1) Quem pode participar do grupo de corrida e caminhada?

Todos os colaboradores da Coca-Cola FEMSA Brasil podem participar, desde que apresentem atestado de aptidão física válido (emitido via Dr. FEMSA). O passo a passo para realização dos exames está no Manual. O subsídio em provas de corrida acontece em cidades com mais 15 colaboradores com o ok de aptidão física válido.

2) Quem pode participar da Consultoria de Corrida?

Todos os colaboradores da Coca-Cola FEMSA Brasil podem participar, desde que apresentem atestado de aptidão física válido (emitido via Dr. FEMSA). O passo a passo para realização dos exames está no Manual.

3) Preciso correr junto com os outros colaboradores durante toda a prova?

Não. Cada participante corre ou caminha no seu próprio ritmo, respeitando seus limites e orientações médicas. O grupo não estimula a competição.

4) Minha performance e meu tempo de prova serão divulgados para todos?

Não. O grupo não é focado em performance. Os resultados ficam disponíveis apenas para o próprio participante, nos sites oficiais das corridas. O objetivo é incentivar a prática de atividade física.

5) Como faço para entrar no grupo?

1. Solicite os exames de aptidão via e-mail relacoesmedicas@conexasaude.com.br
2. Receba os pedidos de exame por e-mail em até 24h após a solicitação
3. Realize os exames indicados.
4. Responda o mesmo e-mail com a confirmação da disponibilidade dos resultados dos exames, agende a consulta de retorno no Dr. FEMSA e receba a liberação médica. *Clique aqui Slides nova Plataforma*
5. Envie o atestado para bemestar.fisico@kof.com e faça sua inscrição pelo formulário: forms.office.com/r/Y0PVeAxyBT.
6. Em até 72h úteis, você receberá o retorno da equipe.

6) Como é definido o calendário de corridas?

O calendário é definido pela área de Bem-Estar Integral em conjunto com o time de Categorias do Marketing com base nas corridas de rua mais relevantes e, também, as patrocinadas por Powerade.

O calendário pode sofrer variações ao longo do ano devido a limite de vagas disponibilizadas pelo fornecedor do evento, alguns casos de impossibilidade de participação em assessoria ou qualquer outro tema que impacte o bom funcionamento do grupo.

7) Como fico sabendo das inscrições?

Para focar o envio das informações de corridas nos colaboradores interessados, é necessário realizar a inscrição pelo forms (clique aqui) no Powerade Running Team para começar a receber as comunicações que são enviadas por e-mail e pelo grupo oficial de WhatsApp.

8) Como é distribuído o número de vagas?

As quantidades de corridas e de vagas por região são pensadas de acordo com o volume de colaboradores inscritos e elegíveis em cada localidade.

Se o número de inscritos for igual ou menor que as vagas, todos participam, desde que estejam com o exame válido e sem ausência nas últimas corridas.

Se houver mais interessados do que o número de vagas, são realizados dois sorteios:

Sorteio com auditoria interna entre os colaboradores com o exame válido e sem ausência nas últimas corridas.

Sorteio de colaboradores para lista de espera. Estes colaboradores serão contactados para repor colaboradores que sinalizaram que se ausentarão no dia da prova.

9) O que acontece se eu desistir de uma corrida?

Se, após a inscrição, o(a) colaborador(a) tiver algum motivo que o(a) impeça de participar da corrida, deverá informar o time de Bem-Estar com pelo menos 7 dias de antecedência da prova, e não será penalizado(a) nos próximos sorteios. Nesses casos, a vaga é repassada aos colaboradores que se inscreveram anteriormente e estão na lista de espera.

- Justificavas de ausência **na semana que antecede a corrida**, colaborador ficará suspenso de participação no próximo sorteio de sua região.
- Justificativas **na véspera (sábados anteriores ao evento) ou ausências no dia da corrida**, colaborador ficará suspenso de participação nos próximos dois sorteios de sua região.

As exceções serão tratadas pela companhia, em casos de saúde ou necessidade de trabalho.

Todos os avisos devem ser enviados pelo e-mail bemestar.fisico@kof.com

10) O que pode me eliminar do sorteio?

