

1ER CARRERA ATLETICA UNAM CAMPUS MORELIA

“CV ANIVERSARIO DE LA FUNDACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MEXICO”

DOMINGO 27 DE SEPTIEMBRE 7:30 HRS.

CIRCUITO DEL CAMPUS MORELIA

LA CONVOCATORIA QUEDA ABIERTA A PARTIR DE SU PUBLICACIÓN, HASTA EL DÍA 21 DE SEPTIEMBRE DEL PRESENTE AÑO.

- La salida será a las 7:30 hrs A.M. frente al edificio de Servicios Generales de la CSAM.
 - El recorrido será de 6 km (dos vueltas por el circuito del CAMPUS), como carrera.
 - La meta será en el mismo punto de salida.
- **PODRAN PARTICIPAR:** Estudiantes, académicos, administrativos, personal de base y profesores.

RAMAS:

Varonil y Femenil.

GANADORES:

Se premiará a los tres primeros lugares de cada rama, deberán presentar credencial de universitario. Los ganadores que no estén presentes en la ceremonia de premiación no podrán reclamar su premio posteriormente.

Las inscripciones se realizarán en las oficinas de la COESI, con el Lic. Alberto Pérez Farías, a partir de su publicación hasta el día 21 de Septiembre, con horario de 9:00 a 13:00 hrs.

- **REQUISITOS PARA LA INSCRIPCIÓN.**

- **COSTO DE INSCRIPCIÓN:** \$70 pesos por participante, el interesado tendrá que acudir al área de COESI para otorgarle número de referencia para el depósito de la cuota.
(El día de la carrera se entregará la playera de participación)
- Presentar original y entregar copia de credencial universitaria vigente.
- La entrega de números será únicamente el viernes 25 de septiembre del presente año, en las oficinas de COESI, en el departamento de Actividades deportivas de 9:00 a 13:00 horas.
- El corredor que por cualquier motivo no recoja su número en el horario y fecha indicada, no podrá reclamarlo posteriormente.

Informes

Al número telefónico 443 689 35 00 EXT. 80 507 o al correo aperez@enesmorelia.unam.mx

Recomendaciones

Día de la carrera

- Corre con ropa deportiva cómoda, no es recomendable usar ropa o tenis nuevos, ni aquella que impida una adecuada ventilación.
- Es muy importante que comas algo ligero, evita alimentos que no acostumbras o aquellos de tardada digestión.
- Hidrátate bien antes, durante y después de la carrera.
- Úntate aceite o vaselina en axilas, pecho y entrepiernas para evitar rozaduras.
- Atención médica.- Durante el recorrido y en meta.
- Hidratación.- Durante el recorrido y en la meta.
- Cada participante será responsable de su estado de salud sea el óptimo para inscribirse a la carrera. Te recomendamos realizarte un examen médico general.

Reglamento.

Será descalificado todo aquel corredor que:

- No se coloque el número a la altura del pecho
- Participe con un número que no le corresponda.
- Al darse el disparo de salida esté delante de la línea de salida.
- Presente conducta antideportiva

Para evitar accidentes, no se permite correr con mascotas

Ruta

Importante

Todas las categorías de la rama varonil deberán hacer el recorrido por su lado derecho desde la salida hasta la meta y rama femenil por lado izquierdo.

- La ruta considera subidas y bajadas, que por tu seguridad debes tomar con precaución.
- Evita correr por los prados, camellones o pisar topes que delimitan el carril del CAMPUS, te puedes lesionar.
- Después de hidratarte, arroja la basura a los costados para evitar accidentes. Habrá una ambulancia que seguirá al contingente al pasar el último corredor.

Antes de la carrera: Te sugerimos un examen médico general. Si el día del evento no te sientes bien NO CORRAS.

