



PROGRAMA

2ª CORRIDA FAMILIAR CESFAM PAILLACO CELEBRACIÓN DIA INTERNACIONAL DE LA APS ANIVERSARIO CESFAM MIÉRCOLES 6 DE SEPTIEMBRE 2017

PROPÓSITO DE LA ACTIVIDAD

El departamento de Salud de Paillaco, mediante su compromiso con la salud de su comunidad, y su objetivo de fomentar hábitos y estilos de vida saludable, organiza su 2ª corrida Familiar con la comunidad escolar, adulta, adulta mayor y de salud. Por medio, de la celebración de hitos internacionales y comunales de relevancia para la Salud de la Población Paillaquina esta actividad financiada gracias a la postulación al Programa de Buenas Practicas año 2017 del Servicio de Salud Valdivia.

Fomentando así;

- Actividades al aire libre con la familiar.
- Incentivar la práctica de actividad física en la comunidad.

RESPONSABLES

- Sr. Luis Pontigo.
- Sr. Andrés Foitzick
- Pablo Valenzuela

COLABORADORES:

- Equipo Vida Sana
- Equipo Promoción de la Salud
- Equipo Mas adultos Mayores Autovalentes
- CCR Paillaco



BASES OFICIALES

El programa de promoción del CESFAM PAILLACO y su componente de actividad física tiene como misión la promoción, organización y ejecución de actividades físico-deportivas dirigidas a toda la comunidad Paillaquina, buscando a través de la práctica deportiva conseguir valores saludables y que ayuden a colaborar en el proceso integral de las personas mediante una gestión eficiente y de calidad.

FECHA : Martes 06 De Septiembre 2016.
LUGAR : PAILLACO salida y meta carreta camino viejo a PICHÍ ROPULLI
ORGANIZA : Departamento de Salud Paillaco
PATROCINA : Programa de Buenas Practicas Año 2017

BASES GENERALES

<u>1.- CATEGORIAS ESCOLARES.</u>	<i>(Damas y Varones)</i>	HORA
6 años y menos	500 mts.	10:00 hrs.
7 – 9 Años	500 mts.	10:15 hrs.
10 – 11 Años	1 km	10:30 hrs.
12 – 13 Años	2 km	10:50 hrs.
Categoría liceanos 1º- 2ª medio	3km	11:10 hrs.
Categoría liceanos 3º- 4º medio	3km	11:40 hrs.
Categoría capacidades diferentes	500 mts	12:00 hrs.
Caminata Adultos Mayores	1 km	12:20 hrs



PREMIACION JORNADA MAÑANA

12:30 hrs.

CATEGORIAS CESFAM Damas y Varones (jornada tarde).

18 – 29 Años	3 km	14:20 hrs.
30 – 39 Años	3 km	
40 – 49 Años	3 km	
50 y mas	3 km	

CATEGORIAS FUNCIONARIOS MUNICIPALES Damas y Varones (jornada tarde).

18 – 29 Años	3 km	15:00 hrs.
30 – 39 Años	3 km	
40 – 49 Años	3 km	
50 y mas	3 km	

CATEGORIA TODO COMPETIDOR Damas y Varones 5 km 15:30 hrs.

2.- Horarios De Inicio Y Término Corrida Familiar

Hora de inicio 9:00 AM.

Comienza con inscripción de comunidad escolar y liceanos.

Hora premiación jornada de la mañana: 12:30 hrs.

Hora inicio jornada de la tarde; 13:30 hrs. Con las inscripciones competidores CESFAM, Funcionarios Municipales y todo competidor.

Hora de premiación: 16:30 hrs.

3.- INSCRIPCIONES: Se realizaran el mismo día del evento y se entregara un número a cada atleta el cual lo tendrán que llevar en el pecho para realizar el respectivo control de llegada.



Las inscripciones se realizarán desde las 9:00 hrs hasta las 10:00 hrs. La inscripción estará a cargo del Sr. Luis Pontigo encargado del Programa de Promoción de la Salud Paillaco.

4.- **ATRASOS:** Una vez iniciada la prueba ya no se permitirá la participación de atletas que lleguen atrasados.

5.- **LLAMADO:** Se realizarán llamados por sistema de altoparlantes y los atletas deberán pasar lista en CAMARA DE LLAMADOS 5 minutos antes de la prueba. Es responsabilidad de los atletas presentarse en el momento oportuno. El encargado de pasar lista será el profesor de promoción Sr. Andrés Foitzick y el Sr. Luis Pontigo, quien indicará el inicio de la competencia.

6.- **PREMIACIÓN:** Se premiará con medallas y estímulos a los 3 primeros lugares de cada prueba, y se realizará al final de cada jornada, en la mañana a las 12:30 hrs y en la jornada de la tarde a las 16:30 hrs.

7.- **LLUVIA:** En caso de lluvia NO SE SUSPENDERÁ la competencia.

8.- **CONTROL:** La competencia será controlada por el equipo de colaboradores antes mencionados.

9.- **SEGURIDAD DE LA COMPETENCIA:** se contará con un stand de salud a cargo de un técnico paramédico del CESFAM, quien tendrá como función acudir en caso de algún accidente en la jornada.

9.- **HIDRATACIÓN:** cada competidor tendrá acceso a hidratación y la entrega de una colación saludable al final de la competencia.

10.- **ACTIVIDAD RECREATIVA:** al final de cada jornada se realizará un baile entretenido antes de la premiación para agrupar a los participantes, el baile estará a cargo del Profesor Pablo Valenzuela.

Por cualquier duda consultar al correo janop1984@gmail.com o al fono 966878459 con el Sr. Luis Pontigo B.