



REGULAMENTO N. 01/2026 - DIPSA/DMEST/SUGEP/SPGG

TREINO TRI - SEGUNDA EDIÇÃO

O Treino Tri é um projeto de promoção à saúde dos servidores, criado pela Secretaria de Planejamento, Governança e Gestão (SPGG) em parceria com o Wellhub. O projeto tem como objetivo incentivar a prática regular de atividade física e a adoção de hábitos saudáveis entre os servidores públicos estaduais.

Além das ações de promoção da atividade física, esta edição do Projeto Treino Tri tem como objetivo realizar o mapeamento de indicadores de saúde, qualidade de vida, hábitos de vida e nível de atividade física dos servidores da Administração Direta do Estado. Os dados coletados subsidiarão o planejamento de futuras ações institucionais de promoção da saúde e prevenção de agravos, observadas as normas de proteção de dados pessoais.

Nesta segunda edição, o projeto contemplará duas modalidades de participação:

I - Servidores com disponibilidade para participação nos treinos presenciais realizados em Porto Alegre/RS, com preparação para a Corrida do Servidor na categoria de 3 km;

II - Servidores lotados ou residentes em municípios do interior do Estado, que participarão recebendo plano de serviços na plataforma disponibilizado pelo Wellhub a ser usado a seu critério visando atingir os objetivos do programa.

Os participantes de ambas as modalidades serão selecionados mediante critérios definidos neste regulamento, com foco na promoção da saúde, redução do sedentarismo e estímulo à prática regular de atividade física.

1. COMISSÃO ORGANIZADORA

1.1 A Comissão Organizadora do projeto será composta por 06 servidores do Departamento de Perícia Médica e Saúde do Servidor – DMEST, sendo 3 titulares e 3 suplentes, com a finalidade de planejar, coordenar, executar e acompanhar todas as etapas do projeto, incluindo o processo de seleção dos participantes, o monitoramento das atividades e a avaliação dos resultados.

2. OBJETIVO

2.1 Estimular e promover melhoria da qualidade de vida dos servidores públicos do Estado do Rio Grande do Sul;

2.2 Redução do sedentarismo entre os participantes, incentivando hábitos saudáveis, integração social e melhoria da saúde física e mental.

2.3 Produzir diagnóstico do perfil de saúde dos servidores da Administração Direta do Estado do Rio Grande do Sul, por meio da coleta e análise de informações sobre qualidade de vida, atividade física e hábitos de saúde, visando subsidiar futuras ações e políticas de promoção da saúde do servidor.

3. PÚBLICO- ALVO

3.1 O projeto destina-se aos servidores públicos da Administração Direta do Estado do Rio Grande do Sul, observadas as seguintes modalidades de participação:

I – **Treino Tri Metropolitano**: destinado a servidores lotados ou residentes na Região Metropolitana de Porto Alegre, classificados como sedentários conforme os critérios estabelecidos neste regulamento, com disponibilidade para participar dos treinos presenciais e compromisso de participar da Corrida do Servidor na categoria de 3 km. Os participantes selecionados serão beneficiários de plano disponibilizado pelo Wellhub e de treinos presenciais realizados por parceiro indicado pela plataforma.

II – **Treino Tri Interior**: destinado a servidores lotados ou residentes nos demais municípios do Estado do Rio Grande do Sul, que atendam aos requisitos previstos neste regulamento. Os participantes selecionados serão beneficiários de plano disponibilizado pelo Wellhub, podendo utilizar os serviços e benefícios disponíveis conforme as condições e funcionalidades previstas no plano ofertado e parceiros disponíveis em sua região.

3.2 Serão disponibilizadas 30 vagas para a modalidade Treino Tri Metropolitano e 30 vagas para a modalidade Treino Tri Interior; sendo 30 suplentes em cada modalidade.

3.3 A participação na modalidade Treino Tri Metropolitano, prevista no inciso I do item 3.1, está condicionada à classificação do servidor como sedentário, nos termos do item 4.2.5 deste regulamento.

