

MANUAL DO ATLETA



 **Roger's
FAST
RUN**

POWERED BY

**amino
VITAL**

rogersfastrun.com.br

01 de novembro de 2026 | Domingo

Corrida 5 km e 10 km | Caminhada 3 km | Corrida Kids (4 a 12 anos)

LOCAL DA CORRIDA

LOCAL: R. Sete de Setembro, 555
Parque Suzano, Suzano/SP
CEP: 08673-020

SUZANO
SHOPPING

Estacionamento dentro do Suzano Shopping

Entrada pelo acesso da Loja Kalunga , na saída valide seu ticket com o voucher atleta. (horário 5h às 11h)

RETIRADA DE KIT



30 DE OUTUBRO
sexta-feira – das 14h às 18h

Local: Loja Roger's Sports

Rua Monsenhor Nuno, 485 – Centro, Suzano – SP.

31 DE OUTUBRO
sábado – das 10h às 16h

Local: Loja Roger's :: Suzano Shopping

Rua Sete de Setembro, 555 – Suzano – SP – CEP: 08673-020

Documentos para retirada do kit

PARA RETIRAR O KIT, SERÁ NECESSÁRIO

APRESENTAR:

- Documento de identidade com foto atualizada (impresso ou virtual).
- Comprovante de pagamento (impresso ou virtual).
- 1 kg de alimento não perecível.

IMPORTANTE:

Somente moradores de cidades localizadas a mais de 40 km de Suzano poderão solicitar e agendar a retirada do kit no dia da prova.

Data: 01 de novembro, das 6h às 7h.

Local: Arena do evento – Suzano Shopping.

RETIRADA POR TERCEIROS:

A retirada por terceiros é permitida para atletas menores de 60 anos, mediante apresentação de cópia do documento de identidade, autorização por escrito e comprovante de pagamento.

Atletas com 60 anos ou mais deverão retirar pessoalmente seu kit.

O modelo de autorização está disponível na bio do Instagram ou no site oficial da prova.

