

TREINÃO HALF MARATHON

Este regulamento define as diretrizes para o **Treinão de Percurso Oficial**, visando a preparação técnica dos atletas para a *Half Marathon Comendador Hermes Elias de Moura*.

1. 🎯 NATUREZA DO EVENTO

- **TREINO, NÃO COMPETIÇÃO:** Este evento é estritamente um treino coletivo. Não haverá cronometragem oficial, chips, pódio ou premiação por desempenho. O objetivo é o reconhecimento do percurso e a integração da comunidade corredora.

2. 📅 DATA, LOCAL E HORÁRIO

- 📍 **Local de Encontro:** Sede SPS Run – Avenida São Paulo, 59, Sorocaba - SP.
- 📅 **Data:** 28 de Junho de 2026.
- ⌚ **Concentração:** 06h00 | **Largada:** 06h30 (em ponto).

3. 🤝 INSCRIÇÃO E SOLIDARIEDADE


- 💻 **Inscrição Digital:** Obrigatória via site oficial para controle de contingente.
- 🛒 **Gesto Solidário:** A inscrição é gratuita, condicionada à doação de **2kg de alimentos não perecíveis** (exceto sal e açúcar).
- entrega dos alimentos deve ser feita no check-in, na manhã do evento.

4. 🚦 SEGURANÇA E CONDUTA (MUITO IMPORTANTE)

- 🏃 **Vias Abertas:** O percurso será realizado em vias públicas que **não estarão fechadas** para o trânsito de veículos.
- 🧱 **Uso das Calçadas:** É obrigatório correr pelas calçadas sempre que disponível. Ao atravessar ruas, utilize as faixas de pedestres e respeite a sinalização semafórica.
- ⚠️ **Atenção Redobrada:** O atleta é responsável por sua própria segurança, devendo estar atento a veículos, ciclistas e outros pedestres.

5. 🏃 PERCURSOS E HIDRATAÇÃO

- **Distâncias:** 21km | 7,9km | 4km.

-  **Pontos de Água:** Teremos postos de hidratação estratégicos em alguns pontos do percurso, porém, recomendamos que cada atleta carregue sua própria hidratação (garrafa ou mochila) para maior autonomia.

6. SAÚDE E RESPONSABILIDADE

- Ao participar, o atleta declara estar em plenas condições físicas e de saúde para a prática do exercício.
- A organização não se responsabiliza por incidentes decorrentes do descumprimento das normas de trânsito ou condições físicas pré-existentes.

7. TEMPO DE CORTE (SEGURANÇA)

Para garantir a logística e segurança de todos os participantes e da equipe de apoio:

- Haverá um tempo limite para a conclusão do percurso de 21km.
- Atletas que não atingirem marcos específicos no tempo determinado serão orientados a retornar ou seguir o trajeto de menor distância.

8. TERMO DE RESPONSABILIDADE E SAÚDE

Ao realizar a inscrição e participar deste treinamento, o atleta declara e aceita que:

- **Saúde:** Declara gozar de perfeita saúde e ter se submetido a avaliações médicas recentes, estando apto para o esforço físico escolhido.
- **Responsabilidade Total:** O participante assume total responsabilidade por sua integridade física, isentando a **SPS RUN**, seus organizadores, apoiadores e parceiros de qualquer responsabilidade civil ou criminal por acidentes, danos, problemas de saúde ou eventualidades ocorridas antes, durante ou após o treino.
- **Riscos:** Compreende que, por ser um treino em via aberta, os riscos de trânsito são de sua inteira vigilância e responsabilidade.

9. DIREITO DE IMAGEM

O participante autoriza o uso de sua imagem (fotos e vídeos) capturadas durante o treino para fins de divulgação da SPS RUN e do evento principal em redes sociais e site oficial.

10. CONSIDERAÇÕES FINAIS

- O evento poderá ser adiado em caso de condições climáticas extremas que coloquem em risco a vida dos participantes.
- A colaboração com o trânsito e o respeito aos pedestres são fundamentais para a manutenção deste projeto gratuito.

SPS RUN – A gente corre junto por um bem maior!