- Não ter atestado de aptidão válido (duração: 1 ano).
- Faltar em uma corrida sem justificativa dentro do prazo estabelecido
- Ser de outra região, que não a destinada para a corrida
- Inscrições duplicadas para a mesma corrida
- Inscrições realizadas após o prazo permitido

11) Existe acompanhamento de saúde e performance?

Sim!

Você conta com dois tipos de acompanhamento:

1) Consultoria de Corrida: você pode solicitar treinos personalizados de acordo com seus objetivos e rotinas, veja no Manual todos os detalhes para iniciar.
2) DR FEMSA (clique aqui), você pode ter acesso a diversas modalidades!
   - Atendimento com nutricionistas: Tire suas dúvidas e receba orientações para adoção de hábitos alimentares mais saudáveis e que se encaixem em seu dia-a-dia. O atendimento é personalizado e adaptado às suas necessidades.
   - Atendimento com educadores físicos: Tire suas dúvidas e receba orientações sobre a prática de esportes, treinos e hábitos saudáveis.

12) Todas as corridas têm assessoria do grupo Powerade?

A maioria das corridas conta com apoio de assessoria esportiva, especialmente em eventos com grande número de colaboradores.

No entanto, em corridas com menor número de vagas ou em situações em que a organização do evento não permite a montagem da assessoria, o suporte pode não estar disponível. Nesses casos, informaremos previamente e orientaremos os colaboradores a realizarem a inscrição de forma individual.

Fique atento às comunicações nos grupos de WhatsApp, e-mails e formulários. Sempre que uma corrida for divulgada, será informado claramente se haverá ou não assessoria disponível.

13) Quando recebo o kit da Powerade?

O kit da Powerade é entregue na primeira corrida com assessoria KOF que o atleta participa e só será renovado mediante aviso prévio do time de Bem-Estar.

14) Quando recebo o kit do evento?

Você receberá seu kit no dia do evento, na tenda da Powerade, que será o ponto de encontro dos participantes KOFBR.

Para corridas que não contam com assessoria, o colaborador deverá retirar seu kit diretamente no local indicado pela organização oficial do evento.

15) Como devo ir para os eventos?

Os atletas devem correr com a camiseta do Time Powerade, entregue junto com o kit de corrida. O Uniforme da Powerade deve ser usado em todas as corridas patrocinadas pela equipe. Não recomendamos usar em outros momentos.

16) Posso transferir minha inscrição para meu colega?

Não. Quando não puder comparecer em uma corrida, precisa informar para o time de Bem Estar. Sua vaga será repassada para o próximo sorteado em lista de espera.

17) Como funcionam as substituições devido a ausências no dia da corrida, sem aviso antecipado?

Ausências no dia do evento podem ser substituídas por quem estiver no local de acordo com a ordem de chegada e aviso para a assessoria. O colaborador poderá receber o kit do evento com o tamanho de camiseta que estiver disponível.

18) Para quem está disponível a massagem, os lanches, a água e as demais bebidas do portifólio na tenda?

Para todos os colaboradores da KOFBR que forem participar do evento.
A presença de familiares é muito bem-vinda! Eles poderão aproveitar os benefícios oferecidos, desde que isso não comprometa a experiência dos nossos colaboradores. A assessoria responsável estima as quantidades com base no número de inscritos, por isso é importante garantir que todos os participantes registrados tenham prioridade no acesso às atividades e serviços.

19) Não fui sorteado posso utilizar o espaço da tenda?

Sim, caso não seja sorteado e opte por comprar o ingresso por conta própria, o colaborador pode utilizar o espaço da tenda e os demais recursos disponíveis no dia do evento.

20) Familiares/conhecidos de colaboradores/terceiros podem ficar com vagas remanescentes de faltas no dia do evento?

Não. As vagas são destinadas apenas para os colaboradores que passaram por todo o processo de avaliação médica homologada pela KOF.

21) Quem posso procurar em caso de dúvidas?

Equipe Bem-Estar Integral: bemestar.fisico@kof.com

Solicitação de exames: relacoesmedicas@conexasaude.com.br

Inscrição grupo de corrida: forms.office.com/r/Y0PVeAxyBT