

# ESPN EFECTO RUNAHOLICS

PRESENTADO POR



# 2 CORRO LUEGO EXISTO



Circuito Gandhi, CDMX

5 de mayo 2019

## ENTREGA DE KITS



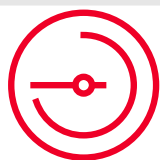
¿CUÁNDO?

**Viernes 3 y sábado 4  
de Mayo.**



¿DÓNDE?

**Innovasport Polanco**  
Avenida Horacio 203, Polanco,  
11560 Ciudad de México, CDMX



¿EN QUÉ HORARIO?

**Viernes de 11:00 a 18:00 h y  
Sábado de 9:00 a 15:00h.**



Recoge tu kit de corredor que incluye:

- \*BRAZALETE
- \*NÚMERO CON CHIP
- \*PLAYERA CONMEMORATIVA

En la tienda **INNOVASPORT** encontrarás una gran variedad de artículos deportivos, tenis y productos de salud y fitness.

## PROCESO PARA ENTREGA DE KITS



1.- Imprime en casa tu confirmación de inscripción.  
(sino la tienes descarga nuestra app AS deporte y gestiona tus inscripciones.

2.- Descarga e imprime el formato de EXONERACIÓN,  
llénala y fírmala. Descárgala en la siguiente liga:

[https://web.asdeporte.com/wp-content/uploads/2018/12/EXONERACION\\_esp\\_n\\_2019.pdf](https://web.asdeporte.com/wp-content/uploads/2018/12/EXONERACION_esp_n_2019.pdf)

3.- Lleva el día de la entrega de kits, tu confirmación de inscripción, exoneración y copia de tu identificación oficial con fotografía.

**DEBES RECOGER TU PROPIO NÚMERO DE COMPETIDOR ANTES DE LA CARRERA EN PERSONA, SIN EXCEPCIONES.**

### EQUIPO DE 'PACERS'

El EQUIPO VO2 MAX proporcionará 'pacers'  
(marcadores de paso), oficiales para el evento.

Este servicio es gratuito y está abierto para todos los participantes inscritos.

Acude al módulo EQUIPO VO2 MAX en el lugar de entrega de kits para unirte y recibir tu 'Pacer Bib'.

Tiempos de 'pacers' disponibles para esta carrera:  
1:40, 1:45, 1:50, 1:55, 2:00 y más.



## CAMBIOS DE BLOQUE DE ARRANQUE

**No habrá cambios de BLOQUE el día de la carrera.**



## ESTACIONAMIENTO PARA LA ENTREGA DE KITS

La tienda INNOVASPORT POLANCO cuenta con un pequeño estacionamiento propio. En caso de no encontrar estacionamiento en la tienda, recomendamos buscar en las calles aledañas o centros comerciales cercanos.

**Estos estacionamientos no están operados por AsDeporte.**

**¡OJO! Las calles aledañas cuentan con parquímetro, toma tus precauciones.**

## DÍA DEL EVENTO

DOMINGO 5 DE MAYO



### SALIDA Y META:

Círculo a Gandhi, frente a monumento a Gandhi.

HORARIO DE DISPARO DE SALIDA: 7:00 am.



### LLEGADA AL EVENTO

### ESTACIONAMIENTO:

Los estacionamientos aledaños al punto de salida y meta en Paseo de la Reforma son: Río Elba No. 47 , Av. Paseo de la Reforma No. 300 , Plaza Magna , Homero 1500, Paseo de la Reforma No. 115, Descartes No. 54.

**La seguridad de los autos es independiente a AsDeporte, recomendamos no dejar objetos de valor dentro de tu vehículo.**

**QUEDA PROHIBIDO ESTACIONARSE SOBRE LA RUTA DE LA CARRERA. HABRÁ OPERATIVO DE GRÚAS.  
RECOMENDAMOS IR EN GRUPOS O CON AMIGOS EN EL MISMO AUTOMÓVIL O MEJOR AÚN, UTILIZAR EL SERVICIO DE TRANSPORTE PÚBLICO/PRIVADO.**



## ZONA DE SALIDA

Al llegar al lugar, dirígete a la zona de estiramiento (monumento a Gandhi), para prepararte antes de la carrera.

