

GUIA DO ATLETA

SELF:JUN

selfit

PATROCÍNIO



MATRIX
FITNESS



APOIO



HAUSPORT

Millena
móveis e eletro

FABRICA DE PISOS
PLAYFIT



Pharmapele



PARCEIROS DE MÍDIA



TREND

ORGANIZAÇÃO



SELF RUN



Bem-vindos

É com muita alegria que a Rede SELFIT de Academias e a HC Produções e Eventos Ltda – HC SPORTS recebem você na **SELF RUN – RECIFE 2025**. Este guia detalhará o que preparamos para o evento, baseado no regulamento oficial. Aproveite ao máximo a nossa estrutura!

Bem-vindo à SELF RUN - RECIFE!

Orientações de Prova



Data da Prova: Domingo, 20 de julho de 2025.
Início das atividades: A partir das 5h da manhã.



Local: Parque Dona Lindu
Av. Boa Viagem, s/n - Boa Viagem, Recife - PE.
Este será o local de concentração, largada e chegada.

A **SELF RUN – RECIFE** é uma Corrida oficial, licenciada pela Federação Pernambucana de Atletismo - FEPA.

É hora de aproveitar sua prova
e se divertir!

CORRIDA RECIFE
15km, 10km,
5km



SELF RUN

20.07
/5h

SELF RUN

selfit

Entrega de Kits



Datas e Horários:

17 e 18 de julho: das 9h às 21h.

19 de julho: das 8h às 18h.



Local:

Unidade **Selfit – Encruzilhada**

Estrada de Belém, 44 - Campo Grande, Recife - PE.

Importante: O atleta que não retirar o kit nos dias e horários estipulados **ficará impedido de participar da prova e perderá o direito ao kit.** Não haverá entrega de kits após os dias e horários estipulados ou após o evento.

Documentos para Retirada:

Recibo de pagamento e confirmação da inscrição.

Documento oficial com foto (RG, Carteira Nacional de Habilitação ou Passaporte).

Retirada por Terceiros: Apenas com **PROCURAÇÃO** (modelo disponível para download) e apresentação da documentação exigida.

Conteúdo do Kit de Participação (15Km, 10Km e 5Km):

01 Camiseta em Poliamida.

01 Boné.

01 Número de Peito + Chip de Cronometragem.

01 Medalha Pós Prova.

Serviços inclusos: Hidratação completa na arena e no percurso, Reposição energética individual com KIT FRUTAS, Recovery na arena, Guarda Volumes, Serviços e Ativações de Patrocinadores.

Conferência de Dados: No momento da retirada, o atleta deve **conferir seus dados, número de peito e chip.** Reclamações cadastrais não serão aceitas após a retirada do kit.





Atenção à sua largada

O atleta que largar em prova diferente ao que está devidamente inscrito está automaticamente desclassificado

Não se atrase. 5 minutos é tempo máximo de duração para cada largada.

O acesso de largada acontece separadamente por prova. Dirija-se ao local de prova na qual você está inscrito

Observe a sinalização e dirija-se ao local com antecedência

Distâncias e horários de Largada

Largada 15Km:

Categorias Geral e Pessoa com Deficiência (PCD):



5h30m

Largada 10Km:

Categorias Geral e Pessoa com Deficiência (PCD):



5h35m

Largada 5Km:

Categorias Geral e Pessoa com Deficiência (PCD):



5h40m

Atenção: Atletas que iniciarem a prova após o horário de largada determinado para sua categoria serão **automaticamente desclassificados**.

Duração Máxima da Prova: 2h30 (duas horas e trinta minutos).

Número de peito e Chip de cronometragem

Os atletas devem estar no local de largada com 30 minutos de antecedência, respeitando o acesso à largada de acordo com o seu horário de prova. O uso do Número de Peito é obrigatório para todos os inscritos e a não utilização pode desclassificar e vetar o acesso do atleta a áreas exclusivas da prova.



É obrigatória a apresentação dos canhotos contidos no número de peito para recebimento de medalha, kit frutas e uso do guarda volumes.

Só destaque o seu canhoto no momento da utilização

O seu número de peito é a sua identidade na prova. Ele é o seu acesso a todas as estruturas do evento.

O Chip de cronometragem estará acoplado ao seu Número de Peito e será entregue juntamente com o Kit do Atleta.

O número de peito do atleta deve ser usado de forma visível, no peito, sem rasuras ou alterações, durante toda a prova, sendo passível de eliminação o atleta que não cumprir essa exigência.



Guarda volumes

Será disponibilizado na arena de serviços um espaço para receber os pertences dos atletas inscritos no evento. A organização recomenda que não deixem objetos de valor. Utilize o canhoto anexo ao seu Número de Peito para ter acesso ao serviço. O Guarda Volumes fica disponível das 04h30 às 8h30h.

SELF RUN

selfit

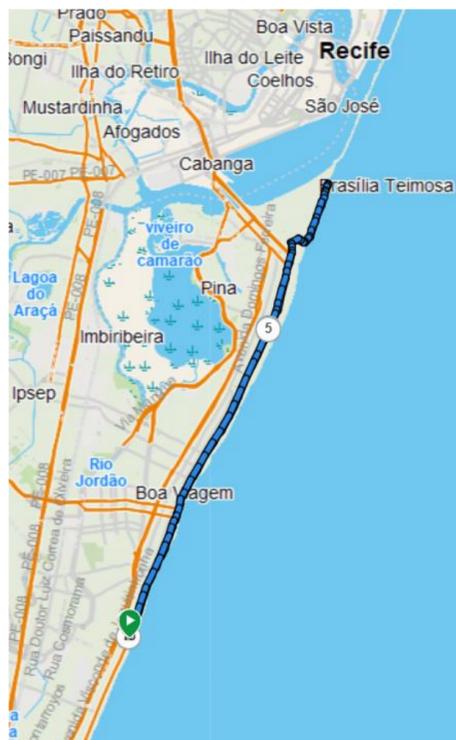
Percurso de prova

Clique na distância da sua prova e confira o percurso que você irá percorrer.

5K

10K

15K



O que você irá encontrar no percurso



Atrações musicais: Duas estações musicais estão preparadas para receber os atletas no percurso e dar aquele gás na animação.



Zero Bronca
Seu Peppe



Hidratação: Serão disponibilizados **postos de hidratação a cada 2,5Km** ao longo do percurso. Além disso, haverá hidratação completa na arena do evento.



Atendimento Médico: Durante todo o percurso de prova nossa equipe emergencial estará atenta para atender os atletas em caso de necessidade.

SELF RUN

selfit



O que você irá encontrar na arena principal

Atração musical: A animação na Arena principal, no parque Dona Lindu, fica por conta da banda Mr. Peter.



Atendimento Médico: Haverá serviço de ambulância e posto médico no local de largada e chegada para atendimento emergencial.



Recovery: Serviço de Recovery na arena do evento.



Guarda-Volumes: Disponível na região de largada/chegada. A Comissão Organizadora não se responsabiliza pelo conteúdo dos volumes ou extravio de materiais. O guarda-volumes será **desativado 30 minutos após o término da corrida.**



Sanitários: Disponíveis na região de largada/chegada.

Ações dos patrocinadores

selfit

Gravação de medalhas: Que tal o seu tempo de prova registrado na sua medalha? A Selfit gravará seu tempo na sua medalha, gratuitamente. Procure a nossa tenda e faça a sua! (vagas limitadas).

selfit

Pedale seu suco: Entre na brincadeira, suba na bicicleta e produza você mesmo o seu suco!

Degustação de produtos: Bokus, YoBem, Recibom, Quitandaria, Ovos São Luiz, Canaã Polpas e Redbull estarão com diversos produtos disponíveis para degustação. Visite os estandes e aproveite.



Ativação com brindes: A Invicto, ACLF, Gel Extra Forte, HauSports, Recibom, Millena Móveis, Pharmapele, Pet Top Saúde e Trend estarão com ativações específicas e distribuição de brindes.



Cuidados com sua saúde: O Real Hospital Português fará aferição de pressão e ações específicas na sua tenda.





Premiação

Todo ATLETA inscrito nas provas de 15Km, 10Km e 5Km, e que completarem a prova na colocação entre 1º e 5º lugar, na categoria GERAL - MASCULINO ou FEMININO, receberá, além da MEDALHA DE PARTICIPAÇÃO, 01 TROFÉU.

