

# Regulamento 10 MILHAS MACAÉ

02/AGOSTO



## Evento

<b>NOME DO EVENTO</b>	10 MILHAS MACAÉ 2026
<b>DATA E HORA</b>	02 / 08 / 2026 - 7h
<b>LOCAL</b>	Praia da Imbetiba - (Av. Elias Agostinho) Macaé/RJ
<b>ORGANIZADOR</b>	Secretaria Municipal de Esportes
<b>REALIZAÇÃO</b>	Prefeitura Municipal de Macaé - RJ

## Descrição do Evento

### Resumo

10 MILHAS MACAÉ é um evento esportivo de corrida de rua que se desenrola em vias urbanas da cidade de Macaé, com largada e chegada na Av. ELIAS AGOSTINHO, Praia da Imbetiba - Macaé/RJ. O evento destina-se a atleta e desportista em geral, **de ambos os sexos a partir de 16 anos** devidamente inscrito e de acordo com este regulamento.

### 1. Da Inscrição

A 3ª edição das 10 MILHAS MACAÉ - **Vagas disponíveis: 3.000**

**Início: 06 / 07 / 2026 - Término : 10 / 07 / 2026** (ou até atingir o limite de participantes estabelecidos pela organização).

A inscrição deverá ser efetuada PRESENCIALMENTE na sede da secretaria de esportes - Ginásio Poliesportivo Engenheiro Maurício Soares Bittencourt, localizado na Alameda Manuel P. Carneiro da Silva, s/n, Riviera Fluminense.

## **ATENÇÃO!**

A inscrição esta condicionada a **DOAÇÃO de 1 kg de alimento não perecível**. A doação deverá ser entregue no ato da inscrição, na sede da secretaria de esporte - Ginásio Poliesportivo.

Será permitida a realização de no máximo **duas** inscrições por pessoa.

- **Inscrição SOLIDÁRIA.**

---

**Nota 1:** No ato da inscrição, ao concordar com o regulamento, o participante aceita todos os termos do regulamento e assume total responsabilidade por sua participação no evento de acordo com o “TERMO DE RESPONSABILIDADE” parte integrante deste regulamento.

A organização da prova poderá, a qualquer tempo, suspender ou prorrogar prazos assim como adicionar ou limitar o número de inscrições das provas em função de necessidades técnicas/estruturais sem aviso prévio.

Idade mínima de participação de 16 anos de idade a ser completada até dezembro do ano da prova.

**Nota 2:** Aqueles corredores que não tenham cumprido 18 anos até a data da inscrição, deverão estar acompanhados do responsável para a assinatura do “Termo de Responsabilidade para Menores” no momento da inscrição.

**Nota 3:** Os atletas PCDs deverão apresentar, obrigatoriamente, laudo médico atualizado ou documento oficial que comprove a deficiência, no ato da inscrição.

## **2. Da Premiação**

Medalha de participação para todos os atletas que concluírem a atividade dentro do tempo limite de prova de 2h30.

Troféu para os 5 (cinco) primeiros colocados na categoria geral (feminino e masculino);

Troféu para os 3 (três) primeiros colocados nas categorias por idade (feminino e masculino);

Troféu para os 3 (três) primeiros colocados nas categorias de PCD geral (feminino e masculino);

## **Do Resultado**

Os resultados parciais da prova estarão disponíveis através do QRCode impresso em cada número de peito.

## **Das Categorias Solo (feminino e masculino)**

- 16 - 19 anos;
- 20 - 24 anos;
- 25 - 29 anos;
- 30 - 34 anos;
- 35 - 39 anos;

- 40 - 44 anos;
- 45 - 49 anos;
- 50 - 54 anos;
- 55 - 59 anos;
- 60 - 64 anos;
- 65 - 69 anos;
- 70 ou mais.

