



**INSTITUTO COMUNITÁRIO DE ESPORTE E LAZER DO ESTADO
DO RIO DE JANEIRO**

CNPJ: 07.338.048/0001-53

Inscrição Municipal: 6.011.705-5

Contato (21) 99247-0705

https://www.instagram.com/lesporte_levado_a_serio/

E-mail: accel.rj@gmail.com

REGULAMENTO SUMÁRIO

SOBRE O EVENTO

Breve descrição;

Somos a ICEL-ERJ (**INSTITUTO COMUNITÁRIO DE ESPORTE E LAZER DO ESTADO**), com a finalidade e proposta de incentivar às práticas de atividades físicas e equilíbrio da saúde mental. Queremos te ajudar e incentivar a manter o equilíbrio da mente com a saúde do corpo e ajudar nossos projetos sociais esportivo e o intuito de pedir ração na modalidade (kit social), é para o canil, aonde existe o Projeto de Proteção e Defesa dos Animais Através do Esporte.

REGULAMENTO “CORRIDA E CAMINHADA DA INDEPENDÊNCIA 5K”

1 - A COMPETIÇÃO

1.1) O Evento Esportivo “**CORRIDA DA INDEPENDÊNCIA 5K**”, doravante denominada **EVENTO**, Local do Evento: **QUINTA DA BOA VISTA**, São Cristovão, entrada Rua General Herculano Gomes, Em Frente a Estação de Trem e Metrô, no dia 13 de Setembro de 2026, em caso de chuva forte o evento será cancelado no local com a divulgação da próxima data, com participação dos atletas devidamente inscritos.

1.2) O **EVENTO** será realizado na modalidade: Corrida de 5km e Caminhada de 3km.

1.3) O **EVENTO** de realização e organização do **INSTITUTO COMUNITARIO DE ESPORTE E LAZER DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO**.

1.4) O **EVENTO** terá **LARGADA** a partir das 07:30h, conforme distâncias citadas acima, Tera Tolerância de 5 minutos.

2 – CRONOGRAMA

06h30 - Abertura da Arena e Guarda-volumes

07h00 – Aquecimento

07h30 - Largada para a corrida de 5k

07h40 - Largada para a caminhada de 3k

08h30 – Premiação

11h00 - Encerramento das atividades

2.2) Os horários e distâncias citados acima poderão variar por necessidades técnicas.

A **ORGANIZAÇÃO** solicita extrema atenção às chamadas na área de Largada para eventuais ajustes nos respectivos horários.

3 – REGRAS GERAIS DO EVENTO

3.1) Ao participar deste **EVENTO**, o **ATLETA** assume total responsabilidade pelos dados fornecidos, aceita e acata totalmente o **REGULAMENTO** e suas 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.

É de responsabilidade de o ATLETA cadastrar um e-mail válido no ato de sua inscrição, ler os informativos enviados ao seu endereço eletrônico e acessar com frequência o site do evento para verificar possíveis modificações deste regulamento, notícias e informações para sua participação na prova.



**INSTITUTO COMUNITÁRIO DE ESPORTE E LAZER DO ESTADO
DO RIO DE JANEIRO**

CNPJ: 07.338.048/0001-53

Inscrição Municipal: 6.011.705-5

Contato (21) 99247-0705

[https://www.instagram.com/lesporte_levado_a_serio_/](https://www.instagram.com/lesporte_levado_a_serio/)

E-mail: accel.rj@gmail.com

3.2) Ao participar deste EVENTO, o ATLETA cede todos os direitos de utilização de sua imagem, inclusive direito de arena, renunciando ao recebimento de qualquer renda que vier a ser auferida com direitos a televisão ou qualquer outro tipo de transmissão e/ ou divulgação, promoções, Internet e qualquer mídia em qualquer tempo.

3.3) Haverá, para atendimento emergencial aos atletas, um serviço de apoio médico com ambulância para prestar o 1º atendimento e eventuais remoções. A continuidade do atendimento médico propriamente dito tanto de emergência como de qualquer outra necessidade será efetuado na REDE PÚBLICA sob responsabilidade desta. A ORGANIZAÇÃO não tem responsabilidade sobre as despesas médicas que o atleta venha a ter durante ou após a prova.

3.4) O ATLETA ou seu (sua) acompanhante responsável poderá se decidir por outro sistema de atendimento médico (remoção/transferência, hospital, serviço de emergência e médico entre outros) eximindo a ORGANIZAÇÃO de qualquer responsabilidade, direta ou indireta sobre as consequências desta decisão.

3.5) A segurança do EVENTO receberá apoio dos órgãos competentes e haverá monitores para a orientação dos participantes.

3.6) Serão colocados à disposição dos ATLETAS inscritos, Sanitários na região da LARGADA/CHEGADA.

