

REGULAMENTO OFICIAL

FORLIFE RUN – ELEMENTS

Corrida de Revezamento em Quarteto

Cidade: São Sebastião do Paraíso – MG

Data: 23 de Novembro de 2025

Local: Câmara Municipal (largada e chegada)

Horário da largada: 07h00

1. A PROVA

1.1 – A ForLife Run – Elements é uma corrida de revezamento em quartetos, inspirada nos quatro elementos da natureza: Terra, Água, Fogo e Ar. Mais do que competir, o evento celebra a união, a parceria e a superação coletiva.

1.2 – A prova será realizada no dia 23 de novembro de 2025, na cidade de São Sebastião do Paraíso – MG, sob qualquer condição climática.

1.3 – Cada equipe será composta por quatro atletas, que percorrerão um percurso total de 8 km, sendo 2 km por atleta.

1.4 – O percurso terá largada e chegada na Câmara Municipal, devendo ser seguido integralmente conforme as orientações da equipe de organização e sinalização do evento.

1.5 – Este regulamento poderá ser atualizado pela organização, sendo todas as alterações comunicadas nos canais oficiais da ForLife Run (site, redes sociais e grupo de participantes).

2. CATEGORIAS

As equipes deverão respeitar a formação exigida para cada categoria:

- **Quarteto Masculino até 34 anos** – 4 homens, todos com até 34 anos.
- **Quarteto Masculino 35+** – 4 homens, todos com 35 anos ou mais.
- **Quarteto Feminino até 34 anos** – 4 mulheres, todas com até 34 anos.

- **Quarteto Feminino 35+** – 4 mulheres, todas com 35 anos ou mais.
- **Quarteto Misto até 34 anos** – 2 homens e 2 mulheres, todos com até 34 anos.
- **Quarteto Misto 35+** – 2 homens e 2 mulheres, todos com 35 anos ou mais.
- **Quarteto Misto Livre:** quatro atletas, sem limitação de idade ou gênero, voltado para equipes que não se enquadram nas categorias anteriores (por exemplo, grupos formados por amigos, familiares ou composições variadas).

A idade considerada será a que o atleta possuir em 31/12/2025. A idade mínima para participação é de 13 anos, sendo obrigatória a apresentação de autorização dos responsáveis para menores de 18 anos.

Equipes inscritas em categorias incorretas poderão ser desclassificadas sem direito a recurso, caso a irregularidade seja constatada pela organização.

3. PREMIAÇÃO

3.1 – Todos os atletas que completarem a prova receberão medalha de participação.

3.2 – Serão premiadas com troféus:

- As cinco melhores equipes gerais da prova (independentemente da categoria), com exceção da categoria Mista Livre;
- As três melhores equipes de cada categoria;

A categoria Mista Livre possui premiação própria, porém não concorre à premiação geral. Serão premiadas as três primeiras equipes da categoria mista livre.

3.3 – A cerimônia de premiação ocorrerá logo após o término da prova. A presença dos atletas no pódio é obrigatória. Não haverá envio posterior de troféus ou medalhas.

4. REGRAS GERAIS

4.1 – Cada equipe deverá completar o percurso com os quatro integrantes.

4.2 – O uso do número de peito e/ou pulseira de revezamento é obrigatório durante o trecho de cada atleta.

4.3 – É proibida a substituição de atletas após a confirmação da inscrição.

4.4 – O descumprimento de qualquer regra implicará na desclassificação da equipe.

4.5 – A organização poderá alterar trechos, horários ou logística do evento por motivos técnicos, de segurança ou força maior.

4.6 – Todos os participantes competem por livre e espontânea vontade, isentando a organização, patrocinadores e apoiadores de qualquer responsabilidade por acidentes, danos físicos ou materiais, inclusive morte ou invalidez.

4.7 – Recomenda-se o uso da camiseta oficial do evento. Como forma de identificação simbólica, sugere-se que o primeiro atleta utilize a camiseta Fogo, o segundo a camiseta Terra, o terceiro a camiseta Ar e o quarto a camiseta Água.

