

**Propuesta**  
**“RUNNING UNISANGIL 10K - 5K” 2023**

Domingo 14 de mayo de 2023

**Director Bienestar Institucional:**  
**Mónica Marcela Araque Carreño**

**FUNDACION UNIVERSITARIA DE SAN GIL UNISANGIL**  
**BIENESTAR INSTITUCIONAL**  
**2023**

## INTRODUCCIÓN

El atletismo es una actividad practicada universalmente, ya sea de manera aficionada o competitiva; es por ello que se dice del atletismo: “puede que el atletismo no sea el deporte rey, pero es indudablemente el rey de los deportes” o “cuanto más lejos llegues, más lejos estarás de detenerte”. Así mismo la simplicidad para su práctica y la poca implementación requerida, hacen de éste una actividad muy apetecida y es de allí que surge en gran medida el éxito de este deporte.

## JUSTIFICACIÓN

El juego, la recreación y el deporte constituyen una de las manifestaciones más universales y difundidas de las sociedades contemporáneas, por otra parte, la necesidad de ocupación del tiempo libre se satisface, en gran medida, no solo a través de la práctica activa, sino más bien pasiva, mediante la contemplación de una gran diversidad de espectáculos.

De acuerdo a lo anterior, vemos en estas actividades una oportunidad para el desarrollo de la práctica deportiva masiva como elemento de recreación, formación y salud, al igual que el desarrollo de las elites deportivas para la alta competición.

Por lo tanto, podemos observar una necesidad importante en la comunidad en general donde los eventos atléticos planificados periódicamente contribuyen con la integración y masificación de la actividad física; siendo este un medio de esparcimiento y una forma de disminuir los niveles de stress, sedentarismo, mejora de los estilos y hábitos de vida saludable.

Es por ello que Bienestar Institucional – UNISANGIL hace 13 años atrás realizó un evento deportivo denominado **“FESTIVAL DE LA MUJER”** en el que contó con la participación del gremio femenino del ámbito académico, participativo y deportivo integrando a todas las edades y promoviendo la práctica del deporte atlético, hace ocho años la institución retomó la iniciativa y realizó la **“CARRERA DE AMOR Y AMISTAD”**, Hace siete años realizó **“LA CARRERA ATLÉTICA UNISANGIL EN HOMENAJE AL Lic. LUIS EMILIO CALVO BOHÓRQUEZ”**, y en los años 2018-2019 y 2022 **“RUNNING UNISANGIL 10K-5K”**. Ahora nuestro proyecto es afianzarnos entre las mejores carreras del departamento por eso realizaremos el **“RUNNING UNISANGIL 10K – 5K 2023”**

## OBJETIVOS

## OBJETIVO GENERAL

Promover la integración y masificación de la actividad física para disminuir los niveles de stress, sedentarismo, mejorar de los estilos y hábitos de vida de la comunidad general, fomentando la sana competencia.

## OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Generar espacios para la práctica del deporte.
- Promover eventos de carácter competitivo, participativo y contemplativo.
- Generar espacios que permitan a la comunidad gozar de un momento de recreación e integración.
- Facilitar un espacio de integración familiar.

## REGLAMENTO

### RUNNING UNISANGIL 10K- 5K 2023

#### ARTICULO 1. DENOMINACIÓN.

“**RUNNING UNISANGIL 10K - 5K 2023**” es un evento deportivo con diversas modalidades, ramas y categorías; organizada por Bienestar Institucional UNISANGIL, con domicilio km 2 vía San Gil – Charalá.

#### ARTICULO 2. FECHAS Y HORARIO.

Las fechas y horarios de **RUNNING UNISANGIL 10K- 5K 2022**, corresponderán a lo anunciado por la organización en (<http://www.unisangil.edu.co> y en @bienestar.unisangil) sin embargo, la misma puede ser cambiada en virtud de diferentes circunstancias, hecho que será informado previamente a todos los participantes inscritos por los medios acostumbrados de comunicación.