3.3.1 A classificação será realizada a partir das informações autodeclaradas encaminhadas no ato da inscrição. A análise será realizada posteriormente conjuntamente com os critérios de participação do programa e a relação dos elegíveis será publicada no site do projeto.

3.4 A participação na modalidade Treino Tri Interior, prevista no inciso II do item 3.1, não exige a classificação do servidor como sedentário, sendo destinada aos servidores que realizarem regularmente sua inscrição e responderem aos instrumentos de avaliação de saúde previstos no projeto.

3.5 É vedada a participação dos servidores contemplados no programa "Treino Tri – 1ª Edição".

3.6 Também é vedada a participação de servidores designados formalmente como Gestores ou Fiscais (titulares e suplentes) do Termo de Cooperação nº 4784/2024, bem como de ocupantes de cargos da Alta Gestão com poder decisório e signatários do referido Termo, a fim de evitar situações que possam gerar conflitos de interesse.

4. METODOLOGIA

4.1 O Treino Tri Segunda Edição, no que tange as ações destinadas a estimular e promover melhoria da qualidade de vida dos servidores públicos do Estado do Rio Grande do Sul e redução do sedentarismo entre os participantes, incentivando hábitos saudáveis, integração social e melhoria da saúde física e mental, se organizará por meio de dois tipos de intervenções oferecidas especificamente para cada modalidade de participação do programa.

4.2 Treino Tri Metropolitano

4.2.1 O Treino Tri Metropolitano contará com monitoramento dos participantes realizado por profissional de Educação Física vinculado a parceiro da plataforma Wellhub, responsável pela condução técnica das atividades previstas para a modalidade.

4.2.2 Será realizada escuta qualificada com cada participante, seguida de uma anamnese individual. Com base nessas informações, será construído um plano de ação personalizado, considerando o nível de condicionamento, metas e possíveis limitações.

4.2.3 Durante o projeto, o profissional de Educação Física realizará encontros semanais presenciais para acompanhar o progresso, identificar desafios e potencialidades, a fim de ajustes nos treinos. O foco será manter a motivação, garantir a adesão e promover a evolução gradual.

4.2.4 A identificação do sedentarismo será realizada a partir das informações prestadas pelo servidor no ato da inscrição.

4.2.5 A classificação do sedentarismo será realizada prioritariamente com base no IPAQ, sendo os resultados do SF-36 utilizados como informações complementares para caracterização do perfil de saúde dos participantes.

4.2.5.1 Questionário IPAQ (International Physical Activity Questionnaire – versão curta):

- a. Não tenha realizado atividades físicas vigorosas ou moderadas por pelo menos 10 (dez) minutos contínuos em nenhum dia da semana anterior à aplicação do questionário;
- b. Tenha realizado apenas caminhadas leves, com tempo total inferior a 150 (cento e cinquenta) minutos semanais;
- c. Apresente tempo elevado de permanência sentado(a) durante os dias úteis, conforme autorrelato.

4.2.5.2 Questionário SF-36 (Qualidade de Vida) como indicadores complementares de sedentarismo:

- a. Relato de dificuldades para realizar atividades físicas moderadas ou vigorosas;
- b. Frequente sensação de cansaço, desânimo ou esgotamento;
- c. Interferência da saúde física ou emocional nas atividades sociais e profissionais.

4.2.6 Os treinos e orientações de saúde e bem-estar ocorrerão de forma presencial e on-line.

4.2.7 Os selecionados, após o início do projeto, terão acesso por 60 dias ao plano *Diamond+* na plataforma Wellhub (sem custos ao usuário) e a um plano de treinos personalizados presenciais orientados por profissional habilitado, por meio da assinatura oferecida pelo WellHub.