5. CRONOMETRAGEM

5.1 – A prova será cronometrada por chip eletrônico.

5.2 – O tempo total da equipe será contabilizado do momento da largada até a chegada do último atleta (tempo bruto).

5.3 – É responsabilidade da equipe garantir o uso correto do chip e que ele esteja com o último corredor no momento da chegada.

5.4 – A perda ou não utilização do chip acarretará desclassificação imediata.

6. KIT DE PARTICIPAÇÃO

Cada atleta inscrito terá direito a:

- Número de peito (uso obrigatório);
- Chip descartável;
- Camiseta do evento (brinde incluso, conforme disponibilidade de tamanhos);
- Medalha de participação (pós-prova);
- Hidratação e frutas (pós-prova).

O local, data e horário de retirada do kit serão divulgados previamente nos canais oficiais da ForLife Run.

Será obrigatória a apresentação de documento de identidade e comprovante de inscrição.

7. INSCRIÇÕES

7.1 – As inscrições serão realizadas exclusivamente pelo site www.activesports.com.br.

7.2 – As vagas são limitadas ao número técnico de quartetos definidos pela organização.

7.3 – Atletas com 60 anos ou mais terão 50% de desconto no valor da inscrição, conforme o Estatuto do Idoso.

7.3.1 - As equipes que incluírem atletas com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos deverão entrar em contato com a organização antes da efetivação da inscrição, a fim de garantir a aplicação do desconto legal de 50%.

7.4 – As inscrições serão encerradas no dia a ser informado pela organização ou antes, caso o limite de equipes seja atingido.

7.5 – Após o prazo legal de sete dias da inscrição, não haverá reembolso em caso de desistência.

⚠ Atenção à ordem de inscrição!

No momento da inscrição da equipe, a ordem dos atletas deverá ser exatamente a mesma da ordem de largada na prova.

Ou seja:

Atleta 1 → fará a Volta 1

Atleta 2 → fará a Volta 2

Atleta 3 → fará a Volta 3

Atleta 4 → fará a Volta 4

Cada volta representa um elemento da natureza, e as camisetas serão confeccionadas conforme a posição (volta) de cada atleta.

Por isso, não será possível alterar a ordem dos atletas após a inscrição.

Certifique-se de preencher corretamente os nomes e tamanhos das camisetas de acordo com a posição que cada um irá correr.

Ao se inscrever, o atleta isenta todos organizadores, patrocinadores, apoiadores de quaisquer situações que aconteçam durante a prova, inclusive invalidez e até morte.

Ficando unicamente o responsável por qualquer situação que ocorra com o próprio ou seu responsável.

8. TERMO DE RESPONSABILIDADE

Ao se inscrever, o atleta declara que:

- Está em boas condições de saúde e apto para participar do evento;
- Assume total responsabilidade pelas informações fornecidas;

- Autoriza o uso de sua imagem em fotos e vídeos da corrida;
 - Está ciente e de acordo com todas as regras deste regulamento;
 - Isenta a organização, patrocinadores e apoiadores de qualquer responsabilidade civil, penal ou financeira decorrente de sua participação.
-

9. CLASSIFICAÇÃO

9.1 – A classificação será determinada pela ordem de chegada das equipes com base no tempo bruto.

9.2 – Os resultados oficiais serão divulgados no site da empresa de cronometragem em até 72 horas após o evento.

9.3 – Em caso de empate no tempo bruto, será considerado o menor tempo parcial do último atleta como critério de desempate.

10. DISPOSIÇÕES FINAIS

10.1 – A organização poderá suspender o evento em caso de força maior, condições climáticas extremas ou riscos à segurança dos participantes.

10.2 – Alterações neste regulamento poderão ser feitas a qualquer momento, sendo devidamente comunicadas nos canais oficiais da ForLife Run.

São Sebastião do Paraíso – MG, Setembro de 2025

Organização: Forlife Nutrition