## **Das Categorias PCDs**

- Pessoa com Deficiência Visual (acima de 16 anos) – Masculino e Feminino
- Pessoa com Deficiência de Membro (s) Superior (es) (acima de 16 anos) – Masculino e Feminino
- Pessoa com Deficiência de Membro (s) Inferior (es) (acima de 16 anos) – Masculino e Feminino
- Outras Deficiências (acima de 16 anos) – Masculino e Feminino
- Cadeirante com condutor (acima de 16 anos) – Para essa categoria não haverá separação por gênero
- Cadeirante sem condutor (acima de 16 anos) – Para essa categoria não haverá separação por gênero

## **Informações Gerais**

Os (5) cinco primeiros atletas premiados na categoria geral Feminino e Masculino não serão premiados nas demais categorias;

Os atletas que fizerem jus à premiação deverão comparecer ao pódio, assim que a cerimônia de premiação for iniciada e a sua categoria for chamada;

O atleta que não comparecer ao pódio durante a cerimônia de premiação tem um prazo de 15 dias corridos pós-evento para solicitar sua premiação junto a Sede da Secretaria de Esportes de Macaé, em horário comercial, de segunda a sexta, das 10h às 16h00;

### **3. Programação**

6h10 – Início do Evento

6h45 – Aquecimento

7h00 – Largada (término 7h20)

7h05 – Largada Categorias PCDs (término 7h25)

9h00 – Corrida Adaptada

10h30 – Resultado e Premiação

12h30 – Encerramento.

**LARGADA E CHEGADA:** Na Av. Elias Agostinho - Imbetiba - Macaé/RJ

OBSERVAÇÃO: Poderá a ORGANIZAÇÃO, a seu critério, por necessidade técnica da corrida, impedimentos legais, situações de adequação do viário da cidade em atendimento à municipalidade e órgãos públicos, alterar o percurso da prova, locais de largada, chegada e horários.

A ORGANIZAÇÃO solicita extrema atenção à confirmação dos respectivos horários de largada durante a semana que antecede a CORRIDA através dos CANAIS DE COMUNICAÇÃO do EVENTO, quando da retirada do kit e local de entrega e, às chamadas do sistema de som e sinalizações na área de LARGADA no dia da CORRIDA, para eventuais ajustes nos respectivos horários que possam se fazer necessário.

Se o EVENTO for cancelado e/ou alterado em qualquer tempo por motivo de força maior como catástrofes, desastres naturais, epidemias, pandemias ou similares, bem como determinações de órgãos públicos para fins de manutenção da ordem, segurança coletiva, saúde e preservação da vida, ficará isenta a ORGANIZAÇÃO de qualquer responsabilidade e da devolução de qualquer valor investido por parte do inscrito para participação no mesmo.

#### **4. Kit Atleta**

- Camisa alusiva ao evento;
- Chip de cronometragem;
- Sacochila e
- Medalha (apenas entregue no pós-prova no dia do evento)

#### **Do Tamanho das Camisas (adulto)**

- P - Unisex
- M - Unisex
- G - Unisex
- GG - Unisex
- XG - Unisex

#### **Do local e data da entrega do kit**

Na Av. Elias Agostinho, Imbetiba - Macaé - RJ

- (Sábado) **01 / 08 / 2026** Horário: 09:00 às 16:00 horas

**Não haverá entrega de kit no dia do evento e após o evento**

#### **Documentos necessários para retirada do Kit**

- Comprovante de inscrição ou documento de identificação original.

#### **RETIRADA POR TERCEIROS:**

- Comprovante de inscrição.

## 5. Regras Gerais para os Participantes

É de responsabilidade do participante estar de acordo com esse regulamento, gozar de boa saúde geral, bem como ter um nível aceitável de preparação para a prova. A inscrição na prova não assegura nem cobre esta responsabilidade.

A Organização recomenda que todos os participantes realizem uma consulta médica prévia à prova para assegurar-se que está apto para o esforço.

A Organização, através dos fiscais autorizados, reserva-se o direito de interromper a participação se considerarem que estão pondo em risco sua integridade física.

A Organização disponibilizará ambulância e médico para assistência médica extra-hospitalar para quem necessitar. Cada atleta deve ter conhecimento das possíveis consequências da prática de uma atividade deste tipo e deverá, portanto, assumir e ser responsável por qualquer gasto relacionado a emergências médicas. Em caso de ser necessário, para continuar com os primeiros-socorros, serão transferidos para o hospital mais próximo. É fundamental que cada atleta ao completar a ficha de inscrição informe um telefone de contato para situações de emergência.

