

# FREEDOM FIT TRAINING

## TREINÃO FUNCIONAL

<b>DIA:</b> 27/10/2024
<b>INICIO DAS ATIVIDADES:</b> 08:00HS DA MANHÃ.
<b>CONCENTRAÇÃO E INICIO DAS ATIVIDADES ACADEMIA FORÇA JOVEM</b>
<b>LOCAL:</b> ESTRADA PIRAJUSSARA-VALO VELHO, 205 - JARDIM MITSUTANI, SÃO PAULO -SP

<b>TREINAMENTO FUNCIONAL : TRENAMENTO DE FORÇA, RESISTÊNCIA, EQUILIBRIO, PROPIOCEPÇÃO, ALOGAMENTO ENTRE OUTROS.</b>
<b>NÃO É UMA COMPETIÇÃO!</b>

<b>INSCRIÇÕES:</b>
01 ATLETA: R\$ 149,99
02 ATLETAS: R\$ 129,99 cada

### I - DA FINALIDADE

O treinamento funcional vem para aprimorar as capacidades e habilidades natas do ser humano , é um método de trabalho ainda mais dinâmico que os treinos convencionais. ele é caracterizado por mesclar diferentes capacidades físicas em um único exercício. o foco passa de um grupo muscular isolado para todo o corpo - os movimentos trabalham a força muscular, a flexibilidade, o sistema cardiorrespiratório, a coordenação motora e o equilíbrio, além do treinamento funcional a corrida assim como a caminhada aprimora as capacidades fisiológicas e neurológicas fundamentais para a manutenção da saúde.

### II - DO OBJETIVO:

A realização deste evento visa proporcionar uma atividade esportiva de forma que todos o interessados de dentro e de fora da cidade de São Paulo, possam participar e confraternizar. **ATENÇÃO NÃO É UMA COMPETIÇÃO TRATA-SE DE UM TREINAMENTO FUNCIONAL COM SE TRABALHARÁ, FORÇA, RESISTÊNCIA, EQUILIBRIO, PROPIOCEPÇÃO, ALOGAMENTO ENTRE OUTROS.**

<b>III- DA PREMIAÇÃO</b>
Camiseta , Medalhas e Kit lanche para todos.

Obs: Idade mínima de participação da corrida é de 10 anos, completados até o dia 31/12/2024

### PROGRAMAÇÃO

<b>CONCENTRAÇÃO E ENTREGA DE KITS A PARTIR DAS 07:00HS</b>
<b>INÍCIO DAS ATIVIDADES: 08:00HS</b>

## **REGULAMENTO**

- a. Ao participar deste EVENTO, o ATLETA assume total responsabilidade pelos dados fornecidos, aceita totalmente o REGULAMENTO, assume as despesas de transporte, hospedagem e alimentação, seguros e quaisquer outras despesas necessárias ou provenientes da sua participação antes, durante e depois do EVENTO.
- b. Ao participar deste EVENTO, o ATLETA cede todos os direitos de utilização de sua imagem, inclusive direito de arena, renunciando ao recebimento de qualquer renda que vier a ser auferida com direitos a televisão ou qualquer outro tipo de transmissão e/ ou divulgação, promoções, Internet e qualquer mídia em qualquer tempo.
- c. Em caso de necessidade médica o SAMU será acionado o mais rápido possível, podendo o participante ou familiares optar pela transferência de hospital de sua preferência ou convênio, por sua responsabilidade, isentando os organizadores, apoiadores, professores, patrocinadores de eventuais, responsabilidades, lesões graves, leves ou permanentes ou até eventual morte do participante, portanto: Recomendamos rigorosa avaliação médica, inclusive a realização de teste ergométrico prévio para todos os ATLETAS, pois a organização não se responsabiliza pela saúde dos mesmos.
- d- Não haverá reembolso, por parte da ORGANIZAÇÃO, bem como seus PATROCINADORES, APOIADORES E REALIZADORES, de nenhum valor correspondente a equipamentos e/ ou acessórios utilizados pelos ATLETAS no EVENTO, independente de qual for o motivo, nem por qualquer extravio de materiais ou prejuízo que por ventura os ATLETAS venham a sofrer durante a participação do EVENTO.
- e-. AS 8:00 daremos início das atividades, treinamento funcional, não é uma competição..
- f- A ORGANIZAÇÃO do EVENTO, bem como seus PATROCINADORES, APOIADORES E REALIZADORES, não se responsabilizam por prejuízos ou danos causados pelo ATLETA inscrito no EVENTO, a terceiros ou outros participantes, sendo esses de única e exclusiva responsabilidade do mesmo.
- g. Poderão os ORGANIZADORES / REALIZADORES suspender o EVENTO por questões de segurança pública, atos públicos, vandalismo e/ ou motivos de força maior.
- h. O ATLETA que em qualquer momento deixe de atender as regras descritas neste REGULAMENTO, ou por omissão deixe de comunicar (com registro por escrito e devidamente recebido pelos ORGANIZADORES) a ORGANIZAÇÃO qualquer impedimento de sua parte, poderá a qualquer tempo ser desclassificado deste EVENTO.
- i-. Todo ATLETA tem a obrigação de preencher corretamente, e entregar à ORGANIZAÇÃO a Ficha de Inscrição do EVENTO feita através do site, ou no dia do evento.
- j. O ATLETA assume que participa deste EVENTO por livre e espontânea vontade, isentando de qualquer responsabilidade os ORGANIZADORES, REALIZADORES E PATROCINADORES, em seu nome e de seus sucessores.

