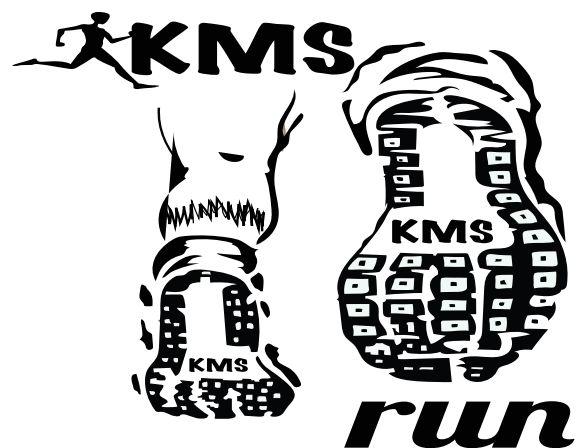




KMS Trail Running Parque Alerce Andino

*29 De abril 2018
Ciudad de Puerto Montt, Chile.*

Introducción.

La falta de actividad física o inactividad física trae consigo distintas patologías asociadas a este mal de nuestra sociedad actual.

Nuestra población no está ajena a esta realidad, según el ministerio de salud en Chile ocho de cada diez personas son sedentarias, trayendo consigo la adquisición de enfermedades no transmisibles (diabetes, presión arterial alta etc.). de acuerdo a lo antes señalado, nuestra propuesta tiene por objetivo realizar un trail, que consiste en correr fuera de las calles y que se lleva a cabo en terrenos agrestes, generalmente con grandes pendientes y desniveles, esta práctica al mismo tiempo ayuda a desconectar la mente de la rutina en escenarios totalmente naturales. Es por esto que se invitan participar y realizar actividad física a las familias en un entorno seguro e idóneo para la adquisición de hábitos de estilos de vida saludable. Así también convertir esta experiencia en un encuentro donde nuestro cuerpo adquiere una sensación placentera y completa, que abarca las áreas físicas, mentales, emocionales y espirituales.

Justificación

La iniciativa tiene como objetivo incentivar la práctica de actividad física al aire libre, a través de un evento deportivo de calidad que aporte a mejorar los estilos de vida saludables, disminuir los índices de sedentarismo, mejorar la relación con nuestros pares, disfrutar de un entorno natural.

A partir del año 2013 se han ido incrementando las corridas de trail running, debido a la gran aceptación que tienen en la población. Cabe señalar que estos eventos son abiertos a la comunidad e inclusivos.

Objetivo General

Otorgar a la comunidad de Puerto Montt y sus alrededores un evento deportivo seguro y de calidad para la práctica de actividad física.

Objetivo Específicos

- Incentivar la práctica de actividad física y deportiva.
- Mejorar la calidad de vida de la población.
- Proporcionar un evento seguro y de calidad.
- Reunir a la comunidad en torno a este evento deportivo.

Propuesta corrida

Esta propuesta tiene por objetivo realizar una corrida de trail running, que contemple tres distancias para damas, varones y capacidades diferentes:

- 2 kilómetros, para las familias y niños menores de 15 años
- 10 kilómetros para corredores desde 16 años hasta 60 y más.
- 15 kilómetros para corredores desde los 16 años hasta 60 y más.

Cada distancia cuenta con diferentes categorías.

Funcionamiento de la corrida

Necesidades

- 1-Jueces LLEGADA
- 2- JUECES DE RUTA
- 3-Poleras para diferentes categorías
- 4- morral
5. Medallas finalistas
- 6- medalla premiación
- 7-Profesora (baile entretenido)
- 8-Horarios entrega de poleras y números inscripciones
- 9-Toldo
- 10-Baños Químicos (6)
- 11-Radios de comunicación (6)
- 12-chicharra para la largada.
- 13-Locucion
- 14-Amplificación
- 15-Podium
- 16-Agua
- 17-Mesas
- 18-Ambulancia de rescate y paramédico.