Todo ATLETA inscrito nas provas de 15Km, 10Km e 5Km, e que completar a prova na colocação entre 1º e 3º lugar, nas categorias ALUNO SELFIT ou PCD – MASCULINO ou FEMININO, receberá, além da MEDALHA DE PARTICIPAÇÃO, 01 TROFÉU.

Todos os atletas que cruzarem a linha de chegada de forma legal, que estiverem regularmente inscritos e sem o descumprimento do regulamento, receberão 01 (uma) medalha de participação.

Tem muitos prêmios

Em todas as categorias

15Km

- Mais de R\$7.000,00 em dinheiro nas categorias: GERAL E PCD (masculino e feminino)
- Diversos pacotes anuais e semestrais de treino na rede Selfit.
- Troféu do 1º ao 5º Lugar
- Medalha para todos os participantes inscritos que cruzarem a linha de chegada

5Km e 10Km

- Troféu do 1º ao 5º Lugar
- Medalha para todos os participantes inscritos que cruzarem a linha de chegada

PREMIAÇÃO POR FAIXAS ETÁRIAS (15KM, 10KM E 5KM):

Atletas das Categorias Geral e Aluno(a) SELFIT competem juntos. O **1º colocado em cada faixa etária** recebe **01 TROFÉU**.

A premiação de faixas etárias será realizada nos dias **22 e 23 de julho de 2025**, das **14h às 20h**, na unidade **Selfit - Encruzilhada**.

Mais detalhes sobre as premiações estão publicadas no Regulamento Geral da prova, no site oficial da SELFRUN

SELFRUN.COM.BR

SELF3UN

selfit



Dicas importantes

Chegue Cedo (de verdade)

A recomendação é estar no local com pelo menos **1h de antecedência**. Assim você evita estresse e faz seu aquecimento com tranquilidade.

Dê preferência a transporte por App ou Compartilhado

Se puder, vá de Uber, 99 ou divida o carro com amigos. Isso reduz o número de veículos na região e facilita o acesso.

Transporte público é uma boa opção

Use o transporte público, mas antecipe seu itinerário para não se atrasar.

Se for de carro, estacione com inteligência

Evite estacionar em locais proibidos nas imediações. A Av. Boa Viagem e ruas próximas costumam ser fiscalizadas. Procure estacionamentos privados na região ou estacione mais distante e caminhe.

Cuidado com bloqueios no entorno

Algumas ruas podem estar interditadas a partir das primeiras horas da manhã. Fique atento aos comunicados oficiais e ao Waze, que costuma atualizar rotas em tempo real.

O mais importante.



NÃO ESQUEÇA!

LEVE TODA SUA
ENERGIA POSITIVA



MEIA
DO SOL
Sicredi

NATAL LHE ESPERA EM SETEMBRO
A MELHOR MEIA MARATONA
DO BRASIL

15%

DE DESCONTO
EM TODAS
AS PROVAS

5K - 10K - 21K | DESAFIO | KIDS

VÁLIDO ATÉ DOMINGO, 20 DE JULHO

BENEFÍCIO SELFIT: USE O CUPOM
SELFRUN15

 meiadosol.com.br



DESAFIO
MEIA
DO SOL
Sicredi

DESAFIO 26K E 31K

R\$12 MIL EM PRÊMIOS,
DO 1º AO 3º LUGAR;

TROFÉU

PARA OS TRÊS PRIMEIROS COLOCADOS;
CATEGORIA MASCULINA E FEMININA.

BOA
PROVA!

SELF 30

selfit

PATROCÍNIO

Invicto

MATRIX
FITNESS

recibom
30 anos.

APOIO

ACLF

BOX3

GEL
EXTRA
FORTE

HAUSPORT

IT&SEC

LUCK
Recaptivo

Millena
móveis e eletro

OVOS
SÃO LUÍS

Pharmapele

FABRICA DE PISOS
PLAYFIT

QUITANDARIA

Real Hospital
Português

RETÁMIA
YoBem

PARCEIROS DE MÍDIA

JP
FM
CANTINA
SALA
SECRETARIA

TREND

ORGANIZAÇÃO

HC SPORTS