



Protocolo y procedimiento para la carrera de 5 km

Procedimiento para la carrera de 5 km

GOTR NOVA pide que por favor observen las siguientes reglas durante su participación en la carrera de 5 km:

1. No se permite la participación de perros en ninguna parte de la carrera.
2. No se permite llevar paraguas en la carrera ya que sería un riesgo de seguridad debido al gran número de participantes y voluntarios en la carrera.
3. Los participantes en la carrera pueden usar cochecitos de bebé, pero todos los participantes deben estar inscritos con dorsal (incluyendo los niños en los cochecitos). Los participantes cochecitos deben empezar en el último corral, Verde 5 por seguridad.
4. Solo los corredores inscritos que lleven dorsal podrán ingresar a las zonas de salida y meta.

Protocolo para la carrera de 5 km

Para que el evento sea una experiencia positiva para todos los corredores y caminantes, le pedimos que siga el protocolo de la carrera de 5 km. Por favor lea esta lista y compártala con su participante:

1. Quédense siempre en el carril para correr. NO saltes fuera de carril para correr, ni siquiera para adelantar a alguien, ya que podrías estar entrando en un carril con tráfico de coches.
2. Por favor muévase a la derecha si necesita parar en cualquier momento durante la carrera.
3. Los corredores y caminantes más lentos deben mantenerse al LADO DERECHO.
4. Los corredores más rápidos deben mantenerse a la izquierda. Si desea pasar a alguien, por favor páselo por su izquierda.
5. Si ves a un participante que crees que necesita asistencia médica, por favor dígaselo al oficial andando en bicicleta, o al policía que se encuentre en la zona.
6. Haz todo lo posible por permanecer en parejas o grupos de 3. Los grupos más grandes pueden ralentizar el recorrido y crear un atasco de tráfico humano.
7. Si un compañero corredor corre con más de un participante, deben correr detrás de los participantes.
8. Por favor no se tomen de las manos en ningún momento mientras estén participando en la carrera.
9. Cuando se aproxime a una estación de agua, coge un agua y continúa avanzando.
10. Después de las paradas de agua, tire el agua al suelo. ¡Tienes permiso de tirar basura esta única vez!
11. Cuando crucé la meta final, continúe avanzando para que los corredores detrás de usted no tengan que parar antes de llegar a la meta.
12. Escoja un lugar para encontrarse con los miembros de su familia y sus amigos antes y después de la carrera. Los corrales de colores que se usan antes de la carrera son una excelente opción para esto.
13. Si no puede encontrar a su participante después de que termine la carrera de 5 km, vaya a la estación de niños perdidos en la carpa de información. Un miembro del personal de GOTR NOVA le asistirá.
14. ¡Diviértase! Esta carrera fue diseñada para disfrutar de un ambiente alentador y no-competitivo para todos los participantes.