4.2.8 O Plano de Treino Personalizado considerará o perfil e os objetivos de cada participante. Nesse plano, haverá um acompanhamento individualizado por profissional de Educação Física especializado e a possibilidade de acessos às academias e às atividades escolhidas pelos servidores por meio do Wellhub, conforme plano de assinatura.

4.2.9 O servidor participante deverá ter disponibilidade para frequentar os treinos presencialmente, pelo menos duas vezes por semana, em Porto Alegre, em local a ser definido pelo WellHub.

4.2.10 O participante que não comparecer a 20% do quantitativo dos encontros presenciais previstos, será desligado automaticamente do projeto e o seu desligamento será comunicado por e-mail.

4.2.11 A substituição dos participantes observará as regras de convocação de suplentes previstas na Seção 7 deste Regulamento, podendo ocorrer somente nos primeiros 15 (quinze) dias após o início das atividades do programa.

4.2.12 Os participantes do Treino Tri Metropolitano serão submetidos a avaliações presenciais realizadas por unidade técnica responsável pelas avaliações físicas instrumentadas do

programa, destinadas à verificação das condições físicas dos participantes e à mensuração dos resultados obtidos ao longo da intervenção.

4.2.13 A proposta de treino será estruturada em três fases: (1) adaptação, com foco em mobilidade, fortalecimento articular e caminhadas leves; (2) desenvolvimento, com treinos intervalados de corrida e fortalecimento muscular funcional; e (3) consolidação, com aumento gradual da intensidade e simulações da prova de 3 km. Cada fase será conduzida e ajustada conforme a evolução individual.

4.2.14 Nesta modalidade, serão selecionados 30 servidores participantes e até 30 suplentes, a partir dos elegíveis.

4.2.14.1 Será considerado elegível o servidor classificado como sedentário, conforme previsto no item 4.2.5, e cumprir os requisitos mínimos para considerar a inscrição válida.

4.2.15 Será obrigatória a realização de, pelo menos, uma consulta mensal com serviço de nutrição disponível na plataforma, durante a realização dos treinamentos.

4.3 Treino Tri Interior:

4.3.1 No Treino Tri Interior, os selecionados, após o início do projeto, terão acesso por 60 dias ao plano *Gold+* na plataforma Wellhub (sem custos ao usuário), selecionando serviços e profissionais disponíveis na assinatura oferecida pelo WellHub. Considerando a finalidade de ampliar o acesso dos servidores do interior a ações de promoção da saúde, a seleção dessa modalidade não estará condicionada à classificação de sedentarismo.

4.3.2 Os selecionados para o Treino Tri Interior poderão escolher, na plataforma, os prestadores de serviços e serviços digitais que julgar adequado para seus objetivos, com vistas a estabelecer mudança de hábitos e uma vida ativa.

4.3.3 Os participantes do Treino Tri Interior deverão realizar a autoavaliação final do programa, por meio de questionário eletrônico submetido pela coordenação do programa.

4.3.4 Serão convidados a participar da corrida do servidor, na modalidade que acharem mais adequada a sua capacidade física.

4.3.5 Nesta modalidade, serão selecionados 30 servidores participantes e até 30 suplentes, a partir dos elegíveis.

4.3.6 Os servidores participantes da modalidade Treino Tri Interior, deverão realizar pelo menos três check-ins semanais, sendo no mínimo de duas atividades presenciais nas unidades credenciadas pelo WellHub.

4.3.6.1 Os servidores poderão realizar o terceiro check-in online, caso desejarem.

4.3.6.2 Os servidores que não dispuserem em sua localidade de prestador de serviços para realizar a prática presencial, mediante justificativa, poderão realizar os seus treinamentos somente por meio de serviços online.

4.3.6.3 Os participantes poderão conhecer a rede de serviços credenciada pelo WellHub em sua região, por meio do link <https://wellhub.com/pt-br/search/>

4.3.7 Será obrigatória a realização de, pelo menos, uma consulta mensal com serviço de nutrição disponível na plataforma, durante a realização dos treinamentos.

4.3.8 Os participantes que realizarem todos os check-ins em conformidade com o previsto na metodologia do programa, estarão aptos a concorrer a premiação prevista para a modalidade ao final do programa.

4.3.9 A substituição dos participantes observará as regras de convocação de suplentes previstas na Seção 7 deste Regulamento, podendo ocorrer somente nos primeiros 15 (quinze) dias após o início das atividades do programa.

4.4 Para a recepção dos participantes será realizada uma ação de boas-vindas com apresentação do projeto e orientações técnicas. Evento presencial destinado ao Treino Tri Metropolitano será presencial, e o evento destinado aos participantes do Treino Tri Interior será realizado online.

4.5 Será disponibilizado aos selecionados um e-book e acessos on-line pela plataforma Wellhub aos apps de nutrição e apoio psicológico, conforme plano de assinatura contemplado.

5. DOS BENEFÍCIOS:

5.1 Modalidade Treino Tri Metropolitano

- Plano *Diamond+* e acompanhamento por profissional de educação física indicado pela WellHub;

5.2 Modalidade Treino Tri Interior

- Plano *Gold+* e seleção de serviços e de profissionais disponíveis na assinatura oferecida pelo WellHub;

5.3 Os planos *Diamond+* e *Gold+* constituem benefícios adicionais disponibilizados pela Wellhub para esta edição do Programa Treino Tri, observadas as condições definidas pela própria empresa e sem transferência de recursos públicos estaduais.

6. DA INSCRIÇÃO:

6.1 O projeto terá início com a abertura das inscrições, conforme cronograma, por meio do preenchimento cumulativo do Formulário de Inscrição, do Questionário de Qualidade de Vida (SF –36) e do Questionário IPAQ (International Physical Activity Questionnaire – versão curta).

6.2 O servidor deverá identificar a modalidade de participação no ato da inscrição.

6.3 As inscrições deverão ser realizadas através do link <https://planejamento.rs.gov.br/treino-tri> em período estabelecido no cronograma constante na seção 15.

6.4 O preenchimento dos questionários de saúde é aberto a todos os servidores do Governo do RS. Mas somente serão consideradas válidas, para fins de participação do programa, as inscrições que cumprirem os seguintes requisitos básicos:

I - Ser servidor público do Estado do Rio Grande do Sul, da Administração Direta;

II - Ser assinante da plataforma Wellhub em qualquer plano, inclusive o plano digital gratuito (<https://planejamento.rs.gov.br/como-aderir>);

III - Estar apto para a realização de atividades físicas.

6.5 Ao acessar o link de inscrição, o servidor deverá preencher corretamente o formulário com todos os dados solicitados, e inserir, obrigatoriamente, um e-mail individual válido e ativo para recebimento de informações.

6.6 No ato de inscrição o servidor deverá autorizar o direito de uso de sua imagem relacionada ao projeto Treino Tri, caso seja selecionado.

6.7 Cabe, ainda, ao responsável pela inscrição, manter-se informado acerca de todo o processo, através do link oficial <https://planejamento.rs.gov.br/treino-tri>.

6.8 No ato da inscrição, ao concordar com este regulamento, o servidor participante aceita os seus termos e se responsabiliza pela sua participação no projeto.

6.9 A inscrição é efetivada mediante o envio do formulário indicado no item 6.1.

6.10 Os nomes dos servidores com as inscrições validas para cada modalidade serão divulgados na página da SPGG (<https://planejamento.rs.gov.br/treino-tri>.) conforme data prevista em cronograma.

6.11 No caso de haver inscrições válidas e nos critérios específicos de cada modalidade, a distribuição das vagas será realizada por meio de sorteio, a ser realizado em datas definidas em cronograma.

6.12 DO MAPEAMENTO DE SAÚDE DOS SERVIDORES

6.12.1 Os questionários de saúde e qualidade de vida integrarão o mesmo instrumento de inscrição do Projeto Treino Tri. No momento do preenchimento, o servidor poderá optar por participar de uma das modalidades do projeto (Metropolitano ou Interior), ou apenas contribuir com o fornecimento de informações para fins de diagnóstico de saúde da população de servidores estaduais.

6.12.2 A SPGG recomendará o preenchimento do instrumento por todos os servidores da Administração Direta do Estado do Rio Grande do Sul, ainda que não tenham interesse em participar das modalidades Treino Tri Metropolitano ou Treino Tri Interior. As informações coletadas subsidiarão o mapeamento do perfil epidemiológico e dos hábitos de vida dos servidores estaduais, contribuindo para o planejamento de ações futuras de promoção da saúde, prevenção de agravos e melhoria da qualidade de vida no serviço público.

6.12.3 A opção de responder apenas aos questionários de saúde e qualidade de vida não caracterizará inscrição no Projeto Treino Tri, nem participação no processo seletivo para as vagas disponíveis.

7. DA SELEÇÃO

7.1 Poderão participar do sorteio os servidores com inscrição válida e considerados elegíveis pela Comissão Organizadora, conforme os requisitos e critérios estabelecidos neste regulamento para cada modalidade.

7.2. O sorteio será realizado de forma pública e transparente, assegurando a objetividade na escolha dos beneficiários, sem qualquer distinção ou privilégio, em observância ao artigo 37, § 1º, da Constituição Federal.

7.3 O sorteio acontecerá na sede do DMEST, **Avenida Borges de Medeiros, nº 1945, 6º andar**, às 10h em data estabelecida conforme cronograma. Será transmitido ao vivo, e sua gravação será disponibilizada na página <https://planejamento.rs.gov.br/treino-tri>

7.4 O resultado do sorteio será divulgado no site da SPGG no link <https://planejamento.rs.gov.br/treino-tri>, conforme data prevista em cronograma.

7.4.1 O sorteio público definirá a ordem de classificação dos participantes titulares e dos suplentes de cada modalidade, observada a quantidade de vagas prevista neste Regulamento.

7.4.2 Para cada modalidade será formada lista de suplentes, em ordem classificatória, observando-se o resultado do sorteio.

7.4.3 Em caso de desistência, desclassificação, impedimento ou não atendimento dos requisitos previstos neste Regulamento por parte do participante titular, será convocado o suplente subsequente da respectiva modalidade, observada rigorosamente a ordem de classificação.

7.4.4 A convocação dos suplentes será realizada por meio do endereço eletrônico informado pelo servidor no ato da inscrição.

7.4.5 O servidor convocado deverá manifestar seu interesse e encaminhar a documentação eventualmente solicitada pela Comissão Organizadora no prazo de até 2 (dois) dias úteis contados do envio da convocação.

7.4.6 A ausência de manifestação do servidor convocado no prazo estabelecido, bem como a não comprovação do atendimento aos requisitos de participação, implicará sua renúncia tácita à vaga, autorizando a convocação do suplente subsequente.

7.4.7 A convocação de suplentes poderá ocorrer apenas até 15 (quinze) dias após o início das atividades do programa, observadas as disposições dos itens 4.2.11 e 4.3.9 deste Regulamento.

7.4.8 Após o prazo previsto no item 7.4.7, as vagas eventualmente decorrentes de desligamento, desistência ou impedimento não serão preenchidas.

7.5 Aplicam-se ao processo seletivo as vedações de participação previstas nos itens 3.5 e 3.6 deste regulamento.

8. DA PARTICIPAÇÃO NO PROJETO

8.1 A desistência pode ser formalizada pelo participante, mediante iniciativa própria, por e-mail para: dipsa@spgg.rs.gov.br.

8.2 Qualquer dúvida relativa ao projeto deverá ser direcionada ao e-mail: dipsa@spgg.rs.gov.br.

9. CORRIDA DO SERVIDOR

9.1 Os participantes da modalidade “Treino Tri Metropolitano” deverão realizar suas inscrições e participar da Corrida do Servidor, percurso de 3 km, se estiverem em condições de saúde para realizar a atividade. Os servidores do Treino Tri Interior serão convidados a participar do evento.