Aquí encontrarás guardarropa y baños.

Planea llegar **POR LO MENOS UN HORA ANTES** del disparo de salida.



## BLOQUES DE SALIDA

El brazalete será asignado de acuerdo a tu tiempo estimado para completar el recorrido, mientras más rápido sea tu tiempo, más cerca estarás de la línea de salida.

Los corredores podrán ingresar a los bloques a las 6:30 am. Localiza el acceso al bloque de acuerdo al color del brazalete.

No habrá cambios de bloque el día de la carrera.

**Recuerda que si pagaste tu inscripción con tarjeta Banorte tendrás acceso al bloque especial que tenemos para ti.**



## OLEADAS DE ARRANQUE

Utilizaremos oleadas para los arranques. Esto permitirá que la salida sea más cómoda para todos los corredores.

Cuando se escuche la señal de salida, el primer grupo será liberado y el resto de los participantes se mantendrá detrás de la línea de salida. Sus grupos se irán liberando cada uno o dos minutos.

## SERVICIOS



### GUARDARROPA

**HORARIO: 6:00 –10:00 HRS.**

Las bolsas se guardarán de acuerdo al número de competidor, para que las recojas al finalizar la competencia.

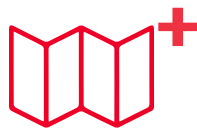
Por favor, recoge tu bolsa antes de las 10:00 HRS.  
No dejes artículos de valor, dinero, joyas, celular, iPod, etc.  
en dicha bolsa.



