

## **LOMAS CORRE DE AZUL**

**3 De ABRIL- 8 hs**

**Lomas Corre de Azul**, esta abierta a la comunidad, con el fin de concientizar a la población sobre el trastorno del Espectro Autista. Teniendo en cuenta que el 2 de Abril es el día Mundial de Concientización del Autismo te esperamos para disfrutar de un evento recreativo para toda la familia.

### **DISTANCIA**

- 400mts (niños/as dentro del espectro autista)
- 1K (Familiar)
- 5K (General)

### **LARGADA/LLEGADA**

- Pista de Ciclismo

### **HORARIOS DE LARGADAS**

- 400mts a las 9:30hs
- 5K largará a las 10:20hs
- 1K tendrá su largada a las 10:30hs

### **HORARIOS DE INGRESO AL PARQUE CERRADO**

- 9hs -400mts
- 10hs- 1K y 5K

### **INCRIPCIÓN GRATUITA**

- Desde 23/03 al 1 de Abril

### **ENTREGA DE KITS**

- La entrega de kits se realizara en el IMDIPAM Gral Frías 1115 Lomas de Zamora, el día 2 de Abril de 10:00 a 18:00hs.

## DOCUMENTACIÓN

- Deslinde completo y firmado
- Declaración jurada
- DNI
- Certificado médico obligatorio original o fotocopia ( para los que participan en los 5K)

## REMERAS

- Los 3000 primeros inscriptos que se acrediten recibirán remera oficial. La elección del talle está *Sujeta a Stock* disponible al momento de su retiro. ***Es obligatorio su uso durante todo el recorrido de las diferentes modalidades.***

## PARQUE CERRADO

- Cada participante deberá presentarse según el horario indicado en el apartado “HORARIOS DE INGRESO AL PARQUE CERRADO”. Únicamente podrán ingresar aquellos que estén debidamente inscripto, exhibiendo al personal de seguridad la remera reglamentaria.

## ENTRADA EN CALOR

- Ningún participante podrá permanecer ni realizar la entrada en calor por delante de la línea de partida.

## LLEGADA

- Una vez que el participante cruce la línea de llegada deberá salir del sector vallado de forma rápida por razones de seguridad. En el caso que el corredor desee encontrarse con otro competidor deberá hacerlo fuera de este sector.

## HIDRATACIÓN

- Cada corredor recibirá hidratación durante el recorrido y en el sector de llegada

