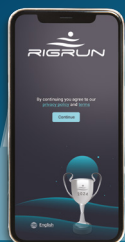




4 DE FEVEREIRO A 18 DE MARÇO 2026



COMO PARTICIPAR



**BAIXE O ARQUIVO
APLICATIVO RIGRUN
E FAZER COM QUE CADA
CONTAGEM
DE MINUTOS!**



Para garantir a funcionalidade total e uma ótima experiência, por favor Baixe para a versão mais recente do aplicativo antes de ir Offshore.

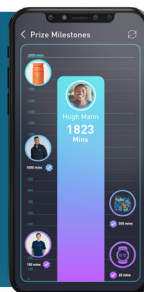
Para se inscrever no evento, você precisará de suas equipes código exclusivo. Isso está disponível no ponto focal de suas equipes (Médico/Segurança/Bem-estar) e será distribuído por e-mail e exibido em cartazes em torno de seu local de trabalho.

Depois de aceitar os termos da competição e Política de Dados Pessoais Você está pronto para começar! **Boa sorte!**

GANHAR

**SEM PROBLEMAS DIGITAIS
TOKENS AQUI.**

Colete os 5 marcos do prêmio para 2026 e se gabar direitos com sua tripulação!



DEFENDA o planeta ao longo do caminho... Cada um dos 5 marcos do prêmio leva à árvore Plantar, limpar plásticos dos oceanos do mundo e ajudar pessoas de subemprego crônico populações em empregos remunerados de forma justa.

As contas do aplicativo Rigrun e do portal da Web serão notificá-lo sempre que você ganhar um prêmio. Os prêmios podem ser recolhidas diretamente do Ponto Focal Rigrun em seu local de trabalho.

MARCOS DO PRÊMIO DE 2026

60 minutos Fazemos uma contribuição de £ 50 por equipe para o Projeto Milhões de Árvores do Rio Dee.... riverdee.org.uk/support/. Você também receberá um prêmio seminal sorteio para um relógio esportivo.

150 minutos Camiseta Sustentável

500 minutos Shorts excêntricos

1000 minutos vela de lã sustentável

2000 minutos Ocean Bottle Brew Flask

QUENTE FORA DA IMPRENSA

Descubra todos os times e jogadores mais recentes destaques na seção Notícias de o aplicativo. Satisfeito como um soco com um Treino concluído recentemente? Acompanhe as brincadeiras nobarracas de chá offshore e salas de inicialização.



4 DE FEVEREIRO A 18 DE MARÇO

O evento de fitness de 6 semanas é de volta para seu 14º ano! Rigrun é o **ULTIMATE** esportivo experiência para o Setor de Energia trabalhadores, adequados para todas as idades e habilidades de condicionamento físico.



OddBalls
ocean
bottle

Tem uma pergunta, precisa de ajuda, entre em contato com a equipe amigável Rigrun em: eventcoordinator@rigrun.com

Registre-se no rigrunportal.co.uk ou baixe o aplicativo



Todos estão em **IGUALDADE DE CONDIÇÕES** e podem contribuir igualmente para a pontuação de suas equipes. Compita localmente com membros da tripulação de sua equipe offshore e contra outras que trabalham na indústria internacional de energia. Experiência de ser um atleta sem realmente ser um atleta.

PONTUAÇÃO para sua equipe exercitando em seu cabine, nas escadas, heliponto ou offshore ginásio. **APOIE** sua equipe exercitando e pontuação durante a sua licença.

Exercite-se quando quiser e da maneira que quiser quer e ganha grandes prêmios ao longo do caminho.

Com RigRun o **JOGO** é tudo, **STAND** junto com seus colegas de equipe e trabalho juntos para subir nas tabelas de classificação...

EXERCÍCIOS

A cada 30 minutos de exercício marca 1 ponto para o seu equipe e é limitado a 3 pontos em qualquer período de 24 horas.

