



MENEZES CONSULTORIA ES  
Sede: Avenida Tupinambás,436, Lagoa do Meio - Linhares-ES.

## APRESENTAÇÃO

**EM COMEMORAÇÃO AO DIA MUNDIAL DO CORAÇÃO NO MÊS SETEMBRO, SERÁ REALIZADA A 2ª EDIÇÃO DA CORRIDA 7K DO CORAÇÃO LINHARES -ES, DIA 11 DE OUTUBRO DE 2026, CONFORME ABAIXO:**

**LOCAL DA LARGADA E CHEGADA: PRAÇA DO BAIRRO TRES BARRAS – LINHARES - ES**

## PROGRAMAÇÃO

**6h30** – Aquecimento  
**6h55** - Largada da Corrida PCDs  
**7h00** – Largada da Corrida Geral  
**9h00** – Início da Premiação.

## INSCRIÇÕES

**As inscrições deverão ser feitas pelo site:**

[suainscricao.com](http://suainscricao.com) até as 15 (Quinze) dias antes 25-09.2026

As inscrições para atletas com deficiência (PCDs) terão que enviar documento obrigatório para PCDs. Para o E-mail: [jeanmenezes.producoes@gmail.com](mailto:jeanmenezes.producoes@gmail.com)  
Valor Inscrição PCDs terá 50% de desconto conforme a data de cada lote de inscrição.

**Valores para corrida:**

- Primeiro Lote: R\$ 115,00
- Segundo lote: R\$130,00
- Terceiro lote: R\$ 145,00

## DESCONTOS E DEMAIS INFORMAÇÕES:

a) 50 % (CINQUENTA POR CENTO) - Atletas com mais de 60 (sessenta) anos.

Inscrição PCDs terá 50% de desconto conforme a data de cada lote de inscrição

Categorias de PCDs;

Cadeirante (Uso de obrigatório de cadeira esportiva de 3 rodas.

Deficiente visual (com guia e cordão de no máximo 0,50 cm)



MENEZES CONSULTORIA ES  
Sede: Avenida Tupinambás,436, Lagoa do Meio - Linhares-ES.

Amputado de membros inferiores

Deficiente andante com órteses

Deficiente Intelectual (com guia)

Deficiente de Membros superiores

Deficiente auditivo

b) Não Haverá inscrição no dia da prova.

c) A inscrição é de caráter intransferível e não serão devolvidos os valores relativos à taxa de inscrição, bem como não transferidos para outras provas.

d) Uma vez feita inscrição em uma determinada distância, não será feita mudança na véspera ou dia da prova;

e) Todos os atletas com inscrição confirmadas na prova recebem, camisa, sacola esportiva, número de peito, viseira, chip descartável e eventuais brindes dos patrocinadores/apoiadores.

f) Corrida será controlada por chip eletrônico e número de peito.

g) O atleta que não retirar o seu kit na data e horário estipulado pela organização perderá o direito ao kit. Não serão entregues kits de corrida após o evento.

## RETIRADA DE KITS

**Data:** 10/10/2026

**Horário:** 09h00 às 17h00.

**Local:** local será informado no decorrer do mês.

**Endereço:**

**Notas:**

a) **Composição do Kit:** Camisa Alusiva, chip descartável, número de peito, viseira, toalha, squeeze alusiva prova.

## PERCURSO

**Prova de 7 k UMA VOLTA:**

Largada e chegada: **Praça do Bairro Três Barras**



MENEZES CONSULTORIA ES

Sede: Avenida Tupinambás,436, Lagoa do Meio - Linhares-ES.

Haverá suporte médico no local com ambulância e socorrista, qualquer intercorrência será encaminhada ao Hospital Geral de Linhares.

## CATEGORIAS

Somente poderão se inscrever na **2ª CORRIDA 7K DO CORAÇÃO DE LINHARES - ES**, atletas que tiverem idade mínima de 18 anos, completos até o dia 31/12/2026:

Menores de 18 anos só com autorização dos pais ou responsáveis legais assinado.

– Para efeito de categoria valerá o ano de nascimento do atleta.

– **A prova será realizada nos naipes, masculino e feminino, conforme abaixo:**

**Masculino e Feminino 7 k:** 18/19, 20/24, 25/29, 30/34, 35/39, 40/44, 45/49, 50/54, 55/59, 60/64, 65/69 e 70 anos acima.

## PREMIAÇÃO

### DA 2ª CORRIDA 7K DO CORAÇÃO DE LINHARES - ES:

Geral 7 k	PREMIAÇÃO MASCULINO E FEMININO
1º Lugar	R\$ 1.000,00 + Troféu
2º Lugar	R\$ 800,00 +Troféu
3º Lugar	R\$ 600,00 +Troféu
4º Lugar	R\$ 400,00 +Troféu
5º Lugar	R\$ 200,00 +Troféu

### PREMIAÇÃO CATEGORIA 2ª CORRIDA 7K DO CORAÇÃO DE LINHARES - ES e PCDs.

Masculino e Feminino	PREMIAÇÃO
1º Lugar	Troféu
2º Lugar	Troféu
3º Lugar	Troféu

## DISPOSIÇÕES GERAIS

Art. 1º - Expirado o prazo de 04h (quatro horas) será desativado o esquema de segurança e infraestrutura do percurso, fechado o sistema de cronometragem, e liberado o trânsito nas vias do percurso.