3.7) Serão colocados à disposição dos ATLETAS inscritos, Guarda-Volumes na região da LARGADA/CHEGADA.

3.8) A ORGANIZAÇÃO não recomenda que sejam deixados VALORES no Guarda-Volumes tais como; relógios, roupas ou acessórios de alto valor, equipamentos eletrônicos, de som ou celulares, cheques, cartões de crédito etc.

3.9) A ORGANIZAÇÃO não se responsabilizará por qualquer objeto deixado no Guarda-Volumes.

3.10) Não haverá reembolso, por parte da ORGANIZAÇÃO, bem como seus PATROCINADORES, APOIADORES E REALIZADORES, de nenhum valor correspondente a equipamentos e/ ou acessórios utilizados pelos ATLETAS no EVENTO, independente de qual for o motivo, nem por qualquer extravio de materiais ou prejuízo que por ventura os ATLETAS venham a sofrer durante a participação do EVENTO.

3.11) Ao se inscrever para o EVENTO o atleta assume o compromisso e a responsabilidade de ter feito rigorosa avaliação médica, inclusive a realização de teste ergométrico prévio, exames médicos e avaliações físicas pertinentes com profissionais competentes da área da saúde e declara estar apto e autorizado para competir. O ATLETA assume e expressamente declara que é conhecedor de seu estado de saúde, que tem condições de saúde para participar do EVENTO, que tem capacidade atlética necessária, e que treinou adequadamente para o EVENTO.



**INSTITUTO COMUNITÁRIO DE ESPORTE E LAZER DO ESTADO
DO RIO DE JANEIRO**

CNPJ: 07.338.048/0001-53

Inscrição Municipal: 6.011.705-5

Contato (21) 99247-0705

https://www.instagram.com/lesporte_levado_a_serio/

E-mail: accel.rj@gmail.com

- 3.12) O posicionamento escolhido pelo ATLETA nos locais de LARGADA, disponíveis no evento, previstos no regulamento ou disponibilizados pela ORGANIZAÇÃO é de única e exclusiva responsabilidade do mesmo.
- 3.13) O ATLETA 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.
- 3.14) É proibido o auxílio de terceiros bem como o uso de qualquer recurso tecnológico sem prévia autorização, por escrito, da ORGANIZAÇÃO.
- 3.15) A ORGANIZAÇÃO do EVENTO, bem como seus PATROCINADORES, APOIADORES E REALIZADORES, não se responsabilizam por prejuízos ou danos causados pelo ATLETA inscrito no EVENTO, seja ao patrimônio público, a terceiros ou outros participantes, sendo esses de única e exclusiva responsabilidade do Autor.
- 3.16) Qualquer reclamação sobre o resultado EXTRA OFICIAL da competição deverá ser feita, por escrito, à ORGANIZAÇÃO, em até 30 dias após a primeira publicação do resultado no site do EVENTO.
- 3.17) Poderão os ORGANIZADORES / REALIZADORES suspender o EVENTO, ou partes dele, ou mesmo alterá-lo, por questões de segurança pública, atos públicos, vandalismo e/ ou motivos de força maior.
- 3.18) O ATLETA que em qualquer momento deixe de atender as regras descritas neste REGULAMENTO, que deixe de comunicar (com registro por escrito e devidamente recebido pelos ORGANIZADORES) a ORGANIZAÇÃO qualquer impedimento de sua parte ou que não manter uma conduta educada e esportiva poderá a qualquer tempo ser desclassificado do EVENTO.
- 3.19) Não haverá pagamento de cachê de participação para nenhum ATLETA.
- 3.20) A ORGANIZAÇÃO reserva-se o direito de incluir no EVENTO ATLETAS especialmente convidados.
- 3.21) Somente poderão participar do EVENTO, ATLETAS que não estejam suspensos, ou que não estejam cumprindo qualquer tipo de punição impeditiva imposta pelas respectivas Confederações ou Federações esportivas.
- 3.22) Quanto ao serviço de cronometragem, elaboração, fornecimento e divulgação de resultados, fica o participante ciente de que é de sua exclusiva responsabilidade o correto uso do chip e instalação em seu peito, bem como a passagem no tapete de captação de dados instalado. Fica também ciente o participante que se trata de equipamentos eletrônicos e os mesmos podem sofrer interferências e perda de informações, ficando isenta a ORGANIZAÇÃO do fornecimento dos mesmos.
- 3.24) Poderá a ORGANIZAÇÃO receber e/ou solicitar informações aos participantes para que auxiliem na correção de eventuais problemas no fornecimento dos resultados, sem tempo definido e obrigatoriedade para estas correções dentro do prazo máximo de 30 (trinta) dias da data de realização do evento.



