



1ª CORRIDA DO TREINÃO DELAS

Especial Outubro Rosa — “Mais que uma corrida, um movimento de vida!”

Data: 22 de outubro de 2026 — quinta-feira **Horário:** 19h

Local: Terceira Etapa da Lagoa — Várzea Alegre/CE **Distância:** 3 km

1. DO EVENTO

A **1ª Corrida do Treinão Delas** é um evento esportivo feminino realizado em alusão ao Outubro Rosa, com o objetivo de incentivar a prática de atividade física, promover a união entre mulheres e contribuir para a conscientização sobre a importância do cuidado e da prevenção à saúde da mulher.

2. DA PARTICIPAÇÃO

O evento é destinado ao público feminino, podendo participar mulheres regularmente inscritas e aptas a realizar atividade física. A participante declara, no ato da inscrição, estar em condições físicas para participar da prova, assumindo a responsabilidade por sua participação.

3. DAS INSCRIÇÕES

As inscrições serão realizadas **exclusivamente pelo site da FP Corridas**. Todo o processo de inscrição, pagamento, confirmação e emissão de comprovante será realizado conforme as orientações disponibilizadas pela FP Corridas.

Valor: R\$ 30,00 + 1 kg de alimento não perecível.

O 1 kg de alimento deverá ser entregue no dia da retirada dos kits, conforme orientação da organização. Os alimentos arrecadados serão destinados a uma ação social definida pela organização.

4. DO PERCURSO

A prova terá **percurso único de 3 km**, nas modalidades Corrida e Caminhada. **Largada:** Terceira Etapa da Lagoa. O percurso deverá ser realizado seguindo as orientações da organização e da equipe de apoio.

5. DAS CATEGORIAS

A classificação por faixa etária será feita conforme a idade da participante na data do evento:

15 a 19 anos • 20 a 29 anos • 30 a 39 anos • 40 a 49 anos • 50 a 59 anos • 60 anos ou mais (60+).

6. DA PREMIAÇÃO

6.1 — GERAL — PARTICIPANTES DE PRIMEIRA VEZ: exclusiva para participantes que nunca tenham participado anteriormente de um Treinão Delas. Serão premiadas as 3 primeiras colocadas: 1º, 2º e 3º lugares.

6.2 — GERAL — PARTICIPANTES COM EXPERIÊNCIA EM TREINÕES: destinada às participantes que já tenham participado de, no mínimo, 2 (dois) Treinões Delas anteriores. Serão premiadas as 5 primeiras colocadas: 1º, 2º, 3º, 4º e 5º lugares.

6.3 — CATEGORIAS POR FAIXA ETÁRIA: serão entregues troféus às 3 primeiras colocadas de cada categoria: 1º, 2º e 3º lugares. A organização poderá utilizar seus registros de participação para conferência da quantidade de Treinões Delas realizados anteriormente pela atleta.

7. DA MEDALHA

Todas as participantes que concluírem o percurso receberão medalha de participação, conforme os critérios estabelecidos pela organização.

8. DA CLASSIFICAÇÃO

A classificação será determinada de acordo com o resultado oficial da prova e os critérios de cronometragem adotados pela organização. Para a classificação geral, será considerada a condição da participante quanto à sua participação

anterior nos Treinões Delas, conforme os critérios deste regulamento. Para a premiação por faixa etária, será considerada a categoria correspondente à idade da participante.

9. DA CAMINHADA

A caminhada terá o mesmo percurso de **3 km**. A participação terá caráter participativo e não haverá classificação competitiva específica para a modalidade caminhada.

10. DAS REGRAS GERAIS

- Respeitar o percurso definido pela organização.
- Seguir as orientações da equipe de apoio, organização e segurança.
- Não cortar caminho nem utilizar qualquer meio de transporte durante a prova.
- O descumprimento das regras poderá resultar em desclassificação.
- Recomenda-se que todas as participantes levem sua própria garrafa de água.
- A organização poderá realizar alterações necessárias por motivos de segurança, condições climáticas ou questões operacionais.

11. DA RESPONSABILIDADE

A organização não se responsabiliza por objetos pessoais perdidos ou danificados durante o evento. A participante é responsável por sua condição física e por informar à organização qualquer situação que possa comprometer sua participação.

12. DISPOSIÇÕES FINAIS

Ao realizar a inscrição, a participante declara estar ciente e de acordo com este regulamento. Os casos omissos serão analisados e decididos pela organização da **1ª Corrida do Treinão Delas**.

Várzea Alegre – Ceará, 22 de outubro de 2026.

TREINÃO DELAS — Corre que a medalha vem!
FP Corridas — gerenciamento das inscrições