

Importante: Participação na Corrida

Prezados pais e responsáveis,

Para garantir a segurança de nossos jovens corredores no "JDA RUN KIDS - edição 2023", é fundamental seguir nossas diretrizes de identificação.

- **Número de Peito para Crianças:** Cada criança que participará da corrida deve usar o número de peito que será fornecido no kit de corrida. Certifique-se de fixar o número de peito de forma visível e segura na roupa da criança antes do início da corrida.
- **Pulseira de Identificação para Crianças:** Junto com o número de peito, cada criança receberá uma pulseira de identificação. Esta pulseira contém informações de contato e é uma medida adicional de segurança para garantir que todas as crianças possam ser identificadas facilmente durante o evento. A pulseira deve ser usada no pulso da criança durante todo o evento.
- **Pulseira de Identificação para Pais/Responsáveis:** Além disso, cada pai ou responsável deve usar uma pulseira de identificação. Esta pulseira permite que nossa equipe saiba quem está acompanhando cada criança. Certifique-se de usar a pulseira de identificação fornecida durante o evento.
- **Hidratação:** Certifique-se de que seu filho esteja bem hidratado antes e durante a corrida. Traga a squeeze que ganhou no kit com água para o evento e incentive a ingestão regular de líquidos. Manter-se hidratado é fundamental para um desempenho saudável.
- **Proteção Solar:** Como estaremos ao ar livre, proteger a pele dos raios solares é essencial. Aplique protetor solar em seu filho antes do evento, mesmo em dias nublados.
- **Vestimenta Adequada:** Certifique-se de que seu filho esteja vestindo roupas confortáveis e apropriadas para a corrida. Tênis esportivos são indispensáveis para evitar lesões e garantir um bom desempenho.
- **Chegada Antecipada:** Chegue 30 minutos antes da sua categoria para evitar a correria e o estresse. Isso proporcionará um tempo suficiente para o registro e preparação de entrada na área da corrida.
- **Espírito Esportivo:** Lembre seu filho de que o mais importante é se divertir e fazer o seu melhor. Encoraje-os a apoiar seus colegas corredores e a praticar um espírito esportivo positivo.
- **Acompanhamento dos Pais:** Se os pais forem acompanhar as crianças durante a corrida, certifiquem-se de ter a pulseira de identificação, conforme mencionado anteriormente.

Ao retirar o kit de corrida para seu filho, você receberá um **Termo de Responsabilidade** que deve ser preenchido e assinado por um dos pais ou responsáveis. Este documento é crucial para confirmar que você está ciente dos detalhes do evento e concorda em seguir as diretrizes estabelecidas pela organização.

Priorizamos a segurança das crianças e agradecemos por sua cooperação. Estamos empolgados por um dia emocionante no "JDA RUN KIDS" e nossa equipe está pronta para ajudar em eventuais dúvidas ou necessidades.

Com gratidão e entusiasmo,