**INSTITUTO COMUNITÁRIO DE ESPORTE E LAZER DO ESTADO
DO RIO DE JANEIRO**

CNPJ: 07.338.048/0001-53

Inscrição Municipal: 6.011.705-5

Contato (21) 99247-0705

[https://www.instagram.com/lesporte_levado_a_serio_/](https://www.instagram.com/lesporte_levado_a_serio/)

E-mail: accel.rj@gmail.com

4 – INSCRIÇÕES

4.1) As inscrições poderão ser feitas através do link de inscrição disponível no site, e estão sujeitos a cobrança de taxa de conveniência, cobrada pelo prestador do serviço de inscrição online terceirizado na Internet.

4.2) As inscrições para o evento poderão ser realizadas individualmente ou em grupos (mínimo de 10 pessoas):

4.3) A ORGANIZAÇÃO poderá a qualquer tempo suspender ou prorrogar prazos ou ainda adicionar ou limitar o número de vagas em qualquer das modalidades do EVENTO em função de necessidades, disponibilidades técnicas ou estruturais sem prévio aviso.

4.4) Sob nenhuma circunstância serão aceitos como válidos boletos pagos após a data de vencimento.

4.5) A inscrição só será considerada efetivada a partir da data da efetivação do PAGAMENTO, e não da data de preenchimento da ficha.

4.6) O COMPROVANTE DE PAGAMENTO é um documento único, não tendo a ORGANIZAÇÃO cópia do mesmo.

4.7) O ATLETA assume que participa deste EVENTO por livre e espontânea vontade, isentando de qualquer responsabilidade os ORGANIZADORES, REALIZADORES E PATROCINADORES, em seu nome e de seus sucessores.

4.8) Ao se inscrever no EVENTO o ATLETA 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.

4.9) Não haverá reembolso das inscrições, caso o atleta desista de participar do evento. O Kit é intransferível.

4.10) Na compra do ingresso social, o ATLETA deverá levar 2 kg de ração para Pet no dia da retirada do kit. **(É obrigatório 2 kg de ração, caso não leve a ração não pegará o kit).**



**INSTITUTO COMUNITÁRIO DE ESPORTE E LAZER DO ESTADO
DO RIO DE JANEIRO**

CNPJ: 07.338.048/0001-53

Inscrição Municipal: 6.011.705-5

Contato (21) 99247-0705

https://www.instagram.com/lesporte_levado_a_serio/

E-mail: accel.rj@gmail.com

5 – KIT DE PARTICIPAÇÃO

5.1) Ao se inscrever e pagar a taxa de inscrição o ATLETA está apenas ativando sua participação e acesso ao EVENTO, bem como o uso da infraestrutura de apoio.

5.2) O Kit de Participação do evento somente será entregue aos ATLETAS regularmente inscritos e, portanto, estará vinculado à taxa de inscrição. O Kit tem itens de uso obrigatório conforme o evento ao qual o atleta se inscreveu.

5.3) Na retirada do kit será recebido o tamanho da camisa escolhido no ato da inscrição.

5.4) **NÃO HAVERÁ ENTREGA DE KIT NO DIA DO EVENTO.**

5.5) A entrega dos KITS aos atletas será feita em local, dias e horários a ser informado nos meios de divulgação do evento.

5.6) A entrega será para todos os atletas inscritos, em qualquer uma das categorias disponíveis no regulamento da prova sem exceção.

5.7) Para retirar o Kit do ATLETA, é necessário apresentar Documento de Identidade com foto original (RG ou Carteira de Motorista), COMPROVANTE DE INSCRIÇÃO.

5.8) Para terceiros retirarem o kit do ATLETA é necessário apresentar uma cópia a dos documentos do ATLETA. É necessário também apresentar uma autorização por escrito do titular da inscrição para que o terceiro retire o KIT.

5.9) A entrega do KIT SOCIAL será feita somente mediante a doação de 2 Kg de ração para pet (**É obrigatório a entrega da ração de 2kg, para a retirada do kit**).

6 - REGULAMENTO ESPECÍFICO DA CORRIDA

6.1) A competição será uma corrida de 5Km e Caminhada de 3Km.

6.2) CONDUTA - Os competidores deverão: manter durante todo o tempo uma conduta desportiva; ser responsáveis pela sua própria segurança e a segurança de outros; ser responsáveis pela compreensão e pelo cumprimento deste Regulamento; tratar a todos com respeito e cortesia; não fazer uso da linguagem vulgar ou de baixo calão; em eventual abandono informar à organização.

6.3) LARGADA - Na largada o atleta deverá estar posicionado na área de largada de acordo com a orientação da organização.

