

REGLAMENTO MIS PRIMEROS 5K – 3ª EDICIÓN

**Corrida Femenina Inclusiva – Arica, 8 de marzo
de 2026**

1. DISPOSICIONES GENERALES

1.1 Identificación del Evento

- Nombre: Mis Primeros 5K – 3ª Edición
- Tipo: Corrida a pie exclusivamente femenina, 5 kilómetros
- Fecha: Domingo, 8 de marzo de 2026
- Hora de largada: 08:30 hrs
- Cierre de meta: 10:30 hrs
- Ubicación: Avenida Las Dunas e Ingeniero Raúl Pey Casado, Arica, Chile
- Punto de partida y meta: Restaurant Okaso Las Dunas s/n

1.2 Organizadores

- Organización principal: Corporación Municipal Costa Chinchorro
- Organizador público: Dirección de Desarrollo Comunitario, Ilustre Municipalidad de Arica – Departamento de Deportes
- Responsable general: Daniel Alarcón, Costa Chinchorro
 - Email: servicios@costachinchorro.cl

1.3 Carácter del Evento

- Corrida recreativa e inclusiva, no competitiva
- Sin categorías de clasificación por tiempo
- Celebración del empoderamiento femenino y la vida saludable
- Ambiente seguro y acogedor para mujeres de todas las edades y niveles

2. ELEGIBILIDAD Y PARTICIPACIÓN

2.1 Requisitos para Participar

- Ser mujer (independientemente de edad, nivel de experiencia o condición física)
- Completar el formulario de inscripción en línea con información verídica
- Aceptar íntegramente este reglamento
- Firma de declaración jurada simple que certificar que posees condiciones de salud adecuadas para realizar actividad física

2.2 Limitaciones

- No podrán participar personas que:
 - Tengan contraindicaciones médicas para actividad cardiovascular
 - Se encuentren bajo influencia de sustancias que afecten su coordinación o criterio
 - Hayan sido inhabilitadas o suspendidas de eventos de la Municipalidad
 - Sean del género masculino.

2.3 Personas Menores de Edad

- Menores de 18 años podrán participar solo con:
 - Formulario de consentimiento firmado por apoderado legal
 - Documento de identidad del apoderado
 - Fotocopia carnet identidad adulto responsable

3. INSCRIPCIÓN

3.1 Proceso de Inscripción

- Plataforma: Registro en línea (link será compartido vía email y redes sociales)
- Período: Abierto desde el lunes 23 de febrero hasta el jueves 5 de marzo de 2026
- Horario online: 24 hrs disponible
- Cupos: Estimado 300–500 participantes (de acuerdo a disponibilidad de recursos)
- Costo: Gratuito

3.2 Datos Requeridos en la Inscripción

- Nombre completo
- Correo electrónico
- Teléfono de contacto
- Edad
- Contacto de emergencia (nombre y teléfono)
- Nivel de experiencia en running (principiante, intermedio, avanzado)
- Aceptación de términos y condiciones
- Autorización de uso de imagen

3.3 Confirmación de Inscripción

- Se enviará confirmación por correo electrónico
- La participante deberán presentar su código QR para retirar el kit de bienvenida + el dorsal.

3.4 Cierre de Inscripción

- Última fecha: Jueves, 5 de marzo de 2026
- Límite: Se acepta inscripción presencial hasta el retiro de kit
- Derecho a rechazar: Los organizadores pueden rechazar inscripciones sin justificación si se alcanza capacidad máxima

4. RETIRO DE KIT

4.1 Información del Kit

- Incluye: Número de participación, polera técnica, bolsa reutilizable (primeras 200 personas en retirar su kit)

4.2 Retiro

- Fecha: Viernes, 6 de marzo de 2026
- Horario: 0900 a 19:00 hrs
- Lugar: Oficina Corporación Costa Chinchorro
- Requisitos: Presentar cédula de identidad o pasaporte + Ticket de Welcu

4.3 Reemplazos

- En caso de extravío de número o polera, comunícalo en el momento
- El reemplazo dependerá de disponibilidad

5. NORMAS DE PARTICIPACIÓN

5.1 Obligaciones de las Participantes

- Usar obligatoriamente el número de participación visible a la altura del pecho
- Correr por la ruta establecida (ida por Avenida Las Dunas al sur-este, retorno por la misma ruta)
- Respetar a otros participantes, voluntarios y personal de seguridad
- Seguir las indicaciones del personal de coordinación en ruta
- Mantener un comportamiento deportivo y respetuoso en todo momento
- No abandonar basura en la ruta (llevar contigo o usar basureros dispuestos)
- Respetar el cierre de tránsito y las vallas de seguridad