INSTAGRAM: @ROGERSFASTRUN

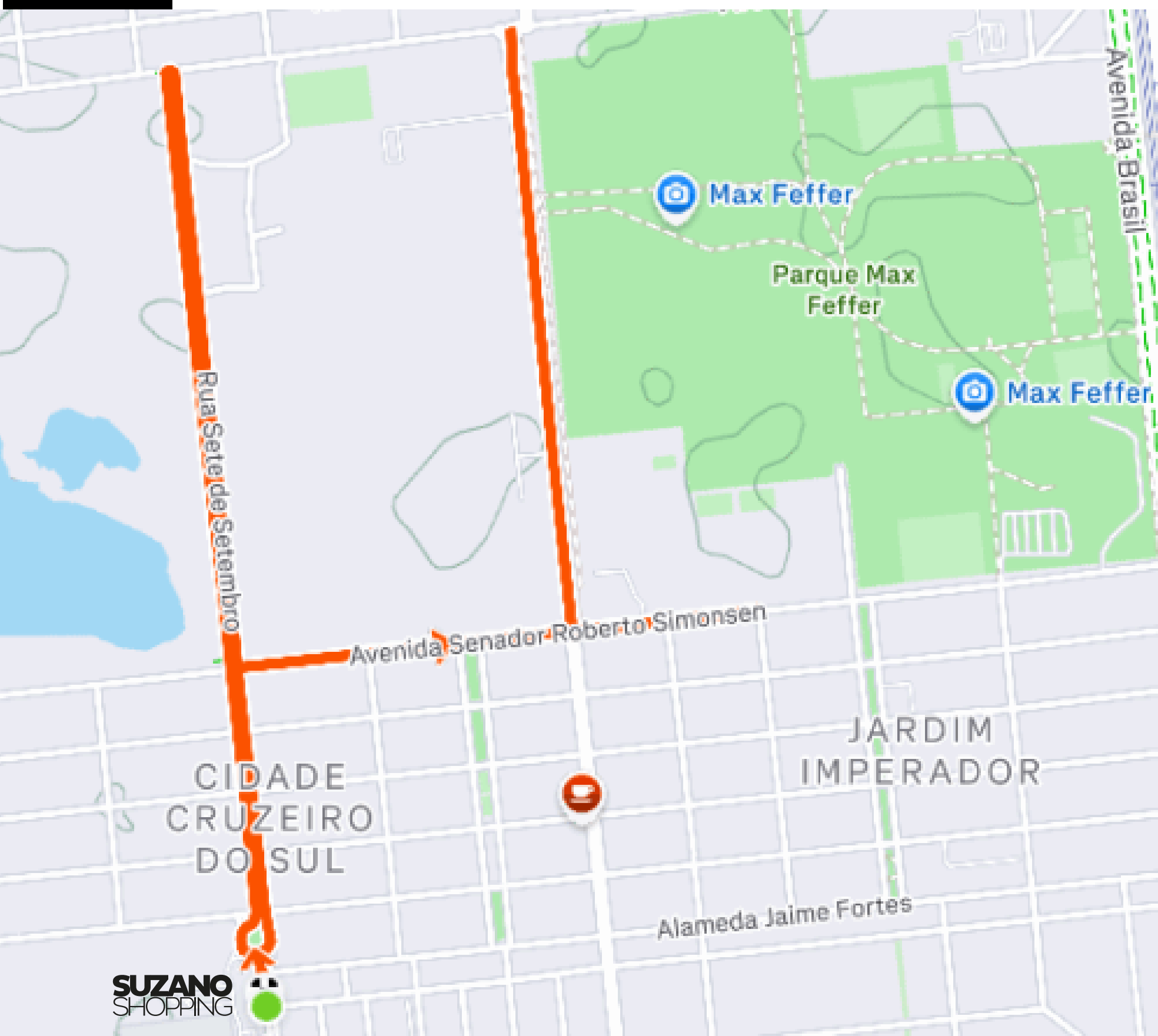
SITE OFICIAL: www.rogersfastrun.com.br

Guarda-volumes

A organização disponibilizará gratuitamente o serviço de guarda-volumes aos participantes.

- Horário: das 6h30 às 9h30, podendo ser estendido por mais 15 minutos.
- Evite deixar objetos de valor, como celulares, relógios, cartões e equipamentos eletrônicos.

PERCURSO ROGER'S FAST RUN



Largada e chegada no Suzano Shopping.

Corrida: **5 km**

Corrida: **10 km** (duas voltas)

Caminhada: **3 km**

Corrida Kids:

**Distâncias de acordo com
a faixa etária.**

PREMIAÇÃO ROGER'S FAST RUN

Premiação geral

TOP 5 GERAL — 5 KM

Troféus para os cinco primeiros colocados das categorias masculina e feminina.

PREMIAÇÃO P/ FAIXA ETÁRIA – 10 KM

Troféus para as categorias masculina e feminina:

CAT: 18/29 :: CAT: 30/39 :: CAT: 40/49 :: CAT: 50/59 :: CAT: 60+



MAIORES ASSESSORIAS

Premiação especial para a equipe com o maior número de atletas inscritos, considerando todas as modalidades.

PREMIAÇÃO ESPECIAL

PREMIAÇÃO EM VOUCHERS 5 KM E 10 KM

Os cinco primeiros colocados da classificação geral masculina e feminina receberão vouchers de compras na Loja Roger's.

1º LUGAR: **R\$ 500,00** VOUCHER

2º LUGAR: **R\$ 400,00** VOUCHER

3º LUGAR: **R\$ 300,00** VOUCHER

4º LUGAR: **R\$ 200,00** VOUCHER

5º LUGAR: **R\$ 100,00** VOUCHER

PREMIAÇÃO EM DINHEIRO – 10 KM

Além dos vouchers, os cinco primeiros colocados da classificação geral masculina e feminina dos 10 km receberão:

1º LUGAR: **R\$ 500,00**

2º LUGAR: **R\$ 400,00**

3º LUGAR: **R\$ 200,00**

4º LUGAR: **R\$ 100,00**

5º LUGAR: **R\$ 100,00**

**O pagamento da premiação em dinheiro será realizado via Pix em até cinco dias úteis.*



MEDALHA PARA TODOS!

