

MEIA MARATONA SUSTENTÁVEL DO AMAZONAS

“Muito mais que uma meia maratona, um compromisso com o planeta”.

**MANAUS-AM
2024**

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

- **NOME DA INSTITUIÇÃO:** Instituto de Aperfeiçoamento e Ensino Superior do Amazonas / CENTEC – Centro de Ensino Técnico
- **SEGMENTO:** IEB - Educação Profissional - Ensino Técnico
- **CATEGORIA:** Responsabilidade Social
- **TÍTULO DA PRÁTICA:** Meia Maratona Sustentável do Amazonas – Muito mais que uma Meia Maratona um compromisso com o Planeta

1. PRÁTICA EFICAZ DE GESTÃO EDUCACIONAL

1.1. Histórico da Prática Eficaz

O CENTEC há mais 14 anos, atua no mercado educacional em Manaus-AM, formando técnicos de nível médio, especialistas técnicos, auxiliares e oferecendo cursos de capacitação profissional. Desenvolvemos nosso papel, pautados em nossa missão de formar profissionais com competência técnica e humana para atender o mercado de trabalho e inspirados em nosso propósito de “construir futuros melhores”. Em 2018, por meio do programa Envolve-se, iniciou a realização da Meia Maratona Sustentável do Amazonas, com o objetivo de incentivar e promover práticas educacionais e esportivas que reforçassem o compromisso da Instituição com a preservação do Meio Ambiente, a sustentabilidade, a saúde e a qualidade de vida. A Meia Maratona Sustentável do Amazonas, é a corrida de rua que tem como palco uma das mais belas paisagens da Amazônia, a Ponte Jornalista Phelippe Daou, conhecida popularmente como Ponte do Rio Negro, que atravessa o rio Negro, conectando os municípios de Manaus e Iranduba. Este cartão postal, atrai atletas do Brasil e de outros países, interessados em conhecer as belezas naturais do estado do Amazonas, contribuindo também, para o desenvolvimento econômico do estado. Nos meses que antecedem a Meia Maratona Sustentável do Amazonas, também são realizadas Blitz Ambientais na faixa liberada da Ponta Negra e na Av. Djalma Batista, onde alunos, professores e colaboradores realizam a distribuição de árvores e plantas nativas e cartilhas de educação ambiental, em parceria com a Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Sustentabilidade - SEMMAS.

A educação ambiental aliada a prática esportiva, é uma ferramenta vital para promover a sustentabilidade ambiental e a qualidade de vida, buscando criar consciência e inspirar indivíduos e comunidades a agir para proteger o meio ambiente. A humanidade vive um momento crucial, em que qualquer mudança de comportamento pode afetar nossa vida num futuro próximo, é, por isso, que a educação ambiental é essencial para que seja construída uma sociedade capaz de produzir transformações. Acreditamos na força desse projeto, apostamos nas sementes de empoderamento a partir da tomada de consciência de jovens e adultos sobre as necessidades ecológicas que nossa sociedade precisa, é necessário agir e construir futuros melhores. Através da corrida de rua, conectamos o cuidado com o meio ambiente, a saúde e o bem-estar.

1.2. Objetivos da Prática Eficaz

- Promover a corrida de rua incentivando as práticas desportivas, a preservação ao meio ambiente, a saúde e o bem-estar;
- Sensibilizar e envolver a população em ações de sustentabilidade, cuidado e preservação ao meio ambiente;
- Conectar ações de cuidado com o meio ambiente, saúde e bem-estar.

1.3. Público Alvo Atingido:

O evento tem como público alvo: Alunos e Professores da Instituição, Colaboradores, Sociedade em Geral, Atletas, Pessoas acima de 60 anos, Pessoas Usuárias de Cadeiras de Rodas e Pessoas portadoras de Necessidades Especiais.

A Organização também disponibiliza vagas gratuitas para os doadores, quantidade de 3% a ser definida de acordo com o número de inscritos, que apresentarem comprovantes de 3 (três) doações de Sangue para Homens e 2(duas) para Mulheres nos últimos 12 Meses.

