

REGULAMENTO E TERMO DE RESPONSABILIDADE – TREINÃO CORRA MAIS

Ao realizar a inscrição no Treinão Corra Mais, o participante declara que leu, compreendeu e concorda integralmente com este regulamento e com o Termo de Responsabilidade abaixo.

1. Natureza do evento

O Treinão Corra Mais é um treinamento coletivo recreativo, sem caráter oficial ou competitivo. Não se trata de uma prova oficial, competição ou evento federado.

O objetivo do evento é proporcionar uma experiência de treinamento em grupo, visando o desenvolvimento esportivo, integração entre os participantes e preparação para futuras corridas.

2. Participação

Ao realizar sua inscrição, o participante declara que:

- Participa por livre e espontânea vontade.
- Está em condições físicas e de saúde compatíveis com a prática da corrida.
- Assume integral responsabilidade por sua participação.
- Está ciente dos riscos inerentes à prática de atividade física.

3. Aptidão física e saúde

O participante declara que:

- Está apto física e clinicamente para participar do treinamento.
- Não possui restrições médicas que impeçam sua participação ou, caso possua, participa por sua exclusiva responsabilidade e mediante orientação médica.
- É responsável pela realização de exames médicos periódicos e pela avaliação de sua condição de saúde antes da participação.
- Caso apresente qualquer sintoma de mal-estar antes ou durante o treinamento, interromperá imediatamente sua participação e comunicará a organização.

4. Questionário de saúde

Ao efetuar a inscrição, o participante confirma que respondeu com veracidade às seguintes informações:

- Não fui orientado por médico a evitar atividade física; caso tenha sido, participo somente com autorização médica.

- Não sinto dores no peito durante esforço físico.
- Não sofri desmaios ou perda de consciência relacionados ao exercício.
- Não possuo doença cardíaca, respiratória ou outra condição que impeça a prática de corrida, salvo com autorização médica.
- Informe corretamente qualquer condição de saúde relevante.
- Informe corretamente o uso contínuo de medicamentos.
- Informe eventuais lesões ou cirurgias recentes.
- Todas as informações fornecidas são verdadeiras.

5. Percurso e segurança

O participante declara estar ciente de que:

- O percurso poderá sofrer alterações por motivos de segurança ou organização.
- O treino poderá ocorrer em vias públicas compartilhadas com veículos, ciclistas e pedestres.
- Deverá respeitar integralmente as leis de trânsito e as orientações da organização.
- É responsável por correr com atenção ao ambiente e respeitar outros usuários da via.

6. Hidratação e alimentação

Cada participante é responsável por sua hidratação, alimentação e estratégia nutricional durante o treino, salvo quando houver apoio previamente informado pela organização.

Porém vamos ter hidratação no percurso.

7. Condições climáticas

A organização poderá alterar horários, percurso, interromper ou cancelar o treino em caso de chuva intensa, tempestades, raios, calor extremo ou qualquer situação que coloque em risco a segurança dos participantes.

8. Conduta

O participante compromete-se a:

- Respeitar os organizadores, equipe de apoio e demais participantes.
- Seguir todas as orientações da organização.
- Não praticar atitudes que coloquem terceiros em risco.

- Comunicar a organização caso desista ou abandone o percurso, sempre que possível.

9. Atendimento em caso de emergência

Em situações de emergência, o participante autoriza que a organização acione o atendimento médico de urgência e os serviços competentes, caso seja necessário.

10. Objetos pessoais

A organização não se responsabiliza por perda, extravio, furto ou danos de objetos pessoais durante o evento.

11. Uso de imagem

O participante autoriza gratuitamente a utilização de sua imagem, voz e nome em fotografias, vídeos e demais registros realizados durante o treinamento para divulgação institucional e promocional da Corra Mais, em qualquer meio de comunicação, sem limitação de tempo e sem direito a qualquer remuneração.

12. Menores de idade

Participantes menores de 18 anos somente poderão participar mediante autorização expressa do responsável legal.

13. Cancelamento e alterações

A organização poderá alterar percurso, horários, data ou cancelar o treinamento por motivos de segurança, força maior ou necessidade operacional, buscando comunicar os participantes com a maior antecedência possível.

14. Responsabilidade

O participante declara estar ciente de que a prática da corrida envolve riscos naturais, incluindo quedas, escoriações, lesões musculares, entorses, fraturas, mal súbito e outras intercorrências.

Ao participar, assume os riscos inerentes à atividade e declara que a Corra Mais, seus organizadores, colaboradores, parceiros e apoiadores não serão responsabilizados por ocorrências decorrentes de condições pessoais de saúde, imprudência do participante ou outros fatores alheios à organização, ressalvadas as hipóteses previstas na legislação aplicável.

15. Aceite

A conclusão da inscrição, seja física ou eletrônica, equivale à assinatura deste regulamento e do Termo de Responsabilidade.

DECLARAÇÃO FINAL

Ao concluir minha inscrição, declaro que:

Li integralmente este regulamento.

Estou apto(a) para participar.

Assumo os riscos inerentes à prática da corrida.

As informações fornecidas são verdadeiras.

Autorizo o uso da minha imagem.

Em caso de emergência, autorizo o acionamento do atendimento médico.

Nome completo: _____

CPF: _____

Telefone: _____

Contato de emergência: _____

Telefone do contato: _____

Data: // _____

Assinatura: _____