5.2 Conducta Esperada

- Está permitido:
 - Correr a tu propio ritmo (rápido, lento, caminar)
 - Alentar a otras participantes
 - Usar audifonos con volumen controlado
 - Detenerse en puntos de hidratación
 - Llevar mochilas o bolsos pequeños
- Está prohibido:
 - Acoso, intimidación o discriminación de cualquier tipo
 - Conducta agresiva o lenguaje vulgar
 - Ingesta de alcohol o sustancias ilícitas
 - Fotografía sin consentimiento de otros participantes
 - Mascotas sin autorización previa
 - Fumar o usar cigarrillos electrónicos en la ruta
 - Elementos que obstaculicen o pongan en riesgo a otras personas

5.3 Salida de la Ruta

- Si necesitas abandonar la carrera, comunica al personal de seguridad más cercano
- Se instalará punto de salida segura; no abandones la ruta sin avisar
- El personal coordinará tu salida a zona segura

6. SEGURIDAD Y RESPONSABILIDAD MÉDICA

6.1 Responsabilidad Personal

- Las participantes participan bajo su propio riesgo
- Cada participante es responsable de conocer y respetar los límites de su condición física
- Certificación de salud: Al inscribirte, certificas que no tienes contraindicaciones médicas para realizar actividad cardiovascular
- Se recomienda consulta médica previa, especialmente si hay antecedentes de enfermedades cardiovasculares

6.2 Servicios Médicos Disponibles

- Ambulancia móvil disponible en la ruta
- Paramédico en zona de meta
- Enfermera en zona de meta
- Equipo médico: Desfibrilador (DEA), camillas, botiquines completos, oxígeno medicinal
- Estaciones de hidratación: Km 0/5 y Km 2,5 en la ruta

6.3 Emergencias Médicas

- En caso de malestar, acércate al personal de seguridad más cercano
- El personal alertará al equipo médico
- Importante: Proporciona contacto de emergencia verídico al inscribirse

6.4 Desfibrilador (DEA)

- Disponible en zona de meta
- Personal entrenado presente en el evento
- En caso de necesidad, se activará protocolo de emergencia inmediatamente

7. RUTA Y TRAZADO TÉCNICO

7.1 Descripción de la Ruta

- Distancia total: 5 km (2,5 km ida + 2,5 km retorno)
- Inicio: Restaurant Okaso Las Dunas s/n
- Tramo 1 (Km 0 a 2,5): Avance por Avenida Las Dunas sentido sur-norte
 - Punto de hidratación: Km 0/5
 - Punto de snacks: Km 2,5
 - Estación de retorno: Km 2,5 (georeferencia: -18.430065, -70.310119)
- Tramo 2 (Km 2,5 a 5): Retorno por misma ruta sentido norte-sur
 - Punto de hidratación: Km 2,5 (en tramo de retorno)
 - Meta: Km 5,0 – Restaurant Okaso

7.2 Características de la Ruta

- Topografía plana y accesible para todos los niveles
- Pavimentación urbana de buena calidad
- Zona costera con vista a Playa Las Machas
- Proximidad a servicios comerciales
- No hay desvíos permitidos: Debes seguir la ruta marcada

7.3 Marcación de Ruta

- Señalización clara con conos, flechas y carteles
- Voluntarios posicionados cada 500 metros
- Vallas de seguridad en toda la extensión de Avenida Las Dunas

8. CIERRE DE VÍAS Y TRÁNSITO

8.1 Cierre de Avenidas

- Avenida Las Dunas: Cierre total desde 07:00 a 13:00 hrs (aproximadamente)
- Avenida Ingeniero Raúl Pey Casado: Control parcial en intersección
- Vehículos de emergencia: Acceso prioritario garantizado en todo momento

8.2 Responsabilidad de Participantes

- Respetar las vallas y cierre de tránsito
- No ingresar vehículos personales a zona cerrada
- Estacionar en zonas permitidas fuera del área del evento

8.3 Rutas Alternas

- Se proporcionará información sobre rutas alternas para vehículos en:
 - Redes sociales, 2 semanas antes
 - Correo a comercios y residentes cercanos
 - Carteles informativos en puntos de desvío

9. COMUNICACIÓN Y CAMBIOS

9.1 Canales de Comunicación Oficial

- Redes sociales: Instagram, Facebook, TikTok (Costa Chinchorro / Mis Primeros 5K)
- Correo electrónico: servicios@costachinchorro.cl
- Página web: Información completa disponible

9.2 Notificaciones Importantes

- Confirmación de inscripción
- Recordatorio 1 semana antes
- Recordatorio 48 hrs antes (horarios, cómo llegar, qué llevar)
- Actualizaciones en caso de cambios climáticos o de último minuto

9.3 Cambios al Evento

- En caso de condiciones climáticas adversas, se considerará aplazamiento
- Se comunicará con al menos 24 hrs de anticipación
- Nueva fecha será anunciada por los mismos canales

10. RESPETAR LA INCLUSIÓN

10.1 Principios Fundamentales

- Empoderamiento femenino: Este es un espacio seguro y celebratorio para mujeres
- Inclusión total: Se celebran todos los ritmos, desde caminatas hasta carreras rápidas
- Respeto por la diversidad: Sin discriminación por edad, nivel, origen o cualquier otra característica
- Apoyo mutuo: Se alienta el compañerismo y el ánimo entre participantes

10.2 Tolerancia Cero con Discriminación

- Cualquier conducta discriminatoria, acoso o violencia será causa de expulsión inmediata del evento
- Los organizadores pueden solicitar a Carabineros intervención si es necesario
- La participante podrá ser inhabilitada de futuras ediciones

11. FOTOS Y REDES SOCIALES

11.1 Autorización de Imagen

- Al inscribirse aceptas que organismos oficiales de la Municipalidad puedan:
 - Fotografiarte durante el evento
 - Usar tus fotos en comunicaciones de redes sociales, prensa y materiales promocionales
 - Identificarte por nombre en las redes sociales

11.2 Privacidad

- Las fotos serán usadas únicamente con fines promocionales del evento
- No se compartirán datos personales más allá de lo acordado
- Tienes derecho a solicitar no ser fotografiada: comunícalo al personal el día del evento

12. RESPONSABILIDAD Y EXENCIÓN DE RESPONSABILIDAD

12.1 Declaración de Responsabilidad

Los participantes reconocen que:

- Participan voluntariamente bajo su propio riesgo
- Han evaluado su condición física y de salud
- Aceptan los riesgos inherentes a una actividad deportiva al aire libre
- Los organizadores NO son responsables por:
 - Lesiones, accidentes o malestares durante o después del evento
 - Pérdida, robo o daño de pertenencias personales
 - Condiciones climáticas adversas
 - Cambios de programación por fuerza mayor

12.2 Seguros

- Recomendamos contar con seguro personal de salud o accidentes
- Los organizadores no proveen seguro; cada participante es responsable

12.3 Aceptación de Términos

- Al inscribirse y participar, aceptas íntegramente este reglamento
- La firma digital en el formulario de inscripción constituye aceptación vinculante

13. DERECHOS DE LAS PARTICIPANTES

13.1 Derechos Garantizados

- Derecho a un ambiente seguro, acogedor e inclusivo
- Derecho a solicitar ayuda a personal de seguridad o voluntarios
- Derecho a abandonar el evento en cualquier momento informando al personal
- Derecho a acceso a servicios médicos en caso de emergencia
- Derecho a tu privacidad y datos personales protegidos
- Derecho a presentar quejas o sugerencias

13.2 Canalización de Quejas

- Durante el evento: Comunicar a coordinador o personal visible
- Post-evento: Enviar correo a servicios@costachinchorro.cl
- Plazo: Máximo 5 días hábiles después del evento

14. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

14.1 Inscripción Abierta a Cambios

- Cambios en datos personales: comunicar vía correo inmediatamente
- Cancelación de participación: Comunica por correo; no hay reembolso (es evento gratuito)

14.2 No-show (No Presentarse)

- Si te inscribiste pero no asistes, no es necesario avisar formalmente

14.3 Datos y Privacidad

- Tus datos serán usados únicamente para coordinación del evento
- No se compartirán con terceros sin consentimiento
- Puedes solicitar acceso o eliminación de datos post-evento

15. SANCIONES Y EXPULSIÓN

15.1 Causales de Expulsión del Evento

- Conducta agresiva, acoso o discriminación
- Ingesta de alcohol o drogas
- Ingreso no autorizado a zona de meta o personal
- Desobediencia reiterada a indicaciones del personal
- Conducta que ponga en riesgo a otros participantes
- Violencia o amenaza hacia otros

15.2 Inhabilitación

- Participantes expulsadas podrán ser inhabilitadas de futuras ediciones
- La decisión será comunicada por correo con detalles del motivo

16. DISPOSICIONES FINALES

16.1 Modificaciones al Reglamento

- Los organizadores se reservan el derecho de modificar este reglamento
- Cambios menores serán comunicados por redes sociales
- Cambios significativos serán comunicados por correo a todas las inscritas

16.2 Jurisdicción

- Este reglamento se rige por las leyes de Chile
- Cualquier controversia será resuelta por autoridades municipales competentes

16.3 Entrada en Vigor

- Este reglamento rige a partir del 18 de febrero de 2026
- Aplica a todas las participantes de Mis Primeros 5K – 3ª Edición

16.4 Contacto y Consultas

- Correo: servicios@costachinchorro.cl

Arica, 18 de febrero de 2026

Corporación Municipal Costa Chinchorro
Departamento de Deportes – Dirección de Desarrollo Comunitario
Ilustre Municipalidad de Arica