

## **Regulamento Oficial**

O **My Safe Sport Training Day** é uma realização da **My Safe Sport**

O evento será realizado no dia 28 de janeiro de 2018 (domingo) às 08h limitado para 100 atletas **devidamente inscritos e identificados com a camiseta do evento.**

O treino terá duas etapas, a primeira etapa serão exercícios de aquecimento e na sequência um simulado de corrida com opção de 8km ou 12km em percurso misto (terra, asfalto e cascalho). É possível fazer distâncias menores também, basta conversar com algum dos “pacer” identificados com a camiseta da My Safe Sport que estarão a frente do treino.

### **Programação do evento:**

**Dia 28/01/2018**    **07h30** Recepção dos atletas.  
                          **07h50** Aquecimento  
                          **08h00** Início do Treino  
                          **09h45** Sorteio de brindes dos parceiros  
                          **10h00** Encerramento do evento.

**A Concentração será as 07h30 e a largada do treino será às 08h00 (pontualmente) em frente ao prédio do comando da base aérea.**

O acesso para quem irá de carro e pretende estacionar dentro da Base Aérea (estacionamento gratuito) será pelo portão G3 – Rod. Helio Smidt s/n , acesso pelo Hotel Pullman – Chegar com no mínimo 20 minutos de antecedência.

**As camisetas para o simulado serão entregues a todos que tenham feito a solicitação pelo site antecipadamente.**

**A retirada da camiseta de participação e entrega doações poderão ser feitas nos dias**

26 de janeiro (sexta-feira) das 14h as 19h

27 de janeiro (sábado) das 9h as 12h

[Centro Esportivo Integrado Saúde Vital](#)

Rua Arminda de Lima 328 – Vl. Progresso - Guarulhos

**Também nos dias 26 e 27 teremos gratuitamente massagem desportiva (soltura miofascial ) para aqueles que vierem retirar seu kit antecipadamente**

Uma cortesia do [Centro Esportivo Integrado Saúde Vital](#) em parceria com a [My Safe Sport](#)

\*mediante agendamento prévio [11 98886-8066](tel:11988868066)

ou dia 28 de janeiro (domingo) das 7h as 7:30h no local do simulado (aconselhamos a retirada antecipada nos dias 26 e 27.

Poderão participar do treino, atletas de ambos os sexos com idade superior a 16 anos (completos até o dia do treino) que já estejam devidamente inscritos.

**Os atletas participantes deverão estar em dia com rigorosa avaliação médica para realização do treino, pois a organização não se responsabiliza pela saúde dos mesmos.**

Todos os participantes do evento, atletas, staff, organizadores e público em geral, cedem todos os direitos de utilização de sua imagem para e seus patrocinadores, apoiadores e a organização da prova.

Nos vemos domingo = )

**My Safe Sport**

[www.mysafesport.com.br](http://www.mysafesport.com.br)

Dúvidas? Click para chamar no whatsapp



[11 99376-1543](tel:11993761543)