k-. Ao se inscrever no EVENTO o ATLETA o faz de forma pessoal e intransferível, não havendo possibilidade de transferência desta inscrição para outro ATLETA, bem como reembolso do valor da inscrição.

l. Ao se inscrever no EVENTO o ATLETA disponibiliza seus dados e autoriza aos ORGANIZADORES, PATROCINADORES, APOIADORES, REALIZADORES E PARCEIROS, para que a qualquer tempo enviem em seu nome, no endereço eletrônico ou físico (ou qualquer outro fornecido) informativos, mala direta ou qualquer outro tipo de correspondência.

m. A ORGANIZAÇÃO se reserva o direito de alterar qualquer dos itens deste regulamento sem prévio aviso, conforme as necessidades do EVENTO informando estas alterações no dia do evento.

n. Serão colocados à disposição dos participantes, guarda-volumes

obs: No serviço de guarda-volume e recomendada que não sejam deixados valores tais como relógios, roupas ou acessórios de alto valor, equipamentos eletrônicos, de som ou celulares, cheques, cartões de crédito etc. A organização não se responsabilizará por qualquer objeto deixado no Guarda-Volume, uma vez que se trata de um serviço de cortesia da prova. O Guarda-Volume ficará à disposição das 07h00 às 10h30, podendo estender-se por mais 15 minutos.

O material deixado e não retirado no dia será enviado aos organizadores do evento, onde ficará à disposição do proprietário por 30 dias corridos.

Caso o participante deseje o envio de seu material, deverá solicitar pelo e-mail contato@atletasdobem.com.br e poderá recebê-lo pelo Correio, desde que pague os custos de remessa (envio, embalagem, seguros e outros).

o- Comprovante da inscrição poderão ser apresentados via celular.

Ao final das atividades, os participantes deverão retirar o kit de participação (medalha e kit lanche).

p. **DA PREMIAÇÃO** medalhas para todos os participantes.

q. os atletas que não estiverem devidamente inscritos não poderão ser premiados, Poderá a organização receber ou solicitar informações aos participantes para que auxiliem na correção de eventuais problemas de cadastro.

Os casos omissos serão julgados e decididos pela Comissão Organizadora, que terá decisão final.

<b>INFORMAÇÕES:</b>
Professor: Neuri Dantas: 93802-4419/
E-MAIL: posto06@gmail.com
<a href="http://www.atletasdobem.com.br">www.atletasdobem.com.br</a>

#### **TERMO DE RESPONSABILIDADE**

Eu, "identificado no cadastramento da inscrição", no perfeito uso de minhas faculdades, DECLARO para os devidos fins de direito que:

1. Estou ciente de que se trata de um treinamento funcional poderá ter corrida ou caminhada com marcadores de rito, não se tratando de uma competição.
2. Estou em plenas condições físicas e psicológicas de participar deste treinamento funcional e estou ciente que não existe nenhuma recomendação médica que me impeça de praticar atividades físicas.
3. Assumo, por minha livre e espontânea vontade, todos os riscos envolvidos e suas consequências pela participação neste treino (que incluem possibilidade de invalidez e morte), isentando os realizadores, organizadores, colaboradores e patrocinadores DE TODA E QUALQUER RESPONSABILIDADE por quaisquer danos materiais, morais ou físicos, que porventura venha a sofrer, advindos da participação neste treino.
4. Li, conheço, aceito e me submeto integralmente a todos os termos do regulamento do treinamento.
5. Declaro que não portarei, nem utilizarei, nas áreas do evento, ou outra área de visibilidade no evento, ou meios de divulgação e promoção, nenhum material publicitário, promocional ou político, sem a devida autorização por escrito dos organizadores; e também, qualquer material ou objeto que ponha em risco a segurança do evento, dos participantes e / ou das pessoas presentes, aceitando ser retirado pela organização ou autoridades, das áreas acima descritas.
  
6. Em caso de participação neste evento, representando equipes de participantes ou prestadores de serviços e/ou qualquer mídia ou veículo, declaro ter pleno conhecimento, e que aceito o regulamento do evento, bem como, a respeitar as áreas da organização destinadas as mesmas, e que está vedada minha participação nas estruturas de apoio a equipes montadas em locais inadequados, ou que interfiram no andamento do evento, e também locais sem autorização por escrito da organização, podendo ser retirado da prova e do local do evento em qualquer tempo.
  
7. Estou ciente das penalidades e possível desclassificação que posso sofrer caso descumpra o regulamento ou cometa falta grave. Excluo meu direito de reclamação sobre tais aspectos da prova.
8. Autorizo o uso de minha imagem, assim como familiares e amigos, para fins de divulgação do evento, por fotos, vídeos e entrevistas em qualquer meio de comunicação, sem geração de ônus para os realizadores, organizadores, mídia e patrocinadores.
  
9. Compreendi e estou de acordo com todos os itens deste TERMO DE RESPONSABILIDADE, isentando assim quem quer que seja, de toda e qualquer responsabilidade legal de tudo o que vier a ocorrer comigo por consequência da minha participação neste treinamento.

São Paulo, 27 Outubro 2024

Li e concordo com o regulamento