CATEGORIAS E PREMIAÇÃO			
CATEGORIA	MODALIDADE	COLOCAÇÃO	
PÚBLICO GERAL	6KM	1º	Masculino e Feminino
		2º	Masculino e Feminino
		3º	Masculino e Feminino
	10KM	1º	Masculino e Feminino
		2º	Masculino e Feminino
		3º	Masculino e Feminino
	21KM	1º	Masculino e Feminino
		2º	Masculino e Feminino
		3º	Masculino e Feminino
DEFICIENTE VISUAL	6KM	1º	Masculino e Feminino
		2º	Masculino e Feminino
		3º	Masculino e Feminino
	10KM	1º	Masculino e Feminino
		2º	Masculino e Feminino
		3º	Masculino e Feminino
	21KM	1º	Masculino e Feminino
		2º	Masculino e Feminino
		3º	Masculino e Feminino
USUÁRIO DE CADEIRA DE RODAS	6KM	1º	Masculino e Feminino
		2º	Masculino e Feminino
		3º	Masculino e Feminino
	10KM	1º	Masculino e Feminino

		2º	Masculino e Feminino
		3º	Masculino e Feminino
		1º	Masculino e Feminino
	21KM	2º	Masculino e Feminino
		3º	Masculino e Feminino
		1º	Masculino e Feminino
TERCEIRA IDADE (ACIMA DE 60 ANOS)	6KM	2º	Masculino e Feminino
		3º	Masculino e Feminino
		1º	Masculino e Feminino
	10KM	2º	Masculino e Feminino
		3º	Masculino e Feminino
		1º	Masculino e Feminino
	21KM	2º	Masculino e Feminino
		3º	Masculino e Feminino
		1º	Masculino e Feminino

1.4 Descrição das Atividades Implantadas

A Meia Maratona, é segmentada por categoria e deve obedecer a todos os critérios do Regulamento. O lançamento da corrida ocorre com 08 meses antes do evento, pelas redes sociais, site da Ticket Sports, blitz de divulgação em pontos estratégicos). Nesta ação Colaboradores, Alunos e Professores participam oferecendo serviços à comunidade, sendo: Orientação para uma vida saudável, Aferição de Pressão Arterial, Massagem Relaxante, entre outros. Na oportunidade divulgamos a Corrida da Água e orientamos como os interessados podem participar. Após a efetivação da Inscrição é só seguir os trâmites do regulamento (anexo) para retirada de seu kit até o dia da corrida.

1.5 Equipe Envolvida com a Prática

Para realização da prova contamos com cerca de 150 Colaboradores da Instituição, que participam do processo de organização e realização do evento, são eles:

- Equipe Administrativa: Auxiliares, Assistentes, Analistas, Coordenadores, Gerentes e Presidência.
- Equipe Discente e docentes: Alunos e Professores.
- Equipe Pedagógica: Auxiliares, Assistentes e Coordenadores
- Equipe Operacional: Auxiliar de Serviços Gerais, Agentes de Portaria, Recepcionistas.

1.6 Participação da Alta Direção

A Presidência atua diretamente na organização do evento, desde a validação da oferta dos kits, criação do Regulamento da Corrida, Pontos de propagação de venda, alinhamento de estratégia na busca de Parceiros para fortalecer a Meia Maratona e a organização no dia da prova.

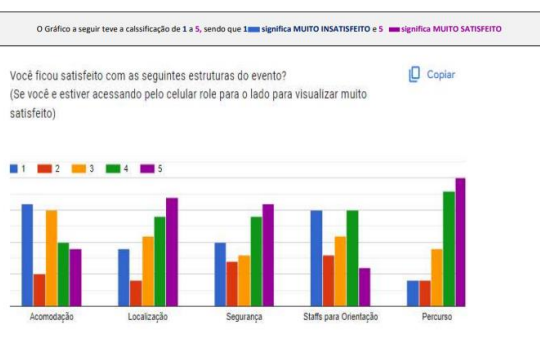
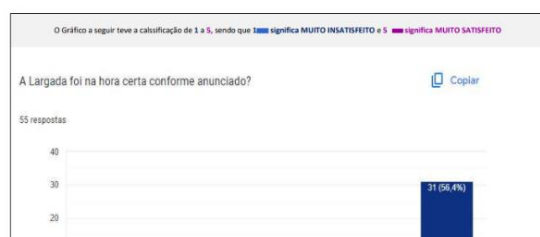
2. RESULTADOS

2.1. Formas de Avaliação a) Indicar se foi feito levantamento de necessidades ou avaliação prévia antes da implementação.

Anualmente implementamos melhorias e inovações de acordo com os feedbacks, recebidos principalmente dos parceiros e atletas participantes, da prova através das Redes Sociais e por e-mail. Também realizamos na primeira reunião administrativa posterior a ação, a avaliação do evento, a partir da visão de nossos colaboradores.

