



## *CIRCUITO TRAINING RUN - 2026*

### **REGULAMENTO**

O CIRCUITO TRAINING SINERGIA RUN será realizado em 04 etapas no município de Navegantes. Trata-se de quatro Provas de percurso de 4 a 6 km, com percurso estendido ao molhe da barra, percorrendo as areias da Praia Central e avenida Beira Mar.

1-Cada Etapa do Circuito terá a participação limitada há 450 participantes.

2- O circuito visa promover um treinamento coletivo, integrar atleta local em um simulado de corrida sadia e organizada de forma que possam participar qualquer interessado com condições de saúde, proporcionando cada vez mais o acesso ao esporte e uma atividade física.

3-As Etapas serão realizadas nos meses de Abril, Junho, Julho e Agosto de 2026, com largada e chegada em frente ao Sinergia Sistema de Ensino.

1ª Etapa – Dia 18 de Abril – 17h30min – 4 KM

2ª Etapa – Dia 21 de Junho – 7h30min – 6 KM

3ª Etapa – Dia 18 de Julho – 17h30min – 4 KM

4ª Etapa – Dia 09 de Agosto – 7h30min – 6 KM

4-O CIRCUITO TRAINING SINERGIA RUN será dividida em 24 categorias por idades no percurso previsto em cada etapa, com largada e chegada no mesmo local.

As categorias da prova são divididas por naipe e idade, da seguinte forma:

**Masculina:** 15 a 19/ 20 a 24/ 25 a 29/ 30 a 34/ 35 a 39/ 40 a 44/ 45 a 49/ 50 a 54/ 55 a 59/ 60 a 64/ 65 a 69/ 70 a 75 / 76 anos em diante.

**\*Classificação de 1° ao 5° com Premiação de Troféu na última Etapa**

**Feminina:** 15 a 19/ 20 a 24/ 25 a 29/ 30 a 34/ 35 a 39/ 40 a 44/ 45 a 49/ 50 a 54/ 55 a 59/ 60 a 64/ 65 a 69/ 70 a 75 / 76 anos em diante.

**\*Classificação de 1° ao 5° com Premiação de Troféu na última Etapa**

**Geral Masculina e Feminina:** Classificação de 1° ao 3° lugar com Troféu em cada Etapa

**Na última Etapa será sorteado entre os participantes uma inscrição e passagens aéreas de uma prova em São Paulo. O participante deverá no mínimo participar de 03 etapas.**

**OBS:** Durante cada Etapa será apenas premiado os atletas com Medalhas de participação. A premiação dos vencedores por Categoria e Geral será através da pontuação no circuito.

1° Lugar – 13 pontos  
2° Lugar – 10 pontos  
3° Lugar – 08 pontos  
4° Lugar – 06 pontos  
5° Lugar – 05 pontos  
Participação – 01 pontos

**6- LARGADA e CHEGADA** – Em frente ao Colégio Sinergia

## **7-PERÍODO DE INSCRIÇÃO**

As inscrições para O Circuito Training Sinergia Run estarão abertas a partir do dia 16 de fevereiro de 2026, até o limite máximo de participantes de 450 atletas, com data até dia 31 de março para a 1ª Etapa.

### **LOCAL E VALORES DA INSCRIÇÃO:**

As inscrições serão feitas pela INTERNET no site <https://maissport.com.br>

A inscrição para esta prova terá o seguinte custo:

Para participantes Até 60 anos R\$ 60,00 por Etapa  
R\$ 200,00 Combó – Inscrito em todas as Etapas

Para participantes Acima de 60 anos R\$ 30,00 por Etapa  
R\$ 100,00 Combó – Inscrito em todas as Etapas

### **+ Os Atletas terão mais o custo da Taxa de Inscrição do Site**

A inscrição na prova é pessoal e intransferível, não podendo o atleta inscrito ser substituído por outro, em qualquer situação.

8- Ao se inscrever para esta prova o atleta assume que concorda com este regulamento.

9- A organização da prova, bem como, seus patrocinadores e apoiadores, não se responsabilizam por prejuízos ou danos causados pelo atleta inscrito na prova, a terceiros ou outros participantes, sendo seus atos de única e exclusiva responsabilidade dos mesmos.

10- Ao se inscrever para esta prova, o atleta declara assinando o termo de responsabilidade que se encontra em perfeito estado de saúde e assume a responsabilidade por qualquer problema de saúde que decorra de sua participação na prova.

11- A organização irá disponibilizar aos participantes do evento, ambulância para prestação de primeiros socorros em caso de acidentes, caso necessário, o atendimento médico de emergência será efetuado na rede pública.

12- Ao se inscrever para esta prova os atletas cedem todos os direitos de utilização de sua imagem.

## **KIT DO ATLETA**

O Kit de participação será entregue no dia de cada prova até 30 minutos antes da largada,

O Kit é composto por: Numeração de peito, Chip Eletrônico descartável, Camiseta alusiva ao evento e Brindes

No momento da retirada do kit o atleta deverá conferir se o chip e o número de peito e a informação sobre sua categoria estão corretos.

O número de peito deverá ser fixado na parte frontal da camiseta, de forma que fique visível.

## **Disposições Finais**

Os atletas deverão estar no local da largada com pelo menos 30 minutos de antecedência.

O número de peito fornecido deverá ser usado de forma visível durante toda a prova. O mesmo não poderá ser rasurado ou alterado, sendo tais atos passíveis de desclassificação.

O número que o atleta receber, deverá ser usado em todas as etapas, portanto ele deverá cuidar e conservar o mesmo.

O acompanhamento do atleta por treinadores ou amigos que façam uso de bicicletas, motos ou outros meios de locomoção serão passíveis de desclassificação caso interfiram no desempenho de outro participante.

Toda atitude antidesportiva cometida pelo atleta será passível de desclassificação.

A Comissão Organizadora poderá, a seu critério, alterar este regulamento, total ou parcialmente, informando as mudanças pelo site oficial da corrida.

As dúvidas ou omissões deste regulamento serão dirimidas pela Comissão Organizadora.

**Gerson Ademir Fagundes – Coordenador da Prova - 47996981105**