primera carrera
YO SOY UDGVirtual
23 al 25 de octubre

5k - 10k - Virtual

Convocatoria

La primera carrera #YosoyUDGVirtual es un recordatorio del orgullo de pertenecer a la Universidad de Guadalajara, una institución con reconocimiento y prestigio ganado a través de 95 años de trabajar por la educación incluyente y el desarrollo social.

En esta carrera, no corres solo, corremos unidos por el orgullo de celebrar la diversidad cultural, la igualdad, el aprendizaje, la colaboración y la innovación, así como tu pertenencia al Sistema de Universidad Virtual.

¡Camina, trota o corre y muestra tu orgullo de ser #UDGVirtual!

Categorías

A. 5 kilómetros
B. 10 kilómetros

Inscripciones

- La inscripción es gratuita
- Inscríbirte en la página web: **https://carreravirtual.khero.mx/udg/**
- Las inscripciones cierran el 21 de octubre de 2020
- En el registro, cada participante indicará si desea cumplir la meta de 5 o de 10 kilómetros
- Al registrarte, recibirás tu número de corredor/a

Carrera

Puedes correr, caminar o trotar para cumplir tu meta.

Fecha y hora de salida: es flexible, puedes iniciar a cualquier hora del día del viernes 23 de octubre y concluir antes de las 23:59 horas del domingo 25 de octubre.

Lugar: en cualquier parte del mundo, los kilómetros y tiempos se medirán por medio de la app *KHero* (Android / IOS). Puedes cumplir tus kilómetros:

- En el parque más cercano a tu casa o alrededor de tu domicilio o colonia

Asistencia: para obtener apoyo sobre el uso de la aplicación, envía un mensaje de Whatsapp al número 33 2548 1108.

Premiación

El reto es personal. Al cumplir la meta que te propusiste, serás acreedor de una medalla que podrás recibir en tu domicilio. Por cuestiones logísticas, el envío tardará entre tres y cuatro semanas después de la carrera. Quienes radiquen en la Zona Metropolitana de Guadalajara podrán recogerla en alguna de las sedes de UDGVirtual (recibirán las indicaciones en el correo electrónico registrado).

Registro de resultados

Con la app *KHero* harás el registro de tu tiempo recorrido y obtendrás una imagen de tu(s) trayectoria(s). Al concluir, te enviaremos la información de tu carrera para su descarga. Registrarás tus tiempos a través de los siguientes pasos:

1. Descarga la app *KHero.*
2. Antes de iniciar tu recorrido, ingresa para registrar tus resultados. Puedes cumplir la meta en uno de los días señalados o sumar kilómetros durante los tres días.
3. Observarás el seguimiento y recorrido en la geolocalización del mapa dentro de la app *KHero.*
4. Podrás consultar tus resultados de forma inmediata al terminar tu(s) recorrido(s) en la app *KHero.*

Comparte y se parte de la comunidad #YosoyUDGVirtual

Comparte tus resultados y experiencia con la comunidad de la carrera en las redes sociales de UDGVirtual en Facebook (www.facebook.com/udgvirtual), Twitter (twitter.com/UDGVirtual_SUV) e Instagram (@udgvirtual).

- Utiliza los hashtags: #CarreraUDGVirtual2020 y #YosoyUDGVirtual
- Sube fotos de tus recorridos y añade tu número de corredor/a
- Publica fotos con tu medalla para compartir el logro de tu meta.

Recomendaciones

- Si no practicas una actividad física de manera regular, opta por cumplir tu recorrido caminando. Inicia con un ritmo de baja intensidad y aumenta gradualmente.
- Estamos en una contingencia sanitaria por SARS COVID-19. Evita hacer tu carrera si tienes fiebre, tos o dificultades para respirar. Lo más importante es cuidar tu salud. Sigue las indicaciones de tus autoridades de salud locales.
- Al realizar tu recorrido en un espacio público abierto para caminar, correr o hacer ejercicio, acata la sana distancia y no olvides lavarte las manos con agua y jabón, antes de salir y cuando vuelvas a casa. Si puedes, lleva contigo un desinfectante para manos a base de alcohol, úsalo al llegar al lugar donde realizarás tu caminata.
- Observa y cumple las restricciones que indican las autoridades sanitarias locales sobre el número de personas que pueden caminar o correr juntas en el espacio donde realizarás tu actividad.

Notas importantes

- El cuidado de la salud de las y los competidores es responsabilidad de cada una de ellas y de ellos. No es responsabilidad del comité organizador.
- El comité organizador no se hace responsable de los accidentes que se pudieran presentar en el recorrido de cada participante, por considerarse un riesgo personal y deportivo.

*CONVOCATORIA SUJETA A CAMBIOS SIN PREVIO AVISO

UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA
Red Universitaria e Institución Benemérita de Jalisco

UDGVIRTUAL®

#CarreraYoSoyUDGVirtual