2.2 Indicar e apresentar (se houverem) os instrumentos utilizados (questionários, pesquisas, entrevistas, etc.) e periodicidade de aplicação.

Em parceria com a Associação de Corredores do Estado do Amazonas - AGCORAM, recebemos posteriormente ao evento uma pesquisa de satisfação. A pesquisa tem como principal objetivo, colher todas as informações necessárias dos participantes, e os pontos positivos ou negativos, de modo que todos sejam vistos e avaliados, com a finalidade de contribuir para o processo de melhoria contínua do evento. A pesquisa é realizada através de um link via google forms que foi respondida por Líderes de Equipe de Corrida e corredores cadastrados na AGCORAM.



Data/hora	Quais foram os pontos mais importantes do evento?	Descreva aqui pontos positivos	Alguns comentários adicionais específicos que pode ser melhorado ou adicionado ao evento	Na sua opinião o que faltou no evento	Descreva aqui pontos negativos	Nome (opcional)
5/22/2023 9:13:44	Cronometragem e Montagem do evento.	Horário, hidratação.		N/A	Cronometragem, Meia Maratona não tinha a medida oficial (21,1 km); faltou 200 metros.	
5/22/2023 9:16:34		Evento massa		Muito água para os corredores de 21km	Muito água para os 21km	Nina
5/22/2023 9:20:30	O ponto mais importante é julgar! Menos aos atletas que não disputam esse lugar, todos queriam disputar esse momento. Então a demora, tempo em trânsito, falta de organização na cronometragem desagrada demais. Acho que não seria totalmente desnecessária!	O percurso é perfeito! Animação de palco legal!	Local para barracas precisa de espaço! Precisamos entrar com os carros e deixar a rede assim! Tudo é muito pesado! Imagino: os PCD's a dificuldade de transporte de material sem espaço?	Hidratação aos que demoram mais tempo no percurso! O evento tem que oferecer água até o último atleta! Isso é insustentável! Falar água!	Falta de hidratação! Local das barracas super favelado e pouco todo! Cronometragem errada, e atrasada, pois até agora não temos os tempos.	
5/22/2023 9:24:10	Todos	Localidade e organização do evento!	Nada	Nada	Nenhum	Ostair
5/22/2023 9:25:56	Bastante participantes.	Os horários estabelecidos.	A separação do local dos km	Premiação mais adequadas aos atletas.		Angelo Junior dos Santos Oliveira
5/22/2023 9:36:25	A canal!	Apoio médico estava constante!		Muito organização na premiação!	Problemas com o tempo dos atletas!	

3. Orçamento

Com base no Planejamento Financeiro Anual da Instituição, é reservado um valor específico para a realização do evento, além deste procuramos outras fontes para viabilizar a corrida são elas: Patrocínio de Parceiros e venda dos kits do atleta aos participantes.

				TOTAL	R\$352.973,48
ENTRADAS MEIA MARATONA SUSTENTÁVEL 2023	RECEITA			VENDIDOS TICKET	2013
INSCRIÇÕES - TICKET AGORA	R\$223.359,45			VENDIDOS CENTEC	478
INSCRIÇÕES - CENTEC	R\$29.227,50			TOTAL	2491
PATROCÍNIO - PRODIMAGEM	R\$5.000,00				
TOTAL RECEITA	R\$257.586,95				
DESPESA ATUAL	R\$352.973,48				
RECEITA	-R\$95.386,53				
<hr/>					
APOIO					
ENTRADAS	VALORES	APOIO	TOTAL		
PALCO CONCENTRAÇÃO 8X5	R\$3.200,00	PREFEITURA	R\$7.390,00		
SISTEMA DE SONORIZAÇÃO COMPLETO COM TODO MATERIAL DE PALCO CAIXA DE BAIXO, GUITARRA, BATERIA - 3 MICROFONES	R\$2.000,00	PREFEITURA			
BACKDROP 5X3 (CONCENTRAÇÃO)	R\$1.200,00	PREFEITURA			
BACKDROP 3X3 PODIUM	R\$990,00	PREFEITURA			
PÓRTICO 8,20x4,6	R\$2.700,00	FAAR	R\$5.900,00		
10 BANHEIROS QUÍMICOS (2 DEFICIENTES)	R\$3.200,00	FAAR			
PERMUTA EM TINTAS	R\$10.000,00	ALTEZA	R\$10.000,00		
TOTAL GERAL			R\$23.290,00		



Kit do atleta



Kit do atleta



Kit do atleta

3.1 Análise financeira

A corrida representa um investimento, sendo uma ação que propagamos nossos valores, e ganhamos visibilidade perante a sociedade. Apesar dos kits serem comprados pelos participantes, e perseguirmos uma Meta de Cotas de Parceiros como ela não se paga.

Com base no orçamento anual, o investimento realizado pelo CENTEC foi de 95.386,53 para promoção da atividade. Conforme prestação abaixo:

ENTRADAS MEIA MARATONA SUSTENTÁVEL 2023	RECEITA
INSCRIÇÕES - TICKET AGORA	R\$223.359,45
INVESTIMENTO CENTEC	R\$95.386,83
INSCRIÇÕES -CENTEC	R\$29.227,50
PATROCÍNIO - PRODIMAGEM	R\$5.000,00
TOTAL RECEITA	R\$352.973,78
DESPESA ATUAL	R\$352.973,48

4. Indicadores acadêmicos – indicar e apresentar

Não temos indicador para este item.

4.1 Indicadores de produtividade e/ou de satisfação dos colaboradores

Nossos colaboradores sentem-se muito felizes e empenhados em fazer parte deste grande evento, sendo um momento dinâmico e interativo, além de proporcionar oportunidade de estreitar laços relacionamento interpessoal e engajamento. Por isso, deixamos que eles se candidatem a participarem, já que frisamos que a escolha é deles, correr, apreciar ou participar como Staff do evento e apoio direto aos atletas. O mais gratificante é ter 90% dos nossos colaboradores dispostos a participarem.



4.2 Indicadores de satisfação de clientes

Nossos atletas registraram mensagens positivas em nossas redes sociais sobre a participação no evento.



4.3 Indicadores de captação de clientes

Nossas ações neste quesito não se restringem a alunos, mas a sociedade em geral.

4.4 Resultados obtidos junto à comunidade

Com o evento realizamos a conscientização da Preservação do meio ambiente e a Qualidade de Vida, a Inclusão de Pessoas Portadoras de Deficiência. Nos meses que antecedem a Meia Maratona Sustentável, também são realizadas Blitz Ambientais na faixa liberada da Ponta Negra e na Av. Djalma Batista, onde são distribuídas mudas de plantas frutíferas e ornamentais e cartilhas sobre cuidado e prevenção ao meio ambiente em parceria com alunos e professores do CENTEC. Também realizamos ao término do evento um show cultural, enaltecendo a participação de artistas regionais.

Esta prática nos permite vivenciar e promover momentos incríveis, anualmente realizamos a inscrição solidária de mais de 50 integrantes do grupo de corrida Jungler Runners, onde os atletas cadeirantes, juntamente com seus familiares ganham a possibilidade de participar do evento e superar os seus limites. Nosso maior prêmio, vem na forma de um sorriso, ao ver pais e filhos unidos por um objetivo comum.





4.5 Indicadores de Sustentabilidade

Nos meses que antecedem a Meia Maratona Sustentável, também são realizadas Blitz Ambientais na faixa liberada da Ponta Negra e na Av. Djalma Batista, onde são distribuídas mudas de plantas frutíferas e ornamentais e cartilhas sobre cuidado e prevenção ao meio ambiente em parceria com alunos e professores do CENTEC. No dia do evento, distribuimos mais de 2000 mudas de plantas (medicinais, artesanais e frutíferas). Além disso, todo o lixo produzido no evento é destinado a Associação de Catadores do Município para reciclagem. Neste dia, não realizamos queima de fogos, visto que os artifícios emitem poluentes significativos, como fuligem, dióxido de enxofre, dióxido de nitrogênio e mercúrio, o que aumenta em 71,6% a concentração de substâncias poluentes no ar. Também realizamos a destinação correta do lixo produzido durante o evento em parceria com a Residuum.

CERTIFICADO
DE DESTINAÇÃO DE RESÍDUOS

MADCO SERVIÇOS DE ENGENHARIA AMBIENTAL EIRELI CNPJ: 30.947.863/0001-80

Fornecedor	Centro de Ensino Técnico - CENTEC
Endereço	Av.: Djalma Batista Nº 646
CNPJ	10904466000175
Mês / Ano	Maio de 2022

Certificamos para os devidos fins a destinação dos resíduos sólidos recicláveis do referido empreendimento no evento **Meia Maratona Sustentável** realizado no dia 15 de Maio de 2022. Os materiais abaixo citados, com suas respectivas quantidades e tipologias, são destinados à **Associações de Catadores de Resíduos Recicláveis ou Empresas de Reciclagem de Manaus** para o processo de reciclagem. Todos os processos foram realizados de acordo com os parâmetros estabelecidos na Lei nº 12.305/10 - Política Nacional de Resíduos Sólidos.

Caracterização		QUANTIDADE Kg/L	Estado	Destinação
ITEM	NOME/COMPOSIÇÃO			
1	PAPEL/PAPELÃO	154	SÓLIDO	Remanufatura para embalagens
2	PLÁSTICO	92,9	SÓLIDO	Remanufatura para embalagens
4	METAL	0,85	SÓLIDO	Reciclagem
5	VIDRO	3,8	SÓLIDO	Reciclagem
6	REJEITO	76	SÓLIDO	Aterro Sanitário

Os materiais destinados ao Aterro Sanitário de Manaus são enviados devido a ausência de beneficiadores na cidade Manaus, não havendo até o presente momento solução de reciclagem viável para a destinação dos mesmos.

Manaus, 24 de maio de 2022.

MAURÍCIO BORREIRA
Engenheiro Ambiental
Pós-Graduado em Gestão Ambiental

*Esta empresa faz parte do ecossistema de Inovação do Amazonas.
**Estratégia relevante no programa de sustentação para a iniciativa ocean launch.

4.6 Impacto na marca da instituição

Essa atividade nos possibilita estimular a mudança prática de atitudes e a formação de novos hábitos com relação a utilização dos recursos naturais e a qualidade de vida, favorecendo a reflexão sobre a nossa responsabilidade com o meio em que vivemos, com o engajamento da comunidade na construção de um ambiente sustentável.

5. LIÇÕES APRENDIDAS

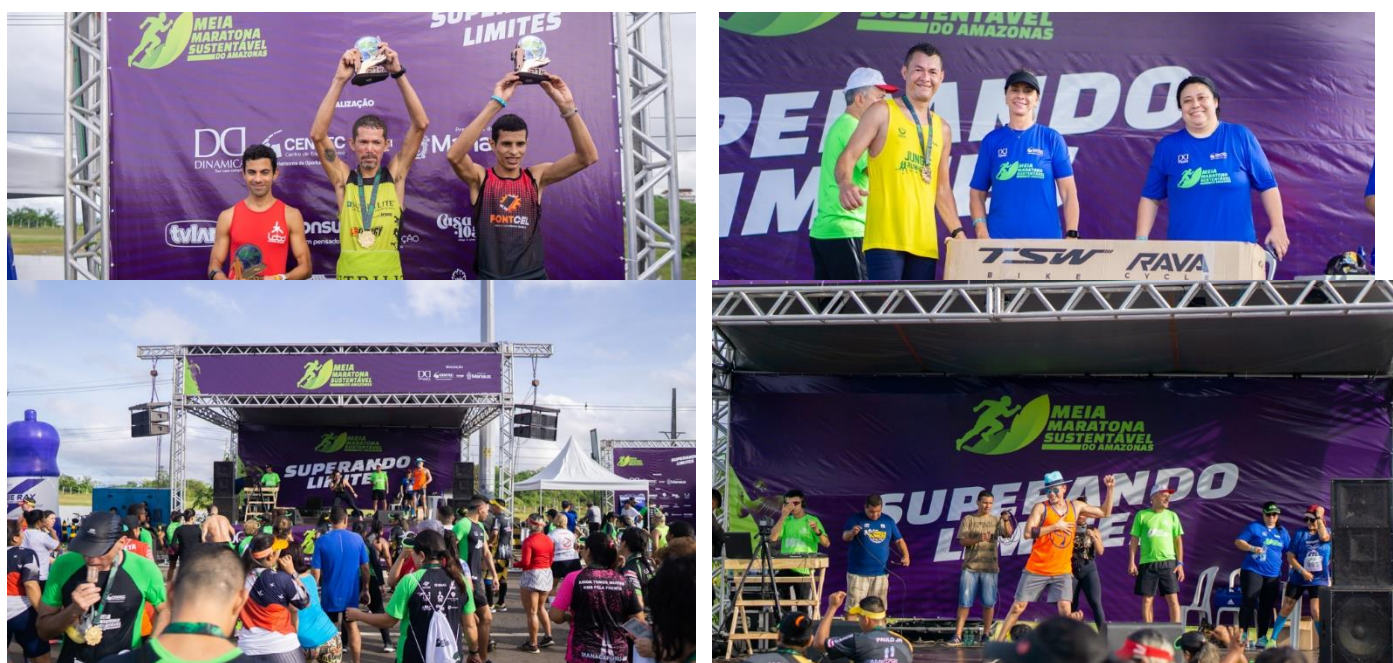
Tivemos uma experiência quanto a cronometragem, que não atendeu as expectativas, desta forma para este ano, teremos uma equipe específica para tal atividade. Todos os anos nos preparamos para oferecer aos nossos atletas uma experiência única, alinhando a prática esportiva, a conscientização ambiental com a educação técnica profissional.

