

# CORRIDA UOH MES DE LA SALUD INTEGRAL "MUÉVETE POR TU SALUD"

## BASES 2024

La Corrida UOH 2024 "Muévete por la Salud" tiene como objetivo celebrar el Mes de la Salud Integral, fomentar el desarrollo integral de los/as estudiantes y promover la actividad física en la comunidad universitaria y comunidad regional.

En esta versión, el evento se llevará a cabo en dos formatos: familiar/recreativo y competitivo.

La UOH al incentivar este tipo de eventos refuerza los lazos entre las personas, promueve la utilización del espacio urbano y el uso de las calles para la actividad física, el deporte y la recreación, impulsando estilos de vida saludables.

La corrida tendrá lugar el domingo 20 de octubre a las 09:00 horas en el frontis del Campus Rancagua de la Universidad O'Higgins.

### 1. PARTICIPANTES

La carrera está dirigida a toda la comunidad de la Universidad O'Higgins y la comunidad en general (abierta a la comunidad).

### 2. INSCRIPCIONES

La inscripción es gratuita y se llevará a cabo desde el 24 de septiembre hasta el día del evento en la siguiente página web: [www.uoh.cl/corrída-uoh](http://www.uoh.cl/corrída-uoh)

Categorías:

- a) Categoría general recreativa 5k
- b) Categoría mujeres todo competidor 5k
- c) Categoría hombres todo competidor 5k

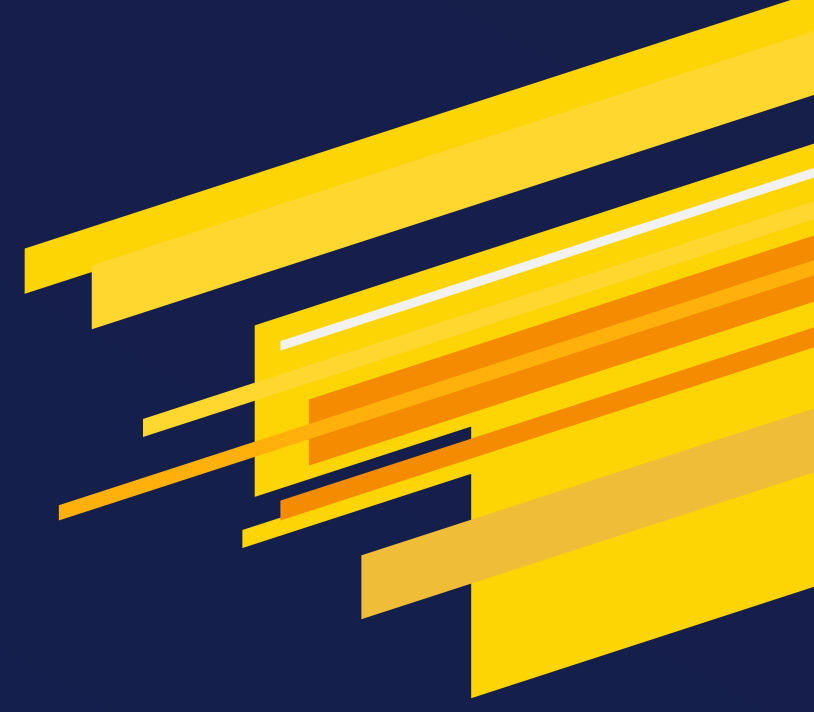
### 3. RETIRO DE KITS

Categoría general recreativa 5k

El mismo día del evento desde las 07:30 a 09:00 horas a los primeros 700 inscritos en llegar.

*KIT: Morral -polera oficial - Pulsera.*





**Categoría mujeres todo competidor 5k**

La entrega se realizará el jueves 17 de octubre de 10:00 a 17:00 horas, horario continuado y el viernes 18 de 10:00 a 14:00 horas.

*Kit: Morral – Polera – Pulsera – Chip – Número.*

**Categoría hombres todo competidor 5k**

La entrega se realizará el jueves 17 de octubre de 10:00 a 17:00 horas, horario continuado y el viernes 18 de 10:00 a 14:00 horas.

*KIT: Morral – Polera – Pulsera – Chip – Número.*

**4. PROGRAMA DEL EVENTO**

07:30 a 09:00 hrs. - Entrega de kit, hasta agotar stock de kits.

09:00 hrs. - Bienvenida competidores palabra de la rectora y/o autoridades presentes.

09:15 hrs. - Calentamiento.

09:35 hrs. - Largada competitiva.

09:38 hrs. - Largada categoría general.

10:40 hrs. - Inicio vuelta a la calma, entrega de colación, hidratación e incentivos de empresas participantes.

