



## **BASES CORRIDA FAMILIAR MAULE 5K 2014**

El ejercicio al aire libre permite estimular el buen funcionamiento del sistema cardiovascular; previene enfermedades del corazón y cerebrovasculares; regula la presión sanguínea, mejora el sistema respiratorio, previene la osteoporosis, aumenta la autoestima y la confianza; además disminuye el estrés, las tensiones y ansiedad. En base a esto la I. Municipalidad de Maule a través del Departamento de Salud, en el marco del Plan Comunal de Promoción en Salud “MAULE ¡ACTIVATE Y VIVE SANO!” 2014, invita a la comunidad Maulina a participar en la Cuarta Versión de la Corrida Familiar Maule 5K 2014.

➤ **Fecha de realización:**

Se realizará el sábado 11 de octubre de 2014 en Maule a las 17:00 hrs. Plaza Los Héroes Maule.

➤ **Apoyo logístico:**

Se contará con el apoyo logístico de carabineros que guiará y resguardará el orden y desarrollo de la Corrida Familiar Maule 5K 2014, además de un vehículo con paramédico.

➤ **Inscripciones:**

Los participantes podrán inscribirse de manera gratuita, los primeros inscritos recibirán una chupetera y un cintillo del Programa de Promoción de la salud.



- Inscripción: el día del evento en mesa de control.
- Fecha de inscripción: el día del evento en mesa de control, horario de Inscripciones 17:00 a 17:45 hrs.
- Entrega de incentivos: se realizará a las personas inscrita

➤ **Horario de Partida:** 18:00 hrs.

➤ **Control:**

El día del evento se controlará la inscripción y asistencia donde se entregará el número de competidor.

➤ **Distancia:**

La Corrida Familiar Maule 5K tiene como punto de partida la Plaza Los Héroes Maule, consta de 2 Categorías, **Categoría 3K y 5K**, según distancia recorrida (3 y 5 Kilómetros respectivamente), las cuales se subdivide como indica a continuación:

- **Categoría 3K:** Damas y Varones

3 Primeros Lugares Damas y Varones

- ✚ Infantil: 8 a 14 años
- ✚ Adulto Mayor: 60 años y más
- ✚ Familia (mínimo 2 personas)
- ✚ Personas con Discapacidad





## - Categoría 5K: Damas y Varones

- + Juvenil: 15 a 25 años
- + Adulto: 26 a 39 años
- + Sénior: 40 a 59 años

### ➤ **Premiación:**

- + Trofeo para primer lugar categoría Familia e Institución con más cantidad de competidores.
  - Familia (se considerará a 2 o más competidores familiares directos que atraviesen la meta juntos)
  - Institución: pública o privada con más cantidad de competidores.
- + Medallas para los 3 primeros lugares de cada subcategoría.

### ➤ **Sorteo de premios para asistentes:**

Tendrán derecho a participar de este sorteo, aquellos atletas que hayan cruzado la meta, no habiendo sido descalificado por los jueces de la competencia. Este sorteo se realizará una vez que el último atleta de la competencia haya cruzado la meta. Para hacer efectivo el premio, el atleta favorecido, deberá encontrarse personalmente en el momento del sorteo. En caso de no presentación del favorecido, se sorteará nuevamente y cuantas veces sea necesario, hasta adjudicar el premio. Obligaciones de los competidores.

1º Todo competidor deberá respetar el recorrido, que estará orientado por jueces.

2º No se aceptarán inscripciones después de las 18:00hrs.



3º El atleta deberá llevar visible en su pecho, el número de competencia en todo momento y hasta el término de la carrera.

4º Se habilitarán puesto de hidratación en el recorrido y a la llegada a la meta, donde además se entregara a cada competidor una liga distintiva.

5º Se dispondrá de servicios de paramédico.

6º Se dispondrá de un móvil que irá cerrando el recorrido de la competencia y que servirá para apoyar o retirar a cualquier atleta de la competencia trasladándolo al sector de llegada.

7º Cualquier reclamo se debe realizar al Director de la prueba, o a la persona que la organización determine. El reclamo será analizado por la comisión organizadora la que resolverá en una única instancia sin derecho a apelación.

8º La organización, sus auspiciadores y patrocinadores se eximen de toda responsabilidad ante cualquier daño o accidente que pueda sufrir el atleta antes, durante o posterior al evento. Los atletas inscritos declaran que han leído íntegramente las bases de competencia y aceptan todas sus condiciones. Certifican además, que se encuentran en buen estado de salud para participar en la Cuarta Versión Corrida Familiar Maule 5K 2014, autorizando a sus organizadores para hacer uso de sus imágenes para la publicidad y promoción del evento, sin esperar retribución alguna por este concepto.

9º Las Bases estarán disponibles a partir del lunes 22 de Septiembre del 2014 en oficina OIRS de Cesfam Maule y en sitio Web:[www.csmaule.com](http://www.csmaule.com)



## PROGRAMA DE CUARTA VERSIÓN CORRIDA FAMILIAR MAULE 5K

**SÁBADO 11 DE OCTUBRE DE 2014**

17:00 hrs	INICIO DE ACTIVIDADES INSCRIPCIONES Y ENTREGA DE INCENTIVOS
17:45 hrs	CALENTAMIENTO
18:00 hrs	SE DA LA LARGADA CORRIDA FAMILIAR MAULE 5K
19:00hrs	TERMINAN DE LLEGAR LOS CORREDORES
19:30hrs	PREMIACIÓN PARA LAS DISTINTAS CATEGORÍAS DE LA CORRIDA

### CIRCUITO CORRIDA MAULE 5K