6. AÇÕES DE CONTINUIDADE

A Meia Maratona Sustentável em sua 5ª Edição, compõe o calendário de corridas do Estado do Amazonas, sendo uma das provas mais aguardadas entre os atletas e participantes do evento. Nossa perspectiva é fortalecer e incentivar a corrida de rua e a conscientização ambiental.

A cada ano proporcionar oferecemos oficinas e ações temáticas, em nossos campos de atuação internamente e externamente aos nossos Colaboradores, Docentes, Discentes e Atletas, bem como a sociedade em Geral.

A humanidade vive um momento crucial, em que qualquer mudança de comportamento pode afetar nossa vida num futuro próximo, e, por isso, a educação ambiental é essencial para que seja construída uma sociedade capaz de produzir transformações. Acreditamos na força desse projeto, apostamos nas sementes de empoderamento e da tomada de consciência de jovens e adultos sobre as necessidades ecológicas que nossa sociedade precisa, é necessário agir e construir futuros melhores.





Vídeos Oficiais:

https://youtu.be/NpsFGWy-b34?si=iKiZt_ZzMXIYKgR

https://youtu.be/_1qAMzttYPk?si=QxktURgOkmJAGdU6

https://youtu.be/IVq32QOygUE?si=4RfG2n8VTUm6_SUt

Links (Matérias):

<https://emtempo.com.br/133528/esporte/meia-maratona-sustentavel-do-amazonas-tera-premiacao-em-dinheiro-e-bolsas-de-estudos-2/>

<https://www.acritica.com/esportes/vencedores-da-meia-maratona-sustentavel-do-amazonas-2022-1.269998>

<https://d24am.com/esportes/mas-de-23-mil-atletas-disputam-a-meia-maratona-sustentavel-do-am-neste-domingo/>

7. ANEXOS


7.1 Flyers de Conscientização Ambiental

Veja as 10 dicas importantes para preservar o

MEIO AMBIENTE:



- 1. Preserve as árvores.** Não realize podas ilegais e nunca desmate uma área. É importante também não colocar fogo em propriedades para não atingir matas preservadas.
- 2. Cuide bem dos cursos de água.** Nunca jogue lixo em rios, lagos e outros ambientes aquáticos e, principalmente, preserve a mata em volta desses locais. Essa mata protege contra erosão e assoreamento.
- 3. Não pesque em épocas de reprodução.** Obedeça às regras que indicam a quantidade de pescado permitida. Também é importante não realizar a caça ilegal.
- 4. Nunca compre animais silvestres sem registro.** Ao comprar animais ilegais, você está contribuindo para o tráfico de animais, um problema mundial que afeta a biodiversidade de uma região, podendo até mesmo levar espécies à extinção.
- 5. Cuide bem do seu lixo.** Nunca jogue lixo no chão. Busque sempre o destino adequado para o lixo. Separar o lixo reciclável é importante para diminuir a quantidade de lixo nas grandes cidades.

INSCRIÇÕES ABERTAS
pelo site ticketagora.com.br



- 6. Reutilize, reaproveite e recicle tudo que for possível.** Caixas e plásticos, por exemplo, podem ser reutilizados para acondicionar alguns objetos. Roupas que você não utiliza mais podem ser doadas. Alguns produtos podem virar itens de decoração. O importante é sempre ter em mente que quanto mais diminuirmos a nossa produção de lixo, mais preservamos o meio ambiente.
- 7. Reduza o consumo de água.** Para isso, basta criar maneiras de aproveitar melhor água, como reutilizar a água da máquina de lavar, armazenar a água da chuva, não lavar calçadas com água e diminuir o tempo de banho.
- 8. Reduza o consumo de energia elétrica.** Evite o consumo exagerado, lembre-se sempre de deixar aparelhos desligados quando não estiverem sendo usados e apagar as luzes que estão iluminando ambientes desnecessários.
- 9. Evite andar apenas de carro.** Os carros poluem o meio ambiente, por isso, sempre que possível, opte por deixar o carro em casa. Você sempre pode optar por utilizar o transporte público de sua região, criar sistemas de caronas, andar de bicicleta ou ainda ir a pé, dependendo da distância a ser percorrida.
- 10. Ensine boas práticas ambientais a seu filho.** No futuro ele vai lhe agradecer e perceber que você teve um ato de amor preservando o planeta em que ele vive!

Informações:
(02) 99223-1580 | 3269-6078
www.centec-am.com.br
meiamaratonasustentavel@centec-am.com.br

  @centecam



RESÍDUUM

CENTEC

MEIA MARATONA SUSTENTÁVEL

Somos uma STARTUP focada na gestão do ciclo de vida de produtos pós-consumo. E junto com você **vamos reciclar** os resíduos gerados no evento.

FAÇA A SUA PARTE

NÃO JOGUE O SEU LIXO NO CHÃO



- Antes da Largada procure o Ponto de coleta de Resíduos e descarte conforme a cor do material;
- Durante o percurso do evento teremos 10 pontos de coleta para o descarte dos copos de água;
- Depois do evento uma cooperativa irá coletar os recicláveis e destinar corretamente.



FIQUE ATENTO AS CORES DAS LIXEIRAS



EVITE MISTURAR OS MATERIAIS E DESCARTE NO PONTO DE COLETA MAIS PRÓXIMO!

www.residuum.com.br



7.2 Relatório de Mídia – Assessoria de Comunicação

- PRODUÇÃO DE RELEASES
- COBERTURA
- INSERÇÕES EMPLACADAS
- RESULTADOS POR EQUIVALÊNCIA






RELEASES PRODUZIDOS:

- MEIA MARATONA SUSTENTÁVEL DO AMAZONAS CONFIRMADA PARA 15 DE MAIO
- MAIS DE 2,3 MIL ATLETAS DISPUTAM A MEIA MARATONA SUSTENTÁVEL DO AM
- VENCEDORES DA MEIA MARATONA SUSTENTÁVEL DO AMAZONAS 2022
- NOTAS PARA COLUNISTAS

COBERTURA

Produção de fotos jornalísticas para divulgação da Meia Maratona Sustentável do Amazonas

NÚMERO DE INSERÇÕES EMPLACADAS



Webs	35
Jornais	6
TV's	1

DESTAQUES EM COLUNAS

MA RA TO NA

Está confirmada, para o dia 15 de maio, a 3ª Meia Maratona Sustentável do Amazonas. O evento, promovido pelo Centro de Ensino Técnico (Centec), ficou suspenso devido à pandemia, mas volta com todo gás para movimentar a cena esportiva. Com percursos de 6, 10 e 21 quilômetros, a prova pretende reunir em torno de 2 mil atletas, com largada às 5h30. Podem participar pessoas de ambos os sexos, profissionais e amadoras, inclusive acima de 60 anos, além de cadeirantes e portadores de deficiência visual.

Repercutiu nos jornais: Agora, Em Tempo, Diário do Amazonas e Jornal do Commercio.

Entre blogs e portais estão: Portal A Crítica, Em Tempo, Maskate TV News, Correio da Amazônia, Marcela Rosa, Imediato e Diário Manauara.

CORRIDA

Meia Maratona Sustentável confirmada

Após dois anos de pausa por conta da pandemia de Covid-19, a 3ª Meia Maratona Sustentável do Amazonas está confirmada para o próximo dia 15 de maio. A direção do Centro de Ensino Técnico (Centec), que promove a corrida, informa que o evento esportivo vai ocorrer na ponte Jornalista Philippe Dacu, mesmo local das edições anteriores.

Com percursos de 6, 10 e 21 quilômetros, a prova pretende reunir em torno de 2 mil atletas, com largada às 5h30. Podem participar pessoas de ambos os sexos, profissionais e amadoras, inclusive acima de 60 anos, além de cadeirantes e portadores de deficiência visual.

"Será um momento de celebração e, ao mesmo tempo, dependente sobre os cuidados com o meio ambiente", afirma a diretora técnica pedagógica do Centec, Eliana Cássio de Souza.

Até o momento em que precisou ser adiada pela terceira vez, em 2021 a Meia Maratona já contou com 1450 inscrições, que foram automaticamente transferidas para a nova data, em maio deste ano, sem qualquer custo adicional. Ainda há vagas para quem deseja se inscrever.

