



**Prefeitura de São Sebastião**  
ESTÂNCIA BALNEÁRIA ESTADO DE SÃO PAULO  
SECRETARIA DE ESPORTES



**REGULAMENTO CORRIDA KIDS**

A Corrida Kids será realizada no dia 16 de março (sexta-feira), na Rua: Castro Alves, 377 – Praia da Enseada, as 16h00 (Local de Concentração: E.M. Cinthia Cliquet Luciano).

O objetivo da prova será de promover sociabilidade, bem estar mental e a confiança proporcionada pela superação individual, além do entretenimento, se associada ao prazer, à atividade física sempre terá espaço na vida da criança e ajudará a desenvolver melhor outras áreas e buscar novos desafios.

A Corrida Kids será destinada aos atletas do gênero Masculino e Feminino nas distâncias variadas de acordo com a idade. Segue uma relação das distâncias a serem percorridas pelas crianças:

- 04 E 05 ANOS – 050 METROS (ANO BASE 2014 E 2013) – INICIO 16H15; (ACOMPANHADAS);**
- 06 E 07 ANOS – 100 METROS (ANO BASE 2012 E 2011) – INICIO 16H20; (ACOMPANHADAS);**
- 08 E 09 ANOS – 200 METROS (ANO BASE 2010 E 2009) – INICIO 16H35; (ACOMPANHADAS);**
- 10 E 11 ANOS – 400 METROS (ANO BASE 2008 E 2007) – INICIO 16H50; (ACOMPANHADAS);**
- 12 ANOS – 600 METROS (ANO BASE 2006) – INICIO 17H10.**

- Às 15h terá início a concentração dos atletas. Os horários de comparecimento na concentração de cada faixa etária.
- Os kits deverão ser retirados pelos responsáveis na Secretaria de Esportes de São Sebastião – SEESP dia 15 de março, das 13h00 as 17h00 e no local da competição das 15h00 as 15h45.
- As inscrições serão feitas na SEESP (Secretaria de Esportes de São Sebastião);
- Todos os atletas receberão numeral, camiseta e medalha alusiva ao evento.
- Não há classificação formal, serão oferecidas medalhas a todos os participantes.
- A Corrida acontecerá com chuva ou sol, podendo ser cancelada caso condições de catástrofe coloquem em risco a integridade física dos participantes e ou espectadores.



**Prefeitura de São Sebastião**  
**ESTÂNCIA BALNEÁRIA ESTADO DE SÃO PAULO**  
**SECRETARIA DE ESPORTES**



**1) GERAL**

- 1.1 As crianças serão chamadas para a área de concentração a partir das 16h.
- 1.2 O locutor chamará as diversas idades para a concentração.
- 1.3 Até os sete anos será permitida a entrada dos pais na área de competição (não na pista). O acompanhante deverá estar usando tênis.
- 1.4 Cada criança deverá ficar atrás da placa com a sua idade.
- 1.5 O monitor respectivo levará as crianças até o local de largada.
- 1.6 Teremos a equipe médica para qualquer eventualidade.
- 1.7 Os pais devem procurar manter um clima de cordialidade e respeito.
- 1.8 As provas devem ser encaradas pelos pais como um evento esportivo, como parte de aprendizado dos filhos.
- 1.9 As crianças encaram as provas como disputa, o que faz parte de seu aprendizado.

**2) ATÉ 07 ANOS**

- 2.1 O choro é uma forma normal de reação, ante situação desconhecida ou temida.
- 2.2 Evite dizer que não deve chorar. Respeite seu temor.
- 2.3 Nunca as enganem. Fale que ela vai participar de uma brincadeira com local de largada e chegada.
- 2.4 A promessa de presentes: se o fizer, cumpra o prometido.

**3) ATÉ 12 ANOS**

- 3.1 A corrida é um processo natural.
- 3.2 Quanto à sua velocidade, deixe-a procurar o ritmo dela e não o seu ritmo.
- 3.3 A especialização precoce não deve ser estimulada.
- 3.4 A responsabilidade sobre o desenvolvimento integral da criança deve estar acima das necessidades em termos de treinamento e competição.
- 3.5 A idade cronológica pode não estar coerente com a idade evolutiva. Podem-se ter enganos de avaliação nos resultados finais.
- 3.6 Crianças pesadas não devem ser desestimuladas, devem ser orientadas a outras modalidades esportivas, porém sempre necessitarão da corrida para aumentar sua resistência cardiovascular e cardiopulmonar.
- 3.7 “É tão importante crescer saudável quanto crescer inteligente”, Arnold Shwarzeneger.
- 3.8 “Pais, não tentem reviver a sua juventude através da vida do seu filho”, Dr. Kenneth Cooper