9.2 Os participantes do projeto, durante a Corrida do Servidor, poderão ser acompanhados pela equipe de Comunicação da SPGG para fins de registro institucional das atividades desenvolvidas no âmbito do Programa Treino Tri, observadas as disposições deste Regulamento e as orientações dos órgãos competentes quanto ao uso e divulgação de imagens.

9.3 Ao término da corrida, todos os participantes serão reconhecidos publicamente pela sua participação e engajamento no Projeto Treino Tri, como forma de reconhecimento pelo engajamento e pela evolução apresentada durante o projeto.

10. MONITORAMENTO

10.1 O monitoramento do projeto será realizado pela Comissão Organizadora, que avaliará os ajustes e encaminhamentos necessários.

11. DIVULGAÇÃO E USO DE IMAGENS

11.1. O(a) PARTICIPANTE selecionado(a) aceita e concorda em ter sua imagem divulgada através de fotos, filmes, jornais, revistas, internet, televisão, redes sociais ou qualquer outro meio de comunicação, para fins de registro institucional, documentação das atividades desenvolvidas e divulgação de informações relacionadas ao projeto, observadas as restrições legais aplicáveis à Administração Pública.

11.2. As imagens registradas pela equipe de comunicação destinam-se exclusivamente ao acervo interno e ao registro do projeto, não podendo ser utilizadas para publicidade institucional ou propaganda eleitoral indireta.

12. CONDIÇÕES FÍSICAS DOS PARTICIPANTES E SERVIÇOS DE APOIO

12.1 No ato de sua inscrição, o servidor declarará estar ciente de que é responsável por avaliar suas condições de saúde para a prática de atividades físicas, comprometendo-se a interromper o exercício e buscar orientação médica profissional, caso apresente qualquer sintoma ou condição que possa representar risco à sua saúde.

12.1.1 A Comissão Organizadora ou os responsáveis técnicos do programa poderão solicitar a apresentação de atestado médico ou documentação complementar relacionada à aptidão física do participante, quando houver recomendação técnica ou identificação de condição que justifique avaliação adicional para participação segura nas atividades previstas.

12.2 É recomendado aos PARTICIPANTES terem atenção ao seu estado de saúde e à sua aptidão física para participar do Projeto:

12.3. É responsabilidade pessoal do participante avaliar seu desempenho e decidir se deve, ou não, continuar nas atividades.

12.4. A Comissão Organizadora poderá, com base em recomendações médicas ou do profissional de Educação Física parceiro, solicitar o afastamento de participantes que não estejam aptos para continuidade de sua participação, de forma segura, no projeto.

12.5. A organização disponibilizará um ambiente seguro e adequado para a realização das atividades propostas para o Treino Tri Metropolitano, mas não se responsabilizará por atendimentos médicos, lesões ou eventuais despesas decorrentes da participação.

12.6 O WellHub atua como plataforma de benefícios, cabendo a execução técnica dos treinos presenciais aos parceiros acionados pelos usuários.

12.6.1 A participação do Wellhub no Treino Tri limita-se à disponibilização de acesso à sua plataforma digital, nos planos e condições descritos neste Regulamento. As atividades presenciais, avaliações de saúde, orientações técnicas e treinamentos conduzidos pela Movimentação ou por profissionais por ela indicados são de responsabilidade exclusiva da referida clínica, não respondendo o Wellhub por atendimentos médicos, lesões, incidentes ou despesas deles decorrentes.

13. DA PREMIAÇÃO

13.1 Ao final do programa serão premiados dois participantes, sendo um em cada modalidade, conforme critérios estabelecidos neste regulamento.

