

# CARRERA 8.5 KM

## Por los 85 Años de la Facultad de Ciencias

**Domingo 22 de septiembre / 8:30 am**

**Circuitos de Ciudad Universitaria**



**¡No te la pierdas!**



Facultad de  
Ciencias  
UNAM

Unam  
La Universidad  
de la Nación

TIENDA en LINEA DE LA  
UNAM

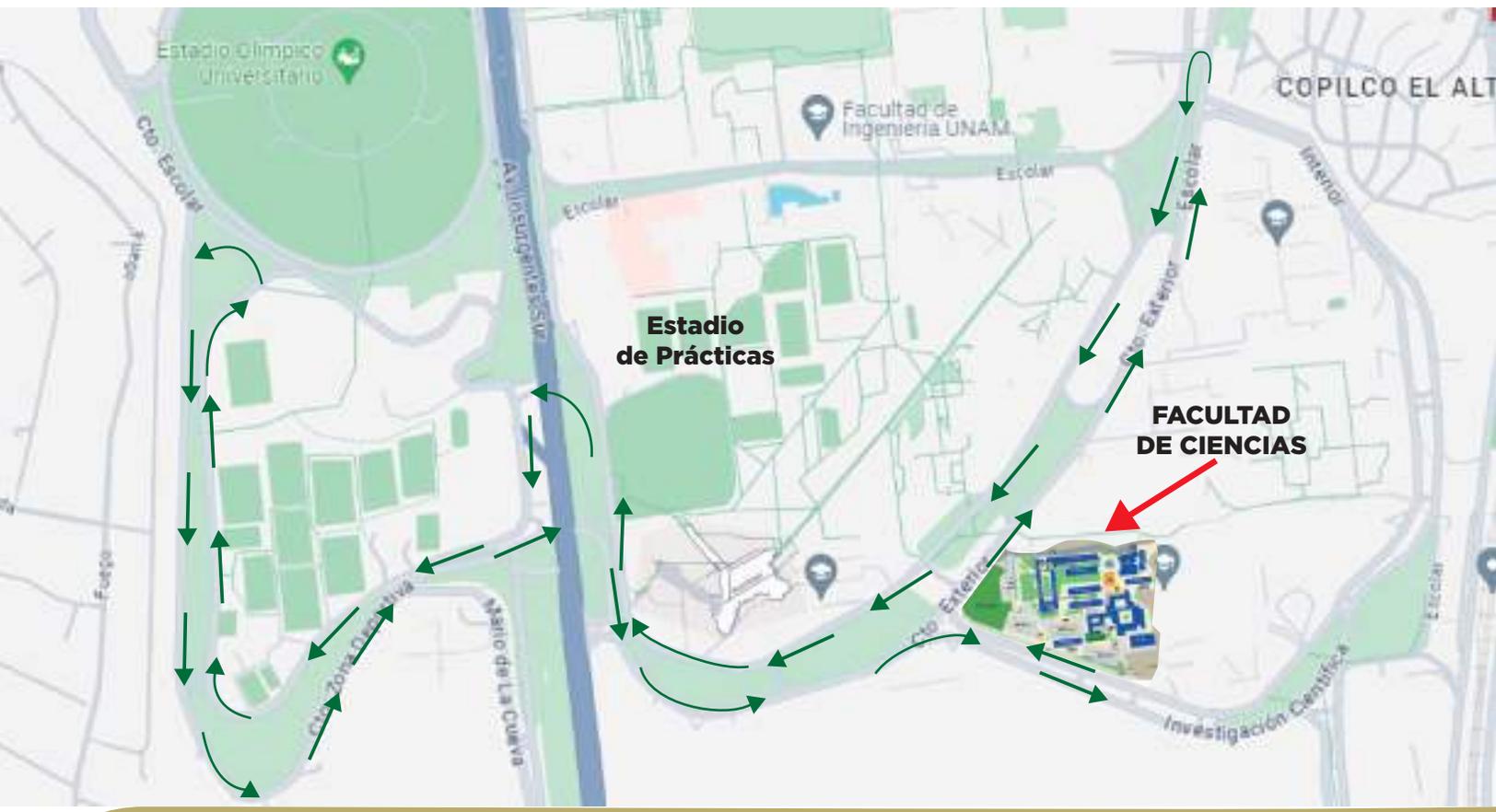


IDRA  
FAST  
#hidratación  
#inteligente

# INSTRUCTIVO



- a** Hidratación
- b** Ambulancia
- c** Plátanos
- d** Naranjas
- e** Medallas
- f** Podium
- g** Público
- h** Guardaropa



## Instrucciones

El día domingo 22 de septiembre te esperamos a las 7:30 horas, con el objetivo de que cuentes con el tiempo suficiente para que localices el guardarropa, la zona de salida y sanitarios.

Al llegar al lugar del evento, te pedimos presentarte con el número que te corresponde colocado en la parte delantera de la playera a la altura del pecho.

## Servicios

- **Médico e hidratación**, en el estacionamiento de estudiantes.
- **Guardarropa** (de 7:30 a 11:00 horas) a un costado de la zona de talleres. *Recuerda que el Comité Organizador no se hará responsable por extravío de objetos de valor.*
- **Sanitarios** (de 7:30 a 11:00 horas)  
Están ubicados en el edificio Tlahuizcalpan de la Facultad.

## Recomendaciones para correr

- **Estimado corredor:** con el fin de que disfrutes tu participación en la carrera, te damos unas sugerencias que te pueden ayudar el día del evento:
- **Utiliza ropa cómoda y apropiada para correr** (playera, short, y tenis) y recuerda que no es recomendable usar ropa deportiva o tenis nuevos.
- **No ingerir alimentos**, por lo menos, dos horas antes de iniciar la carrera.
- **Hidrátate bien** un día antes de que se efectúe el evento. Frótate aceite o vaselina en axilas, pecho y entrepiernas para no sufrir rozaduras.
- **Realiza un buen calentamiento**, previo a la carrera, para tener un mejor rendimiento durante la competencia.
- La sesión de calentamiento inicia a las **8:00** de la mañana.



## Recomendaciones del recorrido

**RUTA:** Facultad de Ciencias, Facultad de Veterinaria, Anexo de Ingeniería, Facultad de Contaduría, Estadio “Tapatío Méndez”, Campo de Beisbol, Pista de calentamiento, Jardín Botánico, DGSCA y Facultad de Ciencias.

- **La hidratación** estará en el kilómetro 5.5
- Un **segundo puesto de hidratación** estará en la carpa de servicio médico.

## Ganadores

- Los **tres primeros participantes que rebasen la meta** de las diferentes ramas y categorías, deberán permanecer cerca de la zona de jueces hasta obtener los resultados oficiales.
- **Los ganadores** de la carrera que no estén presentes durante la ceremonia de premiación, no podrán reclamar su premio posteriormente.

## Rifa

- **Al concluir la carrera** deposita el desprendible de tu número en la urna y participa en la rifa de una pantalla plana, que se efectuará al finalizar la premiación.



Facultad de  
Ciencias  
UNAM