Todos os participantes que concluírem a prova respeitando o regulamento receberão sua medalha de participação.

O kit pós-prova também inclui água, sorvete Baby e demais itens do kit de participação.

Atenção: para retirar o kit pós-prova, será necessário entregar o cupom colorido integrante do número de peito.

A entrega será realizada exclusivamente no dia do evento.

Pontos de hidratação

Os postos de hidratação estarão distribuídos a cada 3 km do percurso.

Também haverá um ponto de hidratação na chegada, em área reservada aos atletas inscritos.

**Hidrate-se e aproveite
cada quilômetro!**



FIQUE ATENTO AOS HORÁRIOS!

■ 06h30

Aquecimento com a Smart Fit

■ 07h25

Largada PCD – 5 km

■ 07h30

Largada corrida 5 km, 10 km e caminhada

■ 08h50

Aula de FitDance – Smart Fit

■ 09h10

Premiação geral e por categoria

■ 09h40

Corrida Kids por baterias de idade

■ 11h00

Encerramento do evento

IMPORTANTE: chegue com antecedência e fique atento às chamadas da organização. A largada será encerrada 15 minutos após seu início.

Montagem de tenda:

das 4h30 às 5h30

acesso pelo portão Petz.

Só será permitido o acesso, com o crachá de identificação do evento.

CORRIDA KIDS

A DIVERSÃO TAMBÉM É DOS PEQUENOS!

A Corrida Kids é uma atividade recreativa para crianças de 4 a 12 anos, com distâncias adaptadas por faixa etária.

IDADE	Distância
4 a 5 anos	60 metros
6 a 7 anos	100 metros
8 a 9 anos	200 metros
10 a 12 anos	400 metros

Largada: 9h40, por baterias de idade. Todos os pequenos atletas receberão medalha especial de participação, independentemente da colocação.

Informações importantes

ANTES DE LARGAR, FIQUE ATENTO!

Número de peito e chip: O número de peito deve ser utilizado durante a prova. Para as modalidades cronometradas, o chip deverá ser fixado verticalmente no cadarço do tênis do pé direito.

Tempo limite: O prazo máximo para conclusão da prova é de 1h30 após a largada.

Cuide da sua segurança: Respeite a sinalização, siga o percurso oficial e observe possíveis desníveis e obstáculos.

Resultados: Os resultados extraoficiais estarão disponíveis em até 48 horas após o evento no site: www.cronoserv.com.br

ATIVAÇÕES NO EVENTO

MUITO ALÉM DA CORRIDA!

**Um dia de esporte, movimento
e experiências para toda a família.**

Ativações confirmadas no regulamento:

- Aquecimento com a Smart Fit;
- Aula de FitDance com a Smart Fit;
- Sorvete Baby no kit pós-prova.

Tendas:

- Aminovital;
- Rogers Sports;
- SmartFit;
- Bella Tintas;
- RHG seguros;
- Trusting vestuário esportivo feminino;
- Gravação de medalhas.



**Prepare o tênis, reúna sua energia
e venha fazer parte da 4ª Roger's Fast Run!**

01 DE NOVEMBRO DE 2026

5 KM / 10KM / 3 KM / CAMINHADA / KIDS

Boa prova à todos!

4ª EDIÇÃO
2026



POWERED BY
amino
VITAL®

PATROCINADORES

smart fit



APOIO



APOIO CULTURAL



IDEALIZAÇÃO



ORGANIZAÇÃO



CONTATO: 11 94195-7129 | runnersuzano@hotmail.com