La fecha es el domingo 14 de mayo de 2023, se dará la salida a las 7:00 A.M. y el tiempo máximo para completar el recorrido es de 120 minutos en todas las categorías.

#### ARTICULO 3. PARTICIPACIÓN.

Podrán tomar parte en esta prueba todas aquellas personas que estén correctamente inscritas en tiempo y en forma. Así mismo podrán participar menores de diez (10) años debidamente acompañados por sus padres o adultos responsables y que estén debidamente inscritos, al igual que los participantes que lleven su mascota.

Existen dos maneras de participar:

1. **Competitivo:** para todas las personas que desean competir por podio y establecer clasificaciones, para entrega de premios que se realizarán al final de la carrera.
2. **Participativo:** para todas las personas que desean hacer el recorrido corriendo o caminando, y que desean vincularse con el evento.

## TABLA DEMOSTRATIVA DE MODALIDAD, RAMA Y CATEGORÍAS.

MODALIDAD	RAMAS	CATEGORÍAS
<p><b>10K Carrera Competitiva.</b> Participan todas las personas con clasificación para efectos de premiación.</p>	<p>Mujeres Hombres</p>	<p>✓ Elite (todas las edades). ✓ SENIOR (nacidos al 31 de diciembre de 2004). ✓ Master40 (nacidos al 31 de diciembre de 1983) ✓ UNISANGIL = Estudiantes Activos, Administrativos, Docentes y Egresados.</p>
<p><b>5K.</b> ➤ <b>Carrera Competitiva.</b> participan todas las personas con clasificación para efectos de premiación.</p>	<p>Mujeres Hombres</p>	<p>✓ Colegios ✓ Mini: Nacidos en 2012-2013 ✓ Infantil: Nacidos en 2009 al 2011. ✓ Juvenil: Nacidos en 2006 al 2008.</p>
<p>➤ <b>5K Recreativa</b> Podrán participar todas las personas mayores de 10 años que estén correctamente inscritas tanto en tiempo como en forma. Toda persona <u>menor de 10 años</u> deberá ir acompañada de un adulto responsable. (A este grupo también pertenecen mamás y papás con bebés menores de 5 años en brazos, coche o caminando).</p>	<p>Niños Mujeres Hombres Mamás y papás con bebés menores de 10 años en brazos, en coche o caminando.</p>	<p>✓ Colegios (todas las edades). ✚ General (niños, madres y padres con bebés en brazos o en coche, adulto mayor y personas con habilidades diversas, y personas con mascotas).</p>

#### ARTICULO 4. DISTANCIA Y RECORRIDO.

Los recorridos y distancias para cada carrera serán potestad de la organización.

**Recorrido 5K:** inicia en el Campus universitario de UNISANGIL sede A la casona, los atletas correrán en sentido noroccidente hasta llegar al puente Rojas Pinilla tomando la vía principal San Gil – Bucaramanga, hasta llegar al CDA de Cootrasangil para posteriormente girar hacia la izquierda tomando la calle quinta (5). Se asciende hasta la carrera octava (8); en este punto se transita por toda la carrera octava (8) hasta llegar a la calle veintiuna (21) (casa baranda); descendiendo por esta calle para tomar la carrera novena (9) y de esta manera desplazarse hasta el parque principal ingresando por la esquina del americano hacia la alcaldía municipal en donde se cumplirá con la primera distancia de 5K.

**Recorrido 10K:** inicia en el Campus universitario de UNISANGIL sede A la casona, los atletas correrán en sentido noroccidente hasta llegar al puente Rojas Pinilla tomando la vía principal San Gil – Bucaramanga, hasta llegar al CDA de Cootrasangil para posteriormente girar hacia la izquierda tomando la calle quinta (5). Se asciende hasta la carrera octava (8); en este punto se transita por toda la carrera octava(8) hasta llegar a la calle veintiuna (21) