

CORRIDA DA MULHER 2010

REGULAMENTO

A Prova Pedestre da CORRIDA CAIXA MULHER, será realizada no dia 14 de Março de 2010, na Lagoa Rodrigo de Freitas, na cidade do Rio de Janeiro, em percurso que será percorrido pela ciclovia/via de pedestres, por pessoas exclusivamente do sexo feminino inscritas na prova, com qualquer condição climática, estando a largada prevista para às 8h00.

As regras de competição da CORRIDA CAIXA MULHER seguem o Regulamento Geral de Provas de Rua.

A prova será disputada na distância de 7,5 km - uma volta completa na lagoa.

1 - REGRAS GERAIS

- . Não podem participar da PROVA atletas que estejam suspensos ou cumprindo qualquer tipo de punição imposta pela Confederação Brasileira de Atletismo - CBAAt, e/ou pela Federação Internacional de Atletismo Amador - IAAF, e/ou pela Federação de Atletismo do Estado do Rio de Janeiro - FARJ.
- . A LARGADA E CHEGADA da PROVA será na Lagoa Rodrigo de Freitas, próximo ao Corte do Cantagalo.
- . Haverá, para qualquer tipo de emergência, serviço de ambulância. O atendimento médico de emergência será efetuado na rede pública.
- . A segurança da prova será garantida pelos órgãos competentes e haverá fiscais para a orientação dos participantes.
- . Serão colocados à disposição das inscritas, Sanitários e Guarda-volumes.
- . A Organização não recomenda que sejam deixados VALORES no Guarda-Volumes (Ex: relógio, roupas ou acessórios de valor, equipamentos eletrônicos, de som ou celulares, cheques, cartões de crédito etc).
- . Ao utilizar o guarda-volume da prova, leia atentamente as recomendações afixadas no local.
- . Recomendamos rigorosa avaliação médica prévia e a realização de teste ergométrico a todos as participantes.
- . É proibido pular a grade para entrar na pista no momento da Largada. A participante deverá observar o trajeto, não sendo permitido qualquer meio auxiliar para alcançar qualquer tipo de vantagem. A não observância destas regras causará a desclassificação da participante.
- . Ao participar deste evento, a inscrita assume a responsabilidade pelos dados fornecidos e aceita totalmente o Regulamento da Prova, participando por livre e espontânea vontade, sendo conhecedora de seu estado de saúde, sabendo ser necessário estar em boa forma física e ter treinado adequadamente para participar, assumindo as despesas provenientes da sua participação na prova, antes, durante e depois da mesma, sabendo que todos os materiais e equipamentos necessários para sua participação e desempenho na prova, são de sua inteira responsabilidade, tanto em obtê-los (comprando ou qualquer outra forma de aquisição), como por sua guarda e zelo.
- . A organização da prova bem como seus patrocinadores e apoiadores não se responsabilizam por prejuízos ou danos causados pelas participantes inscritas na prova, a terceiros ou a outras participantes, sendo estas ações de única e exclusiva responsabilidade da mesma.
- . Qualquer reclamação sobre o resultado final da competição deverá ser feita, por escrito, até 30 minutos após a divulgação.

2 - RETIRADA DE KIT /CHIP E NÚMERO

. A entrega dos Kits e números será feita no dia 13/03/2010 (Sábado) na LOJA FISICO E FORMA - SHOPPING RIO SUL - LOJA 201 – BOTAFOGO, no HORÁRIO: 10 AS 17 HORAS

- . Não serão entregues Kits e números em outro dia e nem local.
 - . Para retirar o Kit/número é necessário apresentar o comprovante de inscrição;
 - . As inscritas pela Internet deverão apresentar o comprovante de confirmação da inscrição (no caso de pagamento por boleto ou depósito bancário, apresentar também o comprovante original da operação), e carteira de identidade para efetuar a retirada de seu número e de seu kit. Estes comprovantes serão retidos no ato da entrega.
 - . O Número de Peito deverá ser fixado na frente da sua camiseta no dia da prova.
 - . É obrigatório o uso do Número de Peito, sendo que qualquer mutilação ou rasura do número implicará na desclassificação da participante.
- Os chips serão entregues no dia da prova no local do evento a partir das 6:00h
- . Ao final da prova as participantes deverão entregar as senhas solicitadas, (parte integrante de seus números), para a apuração, recebimento da Medalha de Participação, retirada de kit lanche, hidratação e possíveis sorteios.

3 - RESULTADOS

. Os resultados da **CORRIDA CAIXA MULHER** - serão publicados no site: www.riorunners.com.br.

4 - PREMIAÇÃO

. Todos as participantes inscritas que completarem a prova terão direito a uma medalha de participação.

4.1 - A PREMIAÇÃO É A SEGUINTE:

- . Troféus para os 5 primeiros lugares vencedoras no geral.
- . Troféus para as 5 equipes de academias, personal trainer ou grupos de corridas com maior número de inscritos.
- . Troféus para as 5 equipes com maior número de inscritos (empresas, colégios, universidades, etc).

5 - PERCURSO

. Largada e chegada na Lagoa Rodrigo de Freitas, próximo ao Corte do Cantagalo, na ciclovia/via de pedestre, ao nível do mar, com ida em direção à Ipanema, percorrendo todo o percurso da volta completa da Lagoa, chegando no mesmo ponto da largada.

6 - PROGRAMAÇÃO

6h30 - Abertura das áreas do evento

6h30 – Início da entrega de kits

7h45 - Aquecimento / Alongamento

8h00 - Largada

9h30 - Início da premiação

7 - PRAZO DO TÉRMINO

. O prazo máximo de tolerância para o atleta completar o percurso será de 75 minutos.