Art. 2º - Após a largada. todo planejamento da prova com a necessária liberação do trânsito.



MENEZES CONSULTORIA ES

Sede: Avenida Tupinambás,436, Lagoa do Meio - Linhares-ES.

*Hidratação – Haverá postos de hidratação nos km 2.5(água), 5(água), água, isotônico e frutas na chegada da prova.*

**NOTA: TODOS OS PARTICIPANTES QUE RETIRAREM O NÚMERO DE PEITO PARA A CORRIDA E COMPLETAREM O PERCURSO, MEDALHA DE PARTICIPAÇÃO E KIT FRUTAS.**

Art. 3º - Estará disponível um local para os participantes deixarem e retirarem seus pertences, portanto, somente serão recebidas bagagens acondicionadas em sacolas, bolsas ou mochilas.

Art. 4º - Não será permitido ao atleta correr sem camiseta.

Art. 5º - O número recebido deverá ser afixado na parte frontal da camiseta e não poderá ser removido até que seja ultrapassado o funil de chegada. Toda irregularidade ou atitude antidesportiva cometida por atleta, como ultrapassar outro atleta ou forçar passagem dentro do funil de chegada será passível de desclassificação.

Art. 6º - Para receber a premiação no pódio o atleta deverá estar adequadamente trajado com calçado e camiseta.

Art. 7º - As punições aplicadas serão irreversíveis, não sendo aceitos recursos para a direção da prova.

Art. 8º - As premiações serão entregues somente no dia do evento e horário programado ao atleta ou representante, caso não seja retirado, não nos responsabilizamos pelo envio.

Art. 9º - A Corrida acontecerá com quaisquer condições climáticas, podendo ser cancelada caso alguma condição venha a pôr em risco a integridade física dos participantes.

Art. 10º - Ao proceder á inscrição, o participante declara-se conhecedor do Regulamento, como também declara estar em perfeitas condições de saúde, isentando a Organização de qualquer responsabilidade.

Art.11º - Não será permitido trocar de prova após sua efetivação.

Art. 12º - Cada atleta é responsável pelo seu próprio CHIP, assim, deixando a ORGANIZAÇÃO totalmente isenta de qualquer problema que venha a ocorrer, como no caso de perda ou danos que venha interferir na não leitura pelo sistema de chip e no seu resultado de prova;

Art. 13º - O acompanhamento dos (as) atletas por treinadores/assessoria, amigos, etc.,



MENEZES CONSULTORIA ES

Sede: Avenida Tupinambás,436, Lagoa do Meio - Linhares-ES.

com bicicleta e outros meios (pacing), resultarão na desclassificação do participante. O “pacing” somente será permitido se o acompanhante estiver devidamente inscrito na prova.

Art. 14º - As colocações serão definidas pela apuração do tempo bruto para os cinco primeiros colocados geral. As demais classificações serão definidas pelo tempo líquido gasto por cada competidor para completar o percurso, definido e delimitado pelos tapetes de cronometragem;

Art. 15º - Ao se inscrever no evento o atleta o faz de forma pessoal e intransferível, não havendo possibilidade de transferência desta inscrição para outro atleta, reembolso ou crédito para corridas futuras;

**DIREITOS DE IMAGEM E RESPONSABILIDADE AO SE INSCREVER POR LIVRE E ESPONTANEA VONTADE.**

#### TERMO DE RESPONSABILIDADE

DECLARO QUE TODOS OS DADOS PESSOAIS QUE EU SERAM POR MIM RESPONSÁVEL ASSINADO PARA EFETUAR MINHA INSCRIÇÃO NESTE EVENTO, SÃO DE MINHA TOTAL RESPONSABILIDADE, DECLARO QUE PARTICIPO DA **2ª CORRIDA 7K DO CORAÇÃO DE LINHARES - ES**, POR LIVRE E ESPONTÂNEA VONTADE, ISENTANDO OS ORGANIZADORES, PATROCINADORES E REALIZADORES DE QUALQUER RESPONSABILIDADE EM MEU NOME, DECLARO GOZAR DE SAÚDE PERFEITA E TER AINDA TREINADO PARA ESSA PROVA.

**Art. 16º - Os resultados da corrida estarão disponíveis até 72 horas após o evento, no site [suainscricao.com](http://suainscricao.com) 7km, a classificação será demonstrada por ordem de chegada e será por categorias**

Art. 17º - Atletas suspensos pela CBAAt – Confederação Brasileira de Atletismo não poderão participar;

Art. 18º - Os casos omissos serão resolvidos unicamente pela comissão organizadora.

#### DÚVIDAS E INFORMAÇÕES

##### **Dúvidas técnicas relacionadas ao evento:**

Menezes Consultoria ES – Jean Menezes Produções

Pelo telefone/Whatsapp (27) 99984-1687 (27) 99764-0123 ou pelo e-mail: [jeanmenezes.producoes@gmail.com](mailto:jeanmenezes.producoes@gmail.com)

##### **Dúvidas relacionadas às inscrições online:**