

Regulamento Oficial: Run Beer & Cross Beer

1. Apresentação e Objetivo

O **Run Beer** e o **Cross Beer** são eventos voltados exclusivamente para a diversão, integração, prática de atividade física e confraternização entre amigos.

Aviso Importante: Não se trata de uma competição de rendimento. Não haverá apuração de tempos, cronometragem oficial, pódio ou premiação para campeões. O objetivo é a diversão e a interação entre os amigos.

2. Evento 1: Run Beer (Corrida da Cerveja)

Data e Local

- **Data:** 30 de agosto
- **Horário:** A partir das 10h00
- **Local:** Shopping Poços de Caldas

Dinâmica da Prova

- **Percurso:** 5 voltas de 400 metros cada.
- **Regras de Consumo:** Ao dar a largada, o atleta deverá tomar 1 copo de cerveja antes de começar a correr. Ao final de cada volta, o atleta deverá tomar 1 copo de cerveja antes de iniciar a volta seguinte.

Categorias, Vagas e Valores

- **Masculino:** 60 vagas | R\$ 59,90 (Solo)
- **Feminino:** 60 vagas | R\$ 59,90 (Solo)
- **Casal:** 50 casais | R\$ 89,90 (Casal)

3. Evento 2: Cross Beer (Cross Training da Cerveja)

Data e Local

- **Data:** 30 de outubro

- **Horário:** A partir das 12h00
- **Local:** Shopping Poços de Caldas

Dinâmica do Desafio

- **Circuito:** 5 voltas em um circuito com 6 exercícios em cada volta.
- **Regras de Consumo:** Ao iniciar, o atleta deverá tomar 1 copo de cerveja para começar o circuito. Ao final de cada volta, o atleta deverá tomar 1 copo de cerveja antes de iniciar a volta seguinte.

Vagas e Valores

- **Vagas:** 60 vagas.
- **Valor da Inscrição:** R\$ 59,90.

4. Regras Gerais

- **Restrição de Idade:** Participação permitida apenas para maiores de 18 anos.
- **Segurança:** O evento preza pela diversão. É responsabilidade do participante conhecer seus limites físicos e de consumo. A organização recomenda o consumo responsável.
- **Aceitação:** Ao se inscrever, o participante declara estar ciente de que não há caráter competitivo e aceita as condições deste regulamento.