6.4) CORRIDA - É de responsabilidade do atleta manter-se no percurso; o atleta pode correr ou caminhar; o número de competição deve ser colocado na parte da frente do corpo, entre o peito e a cintura, de forma que fique bem visível; o número fornecido pela organização não pode ser recortado ou sofrer qualquer alteração; qualquer atleta que aparentar perigo para ele mesmo ou outro poderá ser desclassificado e retirado da Competição (Ex.: falta de coordenação motora); não é permitido usar qualquer tipo de equipamento ou acessório que possa colocar em risco outros competidores ou a si próprio (**Ex.: fones de ouvido, recipientes de vidro, walkman, joias e etc.**); o atleta não poderá correr acompanhado de pessoa externa a competição; os percursos tem distâncias que podem variar por necessidades técnicas.



**INSTITUTO COMUNITÁRIO DE ESPORTE E LAZER DO ESTADO
DO RIO DE JANEIRO**

CNPJ: 07.338.048/0001-53

Inscrição Municipal: 6.011.705-5

Contato (21) 99247-0705

[https://www.instagram.com/lesporte_levado_a_serio_/](https://www.instagram.com/lesporte_levado_a_serio/)

E-mail: accel.rj@gmail.com

6.5) CHEGADA - Será considerada a chegada de um atleta quando o mesmo cruzar a linha de chegada; o atleta deverá obrigatoriamente cruzar a linha de chegada entre o pórtico de chegada; ao cruzar a linha de chegada o atleta assume o seu resultado final, não havendo qualquer possibilidade o atleta retornar a competição novamente; o atleta deve manter uma atitude desportiva, não desmerecendo a classificação dos seus adversários; se houver empate na chegada entre dois ou mais atletas a classificação da chegada será decidida pelo Árbitro de Cronometragem, que poderá recorrer aos recursos de foto ou vídeo para dar seu parecer final; a CORRIDA 5km durará no máximo 1h00 sendo que a área da linha de Chegada e seus equipamentos e serviços poderão ser desligados e desativados após este período; o ATLETA que não estiver dentro do tempo projetado, em qualquer ponto do percurso, será convidado a retirar-se da competição, finalizando a prova neste ponto, a partir do qual a ORGANIZAÇÃO não será mais responsável por qualquer tipo de serviço ou apoio.

6.6) PREMIAÇÃO - Todos os atletas da CORRIDA que completarem os percursos corretamente receberão ao final do evento uma medalha de participação e a **premiação será por tempo bruto**; A Caminhada tem caráter participativo e não possui classificação nem troféus.

6.7) A idade mínima exigida para a participação nos eventos é de 15 anos. Caso o atleta for menor de 15 anos deverá apresentar autorização dos pais por escrito na entrega do kit ou comparecer acompanhado do Pai portando documento.

6.8) CLASSIFICAÇÃO – Apenas os atletas que participarem da Corrida poderão concorrer a premiação de troféus, medalha de colocação (1º Lugar: R\$ 1.000,00, 2º Lugar: R\$ 500,00 e R\$ 300,00, 4 e 5 Lugar somente trofeu) sendo os 5 primeiros masculino e feminino e Caminhada medalha de Participação.

7 – TERMO DE RESPONSABILIDADE

IMPORTANTE: ao se inscrever, todo ATLETA declara automaticamente que está de acordo com o termo de responsabilidade abaixo:

7.1) "Declaro que assumo total responsabilidade pelos dados fornecidos, aceito e acato totalmente o REGULAMENTO e suas regras, assumo as despesas de transporte, hospedagem e alimentação, seguros e quaisquer outras despesas necessárias ou provenientes da minha participação antes, durante e depois do EVENTO, e isento de qualquer responsabilidade os Organizadores, Patrocinadores e Realizadores, em meu nome e de meus sucessores. Assumo o compromisso e a responsabilidade de ter feito rigorosa avaliação médica, inclusive a realização de teste ergométrico prévio, exames médicos e avaliações físicas pertinentes com profissionais competentes da área da saúde e declara estar apto e autorizado para competir.

Assumo e expressamente declaro que sou conhecedor de meu estado de saúde, que tenho condições de saúde para participar do EVENTO, quem tenho capacidade atlética necessária, e que treinei adequadamente para o EVENTO."



**INSTITUTO COMUNITÁRIO DE ESPORTE E LAZER DO ESTADO
DO RIO DE JANEIRO**

CNPJ: 07.338.048/0001-53

Inscrição Municipal: 6.011.705-5

Contato (21) 99247-0705

https://www.instagram.com/lesporte_levado_a_serio/

E-mail: accel.rj@gmail.com

8 – CONSIDERAÇÕES FINAIS

8.1) A ORGANIZAÇÃO poderá, a seu critério ou conforme as necessidades do EVENTO, incluir ou alterar este REGULAMENTO, total ou parcialmente, sendo certo que neste caso, na data estipulada para a retirada do KIT, o ATLETA poderá concordar com as mudanças e prosseguir participando ou optar pela desistência no evento.

8.2) 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.

REGULAMENTO ORIGINAL

DATA: 19/05/2026.