



Asociación Mexicana de Fibrosis Quística, A.C.



Sábado  
18 Mayo 2024

¡AYUDAR  
NUNCA FUE  
TAN FÁCIL!

10<sup>a</sup> CARRERA  
"YO AMO A ALGUIEN CON  
FIBROSIS QUÍSTICA"

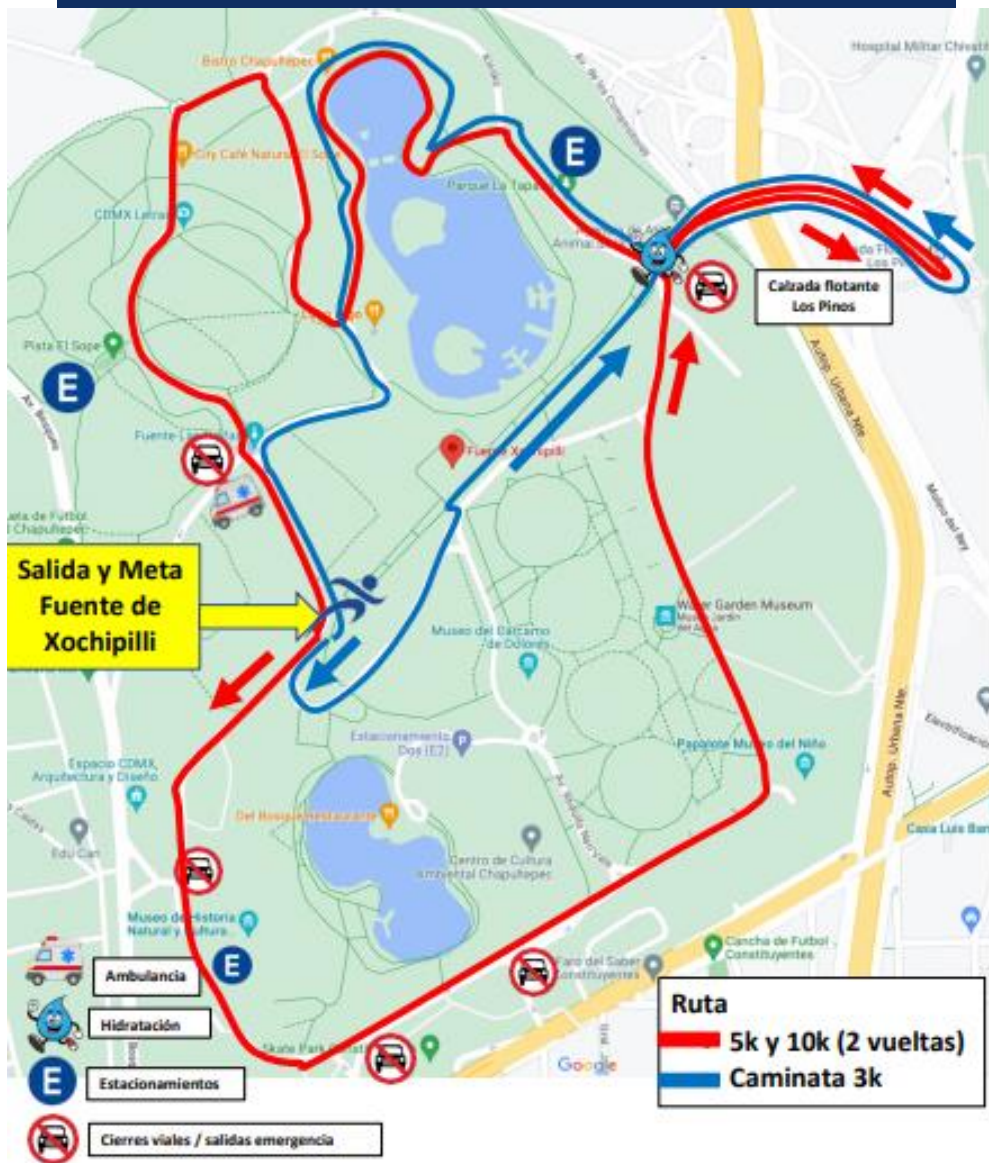
CAMINATA 3K - CARRERA 5K Y 10K

RETO KIDS - DONATIVO



@AMFQMX

## RUTA CORREDORES Y CAMINADORES



# Premiación Fuente de Xochipilli



## Importante



Si llegas en auto los accesos a  
los estacionamientos del  
bosque  
se cierran a las **6:00 am**

Toma precauciones



Asociación Mexicana de  
Fibrosis Quística, A.C.

# RetoKids

Te informamos que a las **8:30am**  
comienza el **RetoKids**

Niños de 5 a 12 años

La dinámica se anunciará  
en el momento

# REGLAMENTO

## **Información General**

El próximo Sábado 18 de mayo de 2024, a las 6:00 horas, la Asociación Médica ABC organiza su 31ª. Carrera de la Asociación Médica del Centro Médico ABC carrera 10 km y 5 km caminata 3km. Dentro de la 2ª Sección del bosque de Chapultepec.

## **Categorías y Premios**

Las categorías serán individual absoluta masculina y femenina. Tendrán premio los 3 primeros clasificados de ambas en la carrera de 10 km y 5 km.

## **Derechos del competidor:**

Playera, el uso de la playera es obligatorio Medalla al cruzar la meta Número de competidor Hidratación en ruta Servicio Médico en ruta

## **Motivos de descalificación:**

- No tener colocado el número de participante al frente de la playera durante toda la competencia.
- Estar adelante de la línea de salida en el momento de dar la señal de inicio de la carrera.
- No seguir la ruta marcada.
- Actitudes antideportivas con participantes y/o jueces.
- No concentrarse en el área de salida.
- No habrá reasignaciones de folios ni devoluciones de cuotas de inscripción.
- El trayecto de la modalidad 10K se mantendrá abierto a partir de la señal de salida de la carrera (las 7:00 AM) hasta las 8:30 AM horas (una hora y 30 minutos después).

Se recomienda hacerse una revisión médica y / o prueba de esfuerzo a todas aquellas personas que no hayan corrido una prueba de similares características anteriormente o lleven un período prolongado de tiempo sin realizar actividad física