

## **“III CORRIDA FAMILIAR LA PALMA 2014”**

“Promover acciones de estilos de vida saludable y del desarrollo integral de la comunidad”.

El objetivo de esta corrida es fomentar y promover en todos los sectores de nuestra comunidad, la práctica de actividades recreativas y deportivas, integrando a toda la familia, permitiendo estimular, desarrollar y reforzar estilos de vida saludable, la convivencia familiar y comunal, y hábitos de autocuidado personal.

### **1- Convocatoria:**

Invitar a toda la comunidad e interesados además de los colegios de la comuna de Quillota:

Donde se premiara a los 3 primeros lugares de cada categoría exceptuando la familiar y premio a la institución con mayor cantidad de participantes inscritos.

### **2- Nombre Evento:**

“II CORRIDA FAMILIAR LA PALMA 2014”

Fecha:

sábado 07 de Diciembre 2014

Lugar:

comuna Quillota, Sector la Palma, Centro de Salud Familiar La Palma

Se establecerán buses desde las 9 am en plaza de Quillota para dirigirse al evento.

### **3- Recorrido:**

#### **Carrera de 3 kilómetros**

Esta comenzara en Centro de Salud la Palma y seguirá por San francisco, tomando Ariztia, doblando por Calle la Cancha, dará la vuelta por el pasaje los Álamos, y saldrá por Calle san Francisco, hasta llegar Nuevamente a al centro de Salud donde Finalizara.

## **La carrera de 8 kilómetros**

Esta comenzara en Centro de Salud la Palma y seguirá por San francisco, tomando Ariztia, doblando por Calle la Cancha, hasta llegar a los almendros por calle la cancha, luego seguirán por San Francisco hasta llegar a los rodaderos, donde está la intersección hacia la escuela de caballería, desde ese punto retornaran por Calle San Francisco hasta llegar Nuevamente al centro de Salud donde Finalizara.

4- Inscripciones:

Gratuitas

Lugares: El mismo día del evento entre 8:30 y 10:00 hrs.

5- **Categorías**

### **600 mts**

Penecas damas y varones de 6 hasta 9 años

### **3 kilómetros**

Infantil damas y varones 10 a 13 años

Juvenil damas y varones 14 a 17 años

### **3 kilómetros Familiar**

Todo publico

### **Categorías: 8 kilómetros**

Damas y Varones

Juvenil: 14 a 19 años

Adulto A: 20 a 39 años

Adulto B: 40 a 49 años

Sénior: 50 y más años

6- **Distancias:** 3km Familiar. y 8km todo competidor.

7- **Organizan:**

Ilustre Municipalidad de Quillota, OPD y Coordinación Programa Promoción de la Salud CESFAM Ilustre Municipalidad de Quillota y OMJ

8- **Colaboran:**

- Ilustre Municipalidad de Quillota, OPD, Casa del Deporte, Gimnasio Laes y Cesfam la Palma.

## 9- Información:

--Más Info: Al celular 93878611 o al correo [cardenas.tapia@gmail.com](mailto:cardenas.tapia@gmail.com)

## Horarios:

El evento deportivo se realizara según el siguiente programa:

08:30 – 10:00 Inscripciones y entrega de números carrera.

10:00 – 10:15 Calentamiento Masivo.

10:15 Inicio Carrera PENECA

10:30 Inicio carrera General.

12:00 Premiación.

## 10- Premiación:

Se entregarán los siguientes premios a los ganadores de las diferentes categorías exceptuando la corrida familiar de 3k.

1º Lugar Medalla y copa (Damas y Varones)

2º Lugar Medalla (Damas y Varones)

3º Lugar Medalla (Damas y Varones)

Se entregara una copa a la institución que presente la mayor cantidad de deportistas.

Se otorgarán premios sorpresas por sorteo, sin considerar la ubicación en la prueba.

CONAF entregara arboles de la Reserva Nacional Lago Peñuelas a TODOS quienes deseen.

Además a todos los niños inscritos se les entregara Regalos de navidad!

## 11- Organiza:

OPD , Cesfam La Palma y OMJ

## 12- Auspicia:

\* ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLOTA \*, OPD, OMJ, CONAF y IND