Exercício	Período de 24 horas
30 minutos	1 - ponto
60 minutos	2 - pontos
90 minutos	3 - pontos

Pontuações pessoais entre números inteiros são arredondados para o número inteiro mais próximo no final de cada Período de 24 horas* (Períodos de 24 Horas decorrem de 0700-0700 UTC)

Você não precisa fazer todos os seus exercícios em uma sessão. Lembre-se de sempre se exercitar com segurança e de acordo com o seu nível de condicionamento físico/estado de saúde.

*Exemplo: Uma pontuação em 1,5 pontos reverterão para 1 ponto no fim de um período de 24 horas. Mas um 15 minutos adicionais de exercício aumentará os pontos para 2; e 2 pontos serão marcados para sua equipe.



JOGO LIMPO

RigRun é para todos: funcionários, contratados, equipe principal e Visitantes. Junte-se ao RigRun a qualquer momento, on ou offshore, e comece marcando para sua equipe.

Exercite-se como parte de sua atividade normal de trabalho (por exemplo, caminhar sobre o local de trabalho como parte de suas funções de trabalho) não contam para pontos ou prêmios no RigRun. Por favor, apenas registre exercícios que foram feitos 'além ou atividade diária.

Sempre que possível, insira uma captura de tela do seu treino em o aplicativo RigRun.

REGRA DE HANDICAPS

Nosso algoritmo exclusivo garante que todos os tamanhos de equipe sejam grandes e pequenos podem competir de forma justa uns contra os outros.

TRANSFERINDO PARA UM NOVO LOCAL DE TRABALHO OFFSHORE?

Não tem problema, envie um e-mail para eventcoordinator@rigrun.com e nós o mudaremos para sua nova equipe. Leve todas as suas conquistas pessoais com você e comece Pontuação para sua nova tripulação!

COMMS OU WIFI DOWN?

As comunicações estão no mar? Ou o sinal Wifi não é ótimo?

Não há problema. Você pode continuar registrando seus treinos aplicativo, mesmo quando não há internet. Seus treinos será sincronizado com a nuvem assim que você tiver uma conexão. As comunicações vão ficar inativas por um tempo ou não querem usar seus dados pessoais limitam, registre e registre seus treinos no portal da web <https://www.rigrunportal.co.uk>

QUANDO POSSO ME INSCREVER?

Você pode se inscrever para participar a partir de 14 de janeiro de 2026 avante. Você também pode se inscrever para participar a qualquer momento durante o evento de 4 de fevereiro a 18 de março de 2026.



COMO FAÇO PARA MARCAR PONTOS PARA MINHA EQUIPE?

Marque até 3 pontos por dia para sua equipe em qualquer 24- período de 0700 a 0700 UTC. Existem 18 diferentes tipos de exercícios que contam para RigRun e cargas de maneiras de participar sem chegar perto de uma academia!

Insira os treinos manualmente. Os treinos manuais podem ser adicionado selecionando seu tipo de atividade e inserindo duração e distância. Sempre que possível, insira um Captura de tela do seu treino para verificar sua autenticidade.

EXERCITE-SE DURANTE SUAS CONTAGENS DE LICENÇA TAMBÉM

Ajude sua equipe marcando pontos durante a licença. Mais Pontos para sua equipe significam mais prêmios para você!

COMO FUNCIONA A COMPETIÇÃO

O RigRun 2026 começa com um evento de equipe de 6 semanas onde Obras do setor de energia e refinarias competem para vencer o Campeonato de 2026. O Evento de 6 Semanas compreende uma fase de grupos de 4 semanas e 2 semanas de finais.

TABELAS DE LÍDERES DOS 10 MELHORES

Além de marcar pontos para sua equipe, você pode competir individualmente nas tabelas de classificação dos 10 melhores.

Existem os 10 melhores para todos os 18 tipos de exercícios. É possível competir nestes na Equipe, Empresa ou mesmo Nível Internacional!

CONTATE-NOS

Quer falar com um membro da equipe amigável do RigRun ou precisa de ajuda?

Entre em contato conosco em: eventcoordinator@rigrun.com.