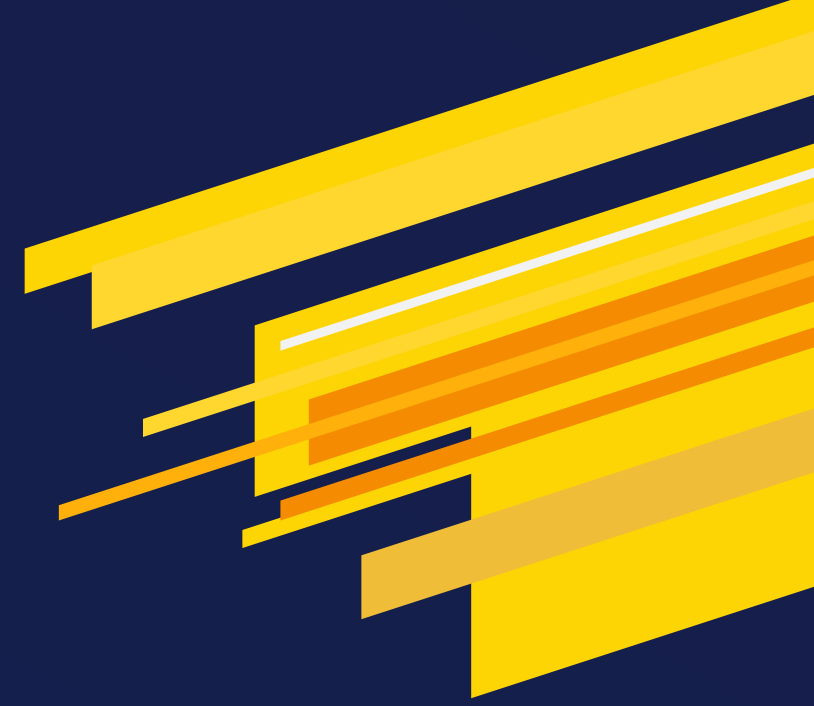
12:00 hrs. - Cierre del evento.

**5. DESCRIPCIÓN DEL TRAYECTO:**

El punto de partida es frente a la Universidad de O’Higgins, avanzando por la Alameda hacia el poniente, luego por la calle Viña del Mar hacia el norte, Av. República de Chile al oriente, Av. Illanes al sur y finalizando nuevamente por la Alameda hacia el poniente, terminando en el frontis de la Universidad O’Higgins.







## 6. SERVICIOS E INCENTIVOS

1. Animador y DJ en vivo.
2. Monitor/a a cargo del calentamiento.
3. Un kit de implementos para 1000 personas.
4. Puntos de hidratación para todas/os los participantes al inicio de la corrida y en el trayecto.
5. Resguardo de seguridad: la corrida será resguardada por Carabineros de Chile en el trayecto de la corrida y por personal de salud, asistiendo al evento con una ambulancia y paramédicos.
6. Merienda saludable.
7. Stand de empresas con regalos y masajes gratuitos para los asistentes.
8. Entrega de pastas al finalizar el circuito por parte de CAROZZI.

## 7. RESPONSABILIDADES DE LOS /AS PARTICIPANTES

No podrán participar en la Corrida UOH 2024 las personas cuya salud no sea compatible con el evento, ni aquellas cuya participación implique un riesgo para su salud. Cada participante es responsable de cuidar su integridad física, psicológica y emocional durante este evento deportivo, reconociendo que la actividad física conlleva riesgos inherentes, especialmente al realizarse en un espacio urbano y dependiendo del estado físico de cada uno.

Al inscribirse, el/la participante asume estos riesgos y libera de responsabilidad a la Universidad O'Higgins, así como a organizadores, auspiciadores y patrocinadores, por cualquier consecuencia física o de salud derivada de su participación. No obstante, durante el evento habrá un equipo de primeros auxilios preparado para atender emergencias o urgencias que puedan surgir.

Cada participante al momento de la inscripción tendrá que aceptar un consentimiento informado que dice lo siguiente:

DECLARO que me encuentro en estado de salud óptimo para participar en la "Corrida de la Salud Integral UOH 2024", a realizarse el 20 de octubre del presente año. Confirmando que participo bajo mi propia responsabilidad y estoy en condiciones aptas de salud física y mental. Eximo de toda responsabilidad a la Universidad O'Higgins, así como a organizadores, auspiciadores y patrocinadores, ante cualquier accidente, lesión o problema de salud que pudiera sufrir antes, durante y/o después del evento, renunciando a cualquier acción legal contra dichas entidades. Además, autorizo a los organizadores a hacer uso de imágenes y/o videos en los que pueda aparecer.

## 8. OTROS

La organización no contará con guardarropía, por lo tanto, cada participante será responsable de sus pertenencias. Se sugiere no llevar artículos de valor, ni elementos que dificulten en la carrera.

