **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A ORGANIZAÇÃO poderá, a seu critério ou conforme as necessidades do projeto, alterar o presente Regulamento.

As dúvidas ou omissões deste REGULAMENTO serão dirimidas pela Comissão ORGANIZADORA e/ou pelos ORGANIZADORES / REALIZADORES de forma soberana, não cabendo recurso a estas decisões.

COMISSÃO ORGANIZADORA
4ª CORRIDA SINDMAC-DF
2026

Anexo I

TERMO DE RESPONSABILIDADE

Eu, "identificado no cadastramento da inscrição", no perfeito uso de minhas faculdades, DECLARO para os devidos fins de direito que:

- Estou ciente de que se trata de Corrida de rua;
- Estou em plenas condições físicas e psicológicas de participar dessa PROVA e estou ciente de que não existe nenhuma recomendação médica que me impeça de praticar atividades físicas;
- Assumo, por minha livre e espontânea vontade, todos os riscos envolvidos e suas consequências pela participação nessa PROVA (que incluem possibilidade de invalidez e morte), isentando seus organizadores, colaboradores e patrocinadores DE TODA E QUALQUER RESPONSABILIDADE, por quaisquer danos materiais, morais ou físicos, que porventura venha a sofrer, advindos da participação nessa PROVA;
- Li, conheço, aceito e me submeto integralmente a todos os termos do regulamento da PROVA;
- Declaro que não portarei, nem utilizarei, nas áreas do evento, percurso e entrega de kits, ou outra área de visibilidade no evento, ou meios de divulgação e promoção, nenhum material publicitário, promocional ou político, sem a devida autorização por escrito dos organizadores; e também, qualquer material ou objeto que ponha em risco a segurança do evento, dos participantes e/ou das pessoas presentes, aceitando ser retirado pela organização ou autoridades das áreas acima descritas;
- Em caso de participação neste evento, representando equipes de participantes ou prestadores de serviços e/ou qualquer mídia ou veículo, declaro ter pleno conhecimento e que aceito o regulamento do evento, bem como a respeitar as áreas da Organização destinadas às mesmas, e que está vedada minha participação nas estruturas de apoio a equipes montadas em locais inadequados, ou que interfiram no andamento do evento, e também locais sem autorização por escrito da Organização, podendo ser retirado da prova e do local do evento a qualquer tempo;
- Estou ciente das penalidades e possível desclassificação que posso sofrer caso descumpra o regulamento ou cometa falta grave. Excluo meu direito de reclamação sobre tais aspectos da prova;
- Autorizo o uso de minha imagem, assim como familiares e amigos, para fins de divulgação do evento, por fotos, vídeos e entrevistas em qualquer meio de comunicação, sem geração de ônus para os

organizadores, mídia e patrocinadores;

- Estou ciente que na hipótese de suspensão da prova por questões de segurança pública todos os eventuais custos referentes à locomoção, preparação, estadia, inscrição, dentre outros gastos despendidos pelo atleta serão suportados única e exclusivamente por mim, isentando a Comissão Organizadora e a empresa responsável pelo ressarcimento de qualquer desses custos;
- Compreendi e estou de acordo com todos os itens deste TERMO DE RESPONSABILIDADE, isentando assim quem quer que seja, de toda e qualquer responsabilidade legal de tudo o que vier a ocorrer comigo por consequência da minha participação nessa PROVA.

Anexo II

Percurso 4ª CORRIDA SINDMAC-DF



- Largada: Canteiro central do Eixo Rodoviário, altura da Estação de Metro 208 Sul;
- Retorno: Eixo Rodoviário, altura da tesourinha da 216 Sul.

COMISSÃO ORGANIZADORA

4ª CORRIDA SINDMAC-DF

2026

Anexo III

Anexo I – Lei 5.555, de novembro de 2015

PAR-Q

Nome: _____

Questionário de Prontidão para Atividade Física– PAR-Q – Este questionário tem como objetivo identificar a necessidade de avaliação por um médico, antes do início da atividade física. Caso Você responda “SIM” a uma ou mais perguntas, converse com seu médico ANTES de aumentar seu nível atual de atividade. Mencione este questionário e as perguntas às quais você responde “SIM”.

Assinale “sim ou “não” às seguintes perguntas:

| | | |
|---|------------------------------|------------------------------|
| Algum médico já disse que você possui problema de coração e que só deveria realizar atividade física supervisionada por profissionais de saúde? | <input type="checkbox"/> Sim | <input type="checkbox"/> Não |
| Sente dores no peito quando pratica atividade física? | <input type="checkbox"/> Sim | <input type="checkbox"/> Não |
| No último mês, você sentiu dores no peito quando praticou atividade Física? | <input type="checkbox"/> Sim | <input type="checkbox"/> Não |
| Apresenta desequilíbrio devido a tontura ou perda de consciência? | <input type="checkbox"/> Sim | <input type="checkbox"/> Não |
| Possui algum problema ósseo ou articular que poderia ser piorado pela atividade física? | <input type="checkbox"/> Sim | <input type="checkbox"/> Não |
| Toma atualmente algum medicamento para pressão arterial ou problema de coração? | <input type="checkbox"/> Sim | <input type="checkbox"/> Não |
| Sabe de alguma outra razão pela qual você não deve praticar atividade física? | <input type="checkbox"/> Sim | <input type="checkbox"/> Não |

Brasília-DF, _____ de _____ de _____.

Assinatura do(a) Interessado(a)

Anexo II

TERMO DE RESPONSABILIDADE PARA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA

Eu, _____, portador do RG nº _____ SSP/_____, CPF Nº _____, DECLARO estar CIENTE de que é recomendável consultar um médico antes de aumentar meu nível atual de atividade física, por ter respondido “SIM” a uma ou mais perguntas do Questionário de Prontidão para Atividade Física– PAR-Q. Assumo plena e total responsabilidade por qualquer atividade física praticada sem o atendimento a essa recomendação.

Brasília-DF, _____ de _____ de _____.

Assinatura do(a) Interessado(a)

Anexo III

AUTORIZAÇÃO DO RESPONSÁVEL PARA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA

De acordo com a Lei 5.555, de 6 de novembro de 2015, que altera a Lei nº2.185, de 30 de dezembro de 1998, que dispõe sobre o registro e o funcionamento de academias e de estabelecimentos que atuam na área do ensino e prática de modalidades esportivas no Distrito Federal, e dá outras providências, Eu, _____, portador do RG nº _____ SSP/_____, CPF Nº _____, autorizo à prática de Atividade Física do(a) _____, portador(a) do RG nº _____ SSP/_____, CPF Nº _____, isentando de responsabilidade o Serviço Social do Comércio - Sesc-DF, por ocultação de qualquer informação de saúde que possa impedi-lo(a) de praticar atividade física.

Brasília-DF, _____ de _____ de _____.

Assinatura do(a) Interessado(a)