O participante tem a obrigação de conhecer e respeitar estas regras de competição, assim como as normas de circulação e as instruções dos responsáveis da prova.

O participante tem a obrigação de conhecer, defender e respeitar o meio ambiente onde se realizará o evento. O mau trato ou a falta de respeito para o meio ou para outro corredor pode ser motivo de desclassificação, podendo chegar à expulsão da competição.

O participante que abandonar a competição está obrigado a retirar o número e comunicar aos juízes, fiscais ou bandeirinhas o seu abandono, entregando o respectivo número.

Em caso do atleta se perder, por não ver uma marcação (fitas, setas, bandeiras ou marcação de cal), por não prestar atenção aos caminhos ou indicações por parte dos Staffs, o mesmo será responsável por voltar ao caminho e retomar o percurso. A Organização não se responsabilizará por tais motivos.

Poderá ter pontos de controle durante o percurso determinados pela organização, se necessários.

O percurso poderá ser modificado antes ou durante o desenvolvimento da prova atendendo as razões de segurança dos participantes ou outras circunstâncias que a organização leve em consideração. Em caso de a decisão ser tomada antes da largada, os corredores serão notificados. A organização não se responsabilizará de qualquer tipo de reclamação por parte dos participantes, frente a esta situação.

A Organização prevê uma quantidade de vagas para a prova. A mesma poderá ser reduzida ou ampliada se for considerado que esta ação não prejudicará o desenvolvimento normal da prova e dos participantes inscritos previamente.

As imagens obtidas na competição poderão ser utilizadas pela Organização e pelas empresas patrocinadoras para fins de difusão e publicidade do evento e/ou de produtos associados ao mesmo. Os competidores que aceitarem participar deste evento não terão direito a realizar reclamações referentes ao direito de imagem.

Diante de qualquer imprevisto ocorrido durante o evento que não tenha sido contemplado no presente regulamento, será função do Diretor da Prova tomar as decisões correspondentes ao caso.

## 6. Responsabilidades

Ao inscrever-se, o participante aceita o presente regulamento e declara: Estar fisicamente apto para a competição.

Ter efetuado os controles médicos necessários, que garantam sua saúde.

Estar treinado para o esforço.

Conhecer globalmente o percurso e a sua geografia.

Ser consciente dos riscos que a atividade implica.

Conhecer as características do terreno e os possíveis riscos de lesões traumatológicas como torções e fraturas.

Por razões de segurança, a organização priorizará a atenção e evacuação das emergências e urgências médicas, se considerando como tais àqueles casos que possam evoluir em risco de morte, podendo então demandar mais tempo a atenção de lesões como as antes descritas.

Eximir os Organizadores e a Prefeitura Municipal de Macaé de toda a responsabilidade por acidentes pessoais; danos e/ou perdas de objetos que possa ocorrer antes, durante ou após sua participação na prova.

## **7. Penalidades**

Os participantes não poderão ser acompanhados por pessoas a pé, de bicicleta, automóveis, motocicletas ou nenhum outro tipo de veículo.

O número deverá ser completamente visível de frente, estar segurado pelos quatro alfinetes e não deve ser cortado, dobrado ou escondido.

Não cumprir com o percurso oficial, obtendo uma vantagem, será motivo de desclassificação.

Está permitida a assistência entre os corredores devidamente inscritos na mesma modalidade, excluindo-se qualquer forma que ajude na marcha a outro corredor, entendendo-se por essa, empurrar, puxar com corda ou elementos similares, ou qualquer outra forma de tração ou empurre entre participantes.

Todos os participantes que não respeitarem o regulamento e cometerem alguma penalidade serão desclassificados ou punidos em acréscimo de tempo de acordo com avaliação pontual da organização.

## **8. Comunicação**

Considera-se como meio oficial de comunicação de novidades o site [Prefeitura Municipal de Macaé](http://www.macaee.rj.gov.br) (www.macaee.rj.gov.br)

O participante deverá consultar periodicamente o site a fim de estar informado das novidades e possíveis modificações, ou imprevistos.

Além do site oficial, serão veiculadas informações na página oficial da secretaria de esportes na rede social: @secretariadeesportes.macaee

# Mapa do percurso de 02 / 08 / 2026

## 10 Milhas Macaé