Saúde e educação

Apassionada por esportes, a diretora técnica do Cento de Ensino Técnico (Centec), Eliana Cássia de Souza, está entre as organizadoras da 3ª Meia Maratona Sustentável do Amazonas.

A corrida está marcada para o próximo dia 15 de maio, às 5h30, com largada na ponte Jornalista Phelippe Daou.

MARATONA

Eliana Cássia de Souza, diretora do Centec, comemora o retorno da Meia Maratona Sustentável do Amazonas. Entusiasta da saudabilidade e do cuidado com o meio ambiente, ela considera o evento uma festa de volta à vida, após a queda de casos de covid-19 em decorrência da vacina. A corrida ocorre neste domingo (15), a partir das 5h30, na ponte Jornalista Phelippe Daou.

Sustentável

Eliana Cássia de Souza, diretora do Centec, comemora o retorno da Meia Maratona Sustentável do Amazonas. Entusiasta da saudabilidade e do cuidado com o meio ambiente, ela considera o evento uma festa de volta à vida, após a queda de casos de covid-19 em decorrência da vacina. A corrida ocorrerá no dia 15 de maio, na ponte Jornalista Phelippe Daou.



Entusiasta da vida saudável, a diretora do Centec Eliana Cássia, comemora o retorno da "Maratona Sustentável" coordenada pelo Centro, após dois anos. O evento é neste domingo e reúne mais 2,3 mil atletas em Manaus.

Saudável

Celebrando a vida e o meio ambiente, ocorre no domingo (15) a terceira edição da Meia Maratona Sustentável do Amazonas, promovida pelo Centec. Eliana Cássia de Souza, diretora da escola, está radiante com a realização do evento esportivo, interrompido por dois anos devido à pandemia. A largada será às 5h30, na ponte Jornalista Phelippe Daou.

RESULTADO POR EQUIVALÊNCIA

confirmada para 15 de maio

Após dois anos de pausa por conta da pandemia de Covid-19 a 3ª Meia Maratona Sustentável do Amazonas está confirmada para o próximo dia 15 de maio. A direção do Centro de Ensino Técnico (Centec) que promove a corrida informa que o evento esportivo vai ocorrer na ponte Jornalista Phelippe Daou, mesmo local das edições anteriores.

Com participação de 6,10 e 21 quilômetros, a prova pretende reunir em torno de 2 mil atletas, com largada às 5h30. Podem participar pessoas de ambos os sexos, profissionais e amadores, inclusive acima de 60 anos, além de colaboradores e portadores de deficiência visual.

Esse retorno representa uma festa de volta à vida e a retomada das ações esportivas, das contratações e dos abraços. Temos também a intenção de trazer neste



A prova pretende reunir em torno de 2 mil atletas.

Divulgação

Os preços variam de R\$50 a R\$150, dependendo da disponibilidade de lotes e da modalidade escolhida.

Confiança

Com mais de 70% da população do Estado imunizada com o mRNA, uma dose da vacina contra Covid-19 o Centec está confiante que essa terceira edição da Meia Maratona Sustentável do Amazonas será ainda mais bem sucedida que as anteriores. E melhor: o gostinho de vitória não será apenas para aqueles que ocupem os primeiros lugares no pódio, mas para todos que participarem a longa corrida pela vida nesses últimos dois anos e que comemoram agora a chegada à reta final, com a confiança de que muitas vitórias ainda virão.

A Meia Maratona Sustentável do Amazonas pretende fortalecer o convívio da

naus, once o Centec já atua há 12 anos, e incentivar em seus alunos e na sociedade em geral as boas práticas de saúde e qualidade de vida.

Em 2022, a prova conta com o patrocínio oficial da Diretoria e apoio da Mitsubishi, Hendrix Passos - HP, Casa 105 - Atlega, Empório Di Grano, Blue Rey, A La Estação Turano, Minas Edifício, Yara, Café Santa Clara, GB Amazon, Integra - Clínica de Psicologia e Saúde, Lobo Assessoria Esportiva e Seminas (Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Sustentabilidade).

Temos espaços especiais para o público motivado por nossos apoiadores, e faremos a distribuição de mudos de diversos tipos de árvores, doadas pela Seminas, lindas e com certeza de mantendo do Centec, Daniele Casurra. Ela acrescenta que no dia de sua

Espaços ocupados