13.1.1 A premiação consiste em voucher disponibilizado, operacionalizado e custeado integralmente pelo Wellhub, constituindo liberalidade da empresa para esta edição do Programa Treino Tri, não integrando as obrigações assumidas pelo Estado do Rio Grande do Sul e sem utilização de recursos públicos estaduais.

13.2 O vencedor de cada modalidade receberá um voucher digital, no valor de R\$ 300,00 para utilização em uma loja virtual de esportes indicada pelo Wellhub.

13.3 O vencedor da modalidade Treino Tri Metropolitano será definido com base em critérios objetivos de desempenho e participação no projeto, observada a seguinte pontuação máxima de 100 (cem) pontos:

I – Assiduidade nos treinamentos presenciais: até 40 (quarenta) pontos;

- a) frequência igual ou superior a 95% dos encontros previstos: 40 pontos;
- b) frequência entre 90% e 94% dos encontros previstos: 35 pontos;
- c) frequência entre 80% e 89% dos encontros previstos: 30 pontos;
- d) frequência entre 70% e 79% dos encontros previstos: 20 pontos;
- e) frequência inferior a 70% dos encontros previstos: 10 pontos.

II – Participação na Corrida do Servidor, observadas as condições de saúde do participante: 20 (vinte) pontos;

- a) participação na prova: 20 pontos;
- b) não participação na prova: 0 ponto.

III – Evolução física aferida pelo responsável técnico do programa, mediante comparação entre a avaliação inicial e a avaliação final, realizadas com metodologia padronizada: até 40 (quarenta) pontos;

- a) evolução superior a 20%: 40 pontos;
- b) evolução entre 15% e 20%: 35 pontos;
- c) evolução entre 10% e 14,99%: 30 pontos;
- d) evolução entre 5% e 9,99%: 20 pontos;
- e) evolução inferior a 5%: 10 pontos.

13.3.1 A metodologia de avaliação física e os indicadores utilizados para aferição da evolução dos participantes serão definidos previamente pelos responsáveis técnicos do programa e aplicados de forma uniforme a todos os participantes da modalidade Treino Tri Metropolitano.

13.3.2 Em caso de empate na pontuação final, serão observados, sucessivamente, os seguintes critérios de desempate:

- I – maior percentual de assiduidade nos treinamentos presenciais;
- II – maior pontuação obtida no critério de evolução física;
- III – maior idade;
- V – sorteio público.

13.4 O vencedor da modalidade Treino Tri Interior será escolhido por meio de sorteio a ser realizado entre os participantes considerados aptos à premiação.

13.4.1 Serão considerados aptos os que cumprirem os check-ins obrigatórios de atividades físicas e de nutrição no período do projeto.

14. DISPOSIÇÕES GERAIS

14.1 Os protestos e reclamações relativos ao resultado da seleção deverão ser feitos por escrito, e no prazo máximo de 48 horas após a divulgação oficial, para o endereço de e-mail: dipsa@spgg.rs.gov.br.

14.2 Os PARTICIPANTES são responsáveis pela veracidade das informações fornecidas no sistema online, no formulário de inscrição e nos demais formulários preenchidos.

14.3. Casos omissos relativos a potenciais conflitos de interesse ou impedimentos de participação serão deliberados pela Comissão Organizadora, podendo esta solicitar orientação complementar aos órgãos de controle, se necessário.

14.4 Os dados pessoais e informações de saúde coletados serão utilizados exclusivamente para execução do projeto, avaliação dos resultados e produção de diagnósticos epidemiológicos institucionais, observada a legislação aplicável de proteção de dados pessoais.

15. CRONOGRAMA

Etapas	Período/Data
Período de Inscrições	26/08/2026 a 04/09/2026
Análise das inscrições e divulgação dos elegíveis	8 a 10/09/2026
Sorteio dos participantes e divulgação dos selecionados	11/09/2026
Execução do Programa	16/09 a 13/11

Porto Alegre, 24 de agosto de 2026.

Danielle Calazans
Secretária de Estado
Secretaria de Planejamento, Governança e Gestão