

# 18<sup>a</sup> CORRIDA DE CASAIS

LAGOA RODRIGO DE FREITAS

04/08/2024

08:00H

05KM



KIT DE PARTICIPAÇÃO  
CAMISETA - NÚMERO - TROFÉU

INSCRIÇÕES: [www.esportecorrida.com.br](http://www.esportecorrida.com.br)

Tel: (21) 98366-5868

(Fernando Guimarães)

REALIZAÇÃO



APOIO



APOIO



# **REGULAMENTO DO EVENTO**

**DIA - 04/08/2024**

**LOCAL – LAGOA RODRIGO DE FREITAS, RJ**

**MODALIDADES – CORRIDA/CAMINHADA DE 5KM**

**LARGADA – 8 HORAS DA MANHÃ**

**CORRIDA/CAMINHADA DE 5KM COM LARGADA AS 8 HORAS, NA CICLOVIA ATRÁS DO RESTAURANTE MANDARIM, LOCALIZADO NA ALTURA DA AVENIDA EPITÁCIO PESSOA Nº 3000. TODO O PERCURSO SERÁ PELA CICLOVIA DA LAGOA.**

## **INSCRIÇÕES**

**CORRIDA/CAMINHADA DE 5KM**

**VALORES:**

- **KIT (CAMISETA REGATA + NÚMERO DE PEITO + TROFÉU): 75 REAIS (POR PARTICIPANTE), OU SEJA, 150 REAIS (O CASAL) + TAXA DO SITE [WWW.ESPORTECORRIDA.COM.BR](http://WWW.ESPORTECORRIDA.COM.BR)**

**PERÍODO: 10/06/2024 A 01/08/2024 OU ENQUANTO TIVER VAGAS**

**LIMITE DE VAGAS - APENAS 50 CASAIS**

## **KIT DO PARTICIPANTE**

\*CAMISETA REGATA + NÚMERO DE PEITO + TROFÉU

\* HIDRATAÇÃO E FRUTAS

## **RETIRADA DO KIT**

A RETIRADA DO KIT OCORRERÁ **SOMENTE NO DIA DO EVENTO (04/08/2024)** A PARTIR DAS 06:45 HORAS DA MANHÃ NA TENDA DA COORDENAÇÃO DO EVENTO LOCALIZADA ATRÁS DO RESTAURANTE MANDARIM, QUADRAS DE BASQUETES E LOCAL DE LARGADA.

O PARTICIPANTE DEVERÁ APRESENTAR A IDENTIDADE E O COMPROVANTE DE INSCRIÇÃO

OS KITS DOS GRUPOS SERÃO ENTREGUES JUNTOS

## **LOGÍSTICA DA CORRIDA**

A LOGÍSTICA DO EVENTO SERÁ CONFORME ABAIXO:

- 1) INICIALMENTE O **PARTICIPANTE 1** CORRE OU CAMINHA REALIZANDO UM PERCURSO DE 1250 METROS NA IDA (NESTE PONTO HAVERÁ O RETORNO) + 1.250 METROS NA VOLTA;
- 2) APÓS O **PARTICIPANTE 1** FINALIZAR O SEU PERCURSO DEVERÁ TOCAR NA MÃO DO PARTICIPANTE 2 PARA QUE O MESMO INICIE O SEU PERCURSO DE 1250 METROS NA IDA (NESTE PONTO HAVERÁ O RETORNO) + 1.250 METROS NA VOLTA.
- 3) AO FINALIZAR O SEU PERCURSO O **PARTICIPANTE 2** DEVERÁ TOCAR NA MÃO DO **PARTICIPANTE 1** E OS DOIS PARTICIPANTES FARÃO AGORA O PERCURSO DE 1250 METROS JUNTOS NA IDA + 1.250 METROS NA VOLTA, TOTALIZANDO ASSIM 5KM DE PERCURSO PARA CADA PARTICIPANTE. **O CASAL DEVERÁ OBRIGATORIAMENTE CRUZAR A LINHA DE CHEGADA JUNTOS.**

**OBS: A ORDEM DE QUAL PARTICIPANTE INICIARÁ O PERCURSO PELOS CASAIS SERÁ DE RESPONSABILIDADE DA COORDENAÇÃO DO EVENTO E OS CASAIS SERÃO INFORMADOS NO MOMENTO DA RETIRADA DOS KITS.**

## **PREMIAÇÃO**

**CLASSIFICAÇÃO GERAL:**

TROFÉU DE PARTICIPAÇÃO PARA TODOS OS CASAIS QUE COMPLETAREM O PERCURSO.

# ALGUMAS FAMÍLIAS QUE AJUDAMOS



## **RELEASE DO PROJETO DIGA NÃO À FOME**

O PROJETO DIGA NÃO À FOME FOI CRIADO PELO COORDENADOR FERNANDO GUIMARÃES EM 2005 E ATÉ O PRESENTE MOMENTO JÁ FORAM DOADOS A INÚMERAS FAMÍLIAS CARENTES MAIS DE 152 TONELADAS DE ALIMENTOS, CENTENAS DE EMBALAGENS DE SUPLEMENTOS ALIMENTARES, MILHARES DE REMÉDIOS, MILHARES DE FRALDAS, MATERIAIS DE HIGIENE PESSOAL, GELADEIRAS, TELEVISÕES, FOGÕES, SOFÁS, MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO, CADEIRAS DE RODAS, ANDADORES, CAMAS DE SOLTEIRO, CAMAS DE CASAL, VENTILADORES...

ATUALMENTE AJUDAMOS FAMÍLIAS DAS COMUNIDADES DA SERRINHA, URUBU, SÃO JOSÉ DA PEDRA, 2 COMUNIDADES DO MUNICÍPIO DE QUEIMADOS, 01 COMUNIDADE DO BAIRRO DA POSSE EM NOVA IGUAÇU.

ESTE NOSSO EVENTO É PARA DAR SUPORTE ÀS CAMPANHAS DE DOAÇÃO E PROPORCIONAR UMA MELHOR QUALIDADE DE VIDA ÀS FAMÍLIAS QUE ASSISTIMOS.

**MUITO OBRIGADO POR NOS AJUDAR A AJUDAR!!!!**