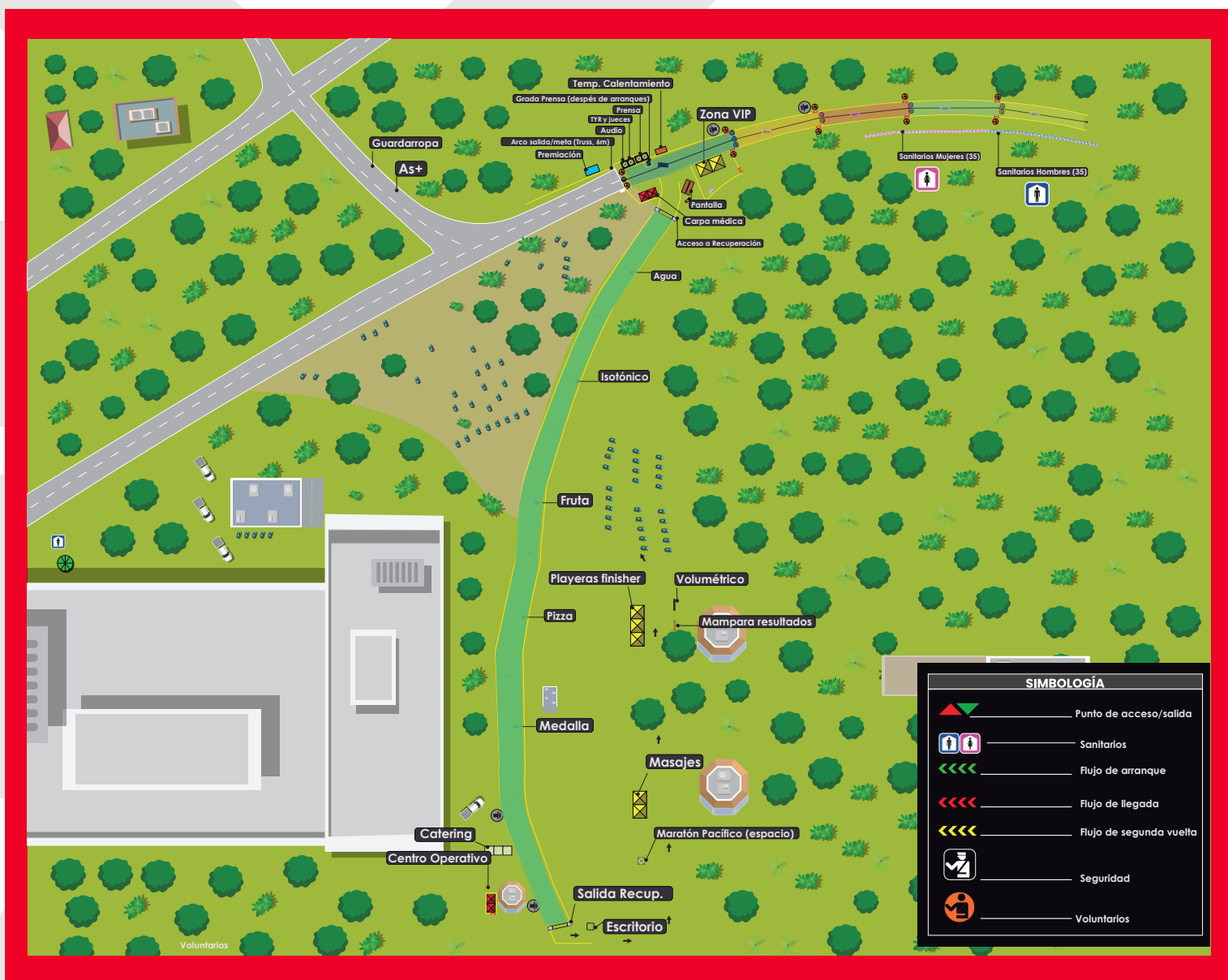
### ABASTECIMIENTOS EN LA RUTA

Habrá ocho puntos de abastecimiento dentro del recorrido, donde se dará Gatorade y agua Epura de manera alternada en cada punto de abasto.





## MAPA DE SERVICIOS







## BAÑOS PORTÁTILES

Estarán localizados en los puestos de abastecimiento en los kilómetros 2.5, 5, 10 y 20, tanto para hombres como para mujeres y en la zona de arranque.



## APOYO MÉDICO

Habrà apoyo médico en los kilómetros 1, 2.5, 6.5, 10, 13.5 y 21.



## TIEMPO LÍMITE PARA COMPLETAR LA CARRERA

El tiempo límite oficial para completar la ruta es de 3 horas 00 minutos (8.3 min/km). Habrá una barredora detrás del último competidor, la cual avanzará a la velocidad del paso límite oficial.

Si algún participante se rezaga detrás de la barredora, este será recogido por la misma y se le acercará a los últimos corredores (en dicho caso, este competidor será descalificado). El tiempo límite será estrictamente vigilado, ya que las calles de la ciudad deberán reabrirse a la circulación en el horario establecido.

**Recuerda que la medalla y playera de finisher serán entregadas únicamente al cruzar la meta.**



## PREMIACIÓN

La ceremonia de premiación tendrá lugar en el monumento a Gandhi al terminar la competencia y se premiarán a las siguientes categorías:

## TABLA DE CATEGORÍAS

	CATEGORÍA VARONIL	CATEGORÍA FEMENIL
16 A 19 AÑOS	AV	AF
20 A 24 AÑOS	BV	BF
25 A 29 AÑOS	CV	CF
30 A 34 AÑOS	DV	DF
35 A 39 AÑOS	EV	EF
40 A 44 AÑOS	FV	FF
45 A 49 AÑOS	GV	GF
50 A 54 AÑOS	HV	HF
55 A 59 AÑOS	IV	IF
60 Y MÁS	-	JF
60 A 64 AÑOS	JV	-
65 A 69 AÑOS	KV	-
70 Y MÁS	LV	-



FOTO

Tus fotos, así como tu resultado oficial gratuito, estarán disponibles en línea 48 horas después del evento en:  
**[www.asdeporte.com](http://www.asdeporte.com)**

SI TIENES ALGUNA DUDA EN EL EVENTO,  
**POR FAVOR PREGUNTA POR EL STAFF DE ATENCIÓN AL ATLETA**  
Y CON GUSTO TE AYUDARÁ.

## GRACIAS A TODOS NUESTROS PATROCINADORES

### AGRADECIMIENTOS:

SECRETARÍA DE GOBIERNO

FEDERACIÓN MEXICANA DE ASOCIACIONES DE ATLETISMO

INSTITUTO DEL DEPORTE DEL DISTRITO FEDERAL

SECRETARÍA DE PROTECCIÓN CIVIL

DELEGACIÓN CUAUHTÉMOC

DELEGACIÓN MIGUEL HIDALGO

DIRECCIÓN DEL BOSQUE DE CHAPULTEPEC

