

1º PEDAL DA SAÚDE DE PARANATINGA / MT

1 APRESENTAÇÃO DO EVENTO

O **1º Pedal da Saúde de Paranatinga / MT** é um **passeio ciclístico recreativo**, com foco na **promoção da saúde, bem-estar, lazer e integração social**.

O evento foi idealizado para incentivar a prática do ciclismo de forma acessível, segura e organizada, reunindo ciclistas de todas as idades em um ambiente familiar, saudável e festivo.

 **Data: 22 de março de 2026 (domingo)**

2 OBJETIVO DO PASSEIO

O evento tem como objetivos principais:

- Incentivar hábitos saudáveis por meio da atividade física
- Promover o ciclismo como ferramenta de saúde e lazer
- Estimular a convivência social e comunitária
- Proporcionar um momento de confraternização e alegria para todos

3 DATA, HORÁRIO E LOCAL

 **Local de Saída: Praça Central de Paranatinga / MT**

 **Horário de Saída: 07h00 da manhã**

 recomenda-se que os participantes cheguem com antecedência para orientações gerais e organização do passeio.

4 TRAJETO DO PASSEIO

 **Distância Total: 11 quilômetros**

 **Descrição do Percorso:**

- Saída da Praça Central de Paranatinga
- Percorso por ruas do centro da cidade
-  **Chegada: Clube dos Veteranos**

O trajeto será urbano, planejado e acessível, permitindo a participação de ciclistas iniciantes e experientes.

5 INSCRIÇÕES

 **INSCRIÇÕES GRATUITAS**

A participação no evento é **totalmente gratuita**, reforçando o caráter social e inclusivo do passeio ciclístico.

⚠️ **IMPORTANTE – VAGAS LIMITADAS**

🔒 as inscrições serão **LIMITADAS a 220 participantes**, visando garantir melhor organização, segurança e qualidade na entrega da estrutura do evento.

➡️ as inscrições poderão ser **encerradas antecipadamente** assim que o limite máximo for atingido.

6 KIT DO CICLISTA

Todos os participantes inscritos terão direito a:

👕 **Camiseta oficial do evento**

🏆 **Medalha de participação**

O kit é uma lembrança simbólica da participação no **1º Pedal da Saúde de Paranatinga / MT**.

7 ALIMENTAÇÃO E HIDRATAÇÃO

Durante e após o evento, será oferecido:

☕ **Café da manhã antes da largada**

💧 **Hidratação durante o percurso**

🍽️ **Almoço ao final do passeio**, no Clube dos Veteranos

Tudo pensado para garantir conforto, energia e bem-estar aos participantes.

8 ATRAÇÃO MUSICAL

🎵 Ao final do passeio ciclístico, os participantes poderão aproveitar uma **atração musical**, promovendo um momento de descontração, celebração e integração.

9 SEGURANÇA E ASSISTÊNCIA MÉDICA

A segurança dos participantes é prioridade do evento.

O passeio contará com:

- 🚓 **Apoio da Polícia Militar**, garantindo a segurança viária e organização do trajeto
- 🚑 **Ambulância e equipe de apoio médico**, disponíveis durante todo o evento
- 🧑 **Equipe de apoio ao longo do percurso**, auxiliando os ciclistas sempre que necessário

Todos os cuidados foram planejados para oferecer um evento seguro e tranquilo.

9 APOIO E PARCERIAS INSTITUCIONAIS

O **1º Pedal da Saúde de Paranatinga / MT** conta com importantes apoios que fortalecem a credibilidade e a organização do evento:

-  **Federação Mato-grossense de Ciclismo**
-  **Confederação Brasileira de Ciclismo**
-  **Prefeitura de Paranatinga**
-  **Assembleia Legislativa de Mato Grosso**
-  **Dr. João**

Essas parcerias reforçam o compromisso com o esporte, a saúde e a comunidade.

11 DISPOSIÇÕES GERAIS

- O evento é de caráter **recreativo e não competitivo**
- Cada participante é responsável por sua condição física
- É recomendado o uso de equipamentos de segurança (capacete, por exemplo)
- A organização poderá realizar ajustes no evento, se necessário, visando a segurança e o bom andamento do passeio

12 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O **1º Pedal da Saúde de Paranatinga / MT** é mais do que um passeio ciclístico. É um convite para cuidar da saúde, fortalecer laços e viver momentos positivos em comunidade.

 **Participe, convide amigos e venha pedalar pela saúde!**

 **22/03/2026**

 **07h00**

 **Praça Central de Paranatinga / MT**