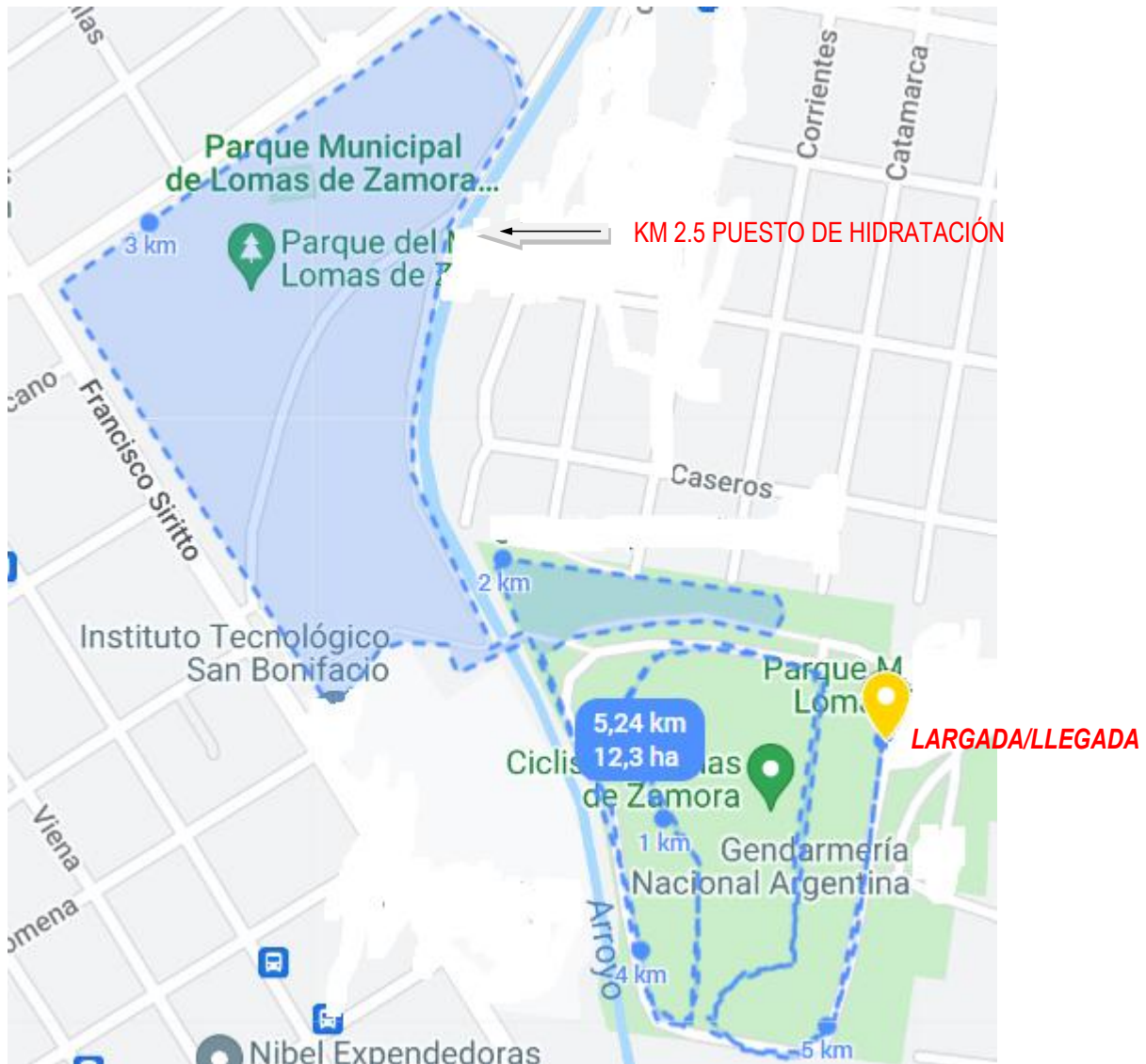
## Ubicación de los puestos

- KM 2,5
- LLEGADA

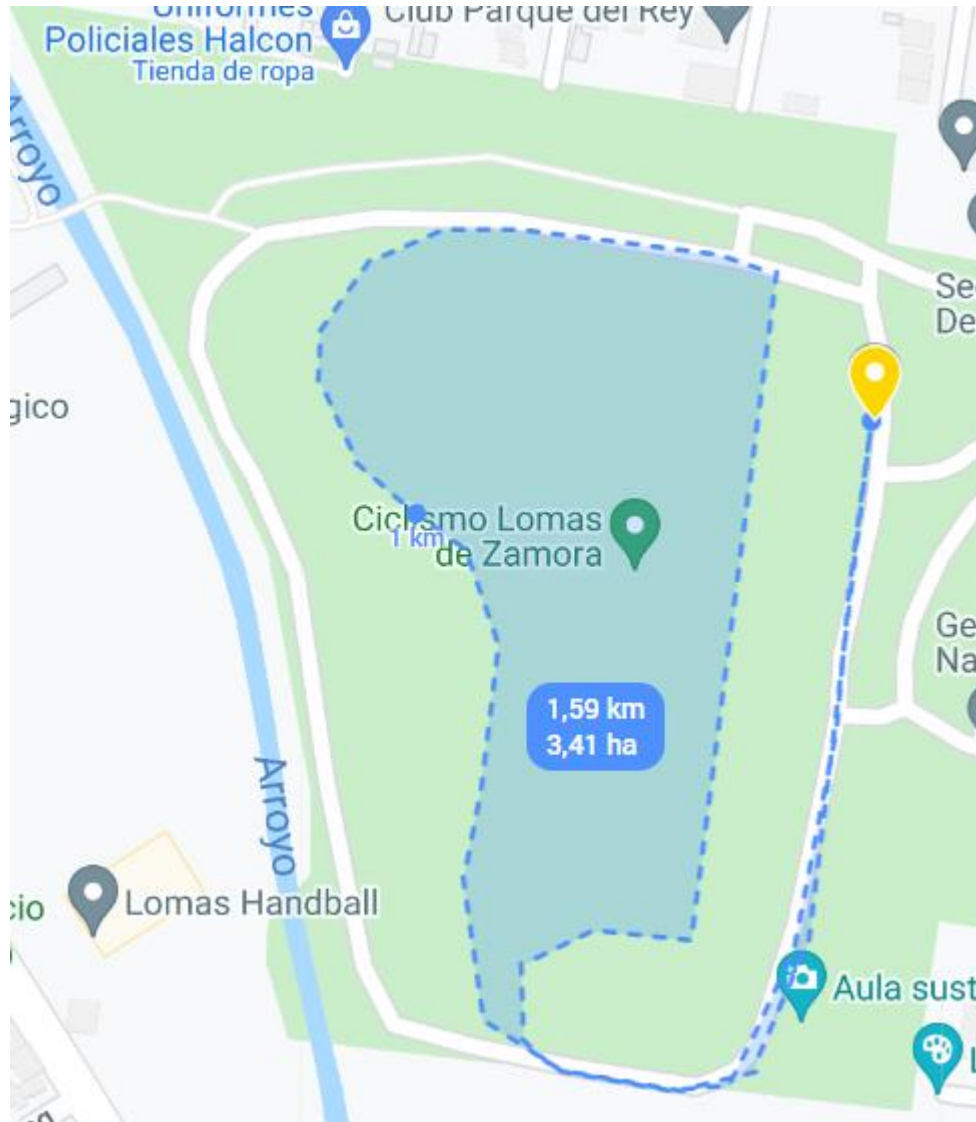
## CIRCUITO

- El recorrido estará señalado en cada kilómetro con carteles.

**CIRCUITO DE 5K** (Circuito no apto para silla de ruedas).



## CIRCUITO DE 1K



### CATEGORÍAS (Distancia 5K)

- General (Damas- Caballeros)
- Otras Discapacidades (Damas- Caballeros)

### PREMIACIÓN

Se premiara de manera presencial a las siguientes categorías:

- General, damas y caballeros del 1° puesto al 5° puesto con trofeo
- Atletas con Discapacidad; damas y caballeros del 1° puesto al 3° puesto con trofeo.

El resto de las modalidades no tendrán premiación.

## **MEDALLAS**

- Se entregarán medallas finisher.

## **GUARDARROPAS**

- No habrá servicio de guardarropas

## **SERVICIO MÉDICO**

- El evento contará con el servicio de ambulancia y médicos para atender cualquier emergencia durante el período de la competencia. En caso de accidente, la cobertura que brinda la Organización, tendrá un alcance hasta que el participante ingrese al hospital más cercano al Parque Municipal. La atención médica posterior está a cargo del participante, no haciéndose responsable a los Organizadores, de las consecuencias que pudieran resultar de dicha atención

## **RECOMENDACIONES**

- Efectuar una adecuada planificación del entrenamiento.
- Buen descanso el día previo a la prueba.
- No participar si se ha padecido una lesión o enfermedad recientemente.
- Realizar una buena hidratación días previos a la competencia y durante la misma.
- Recordar la importancia de realizar el precalentamiento.
- Procurar una adecuada dieta los días previos a la prueba.

## **EN CASO DE LLUVIA EL EVENTO SE REPROGRAMARÁ**

**TODOS LOS PARTICIPANTES DEBEN CONOCER Y RESPETAR EL REGLAMENTO DE EVENTO.**

**Director del Evento:** *Ricardo Tornesse*

**Organiza:** *IMDIPAM y Secretaria de Deportes de Lomas de Zamora*

**Colaboran:** *Transito, EcoLomas, Cultura, Defensa Civil, Policía Local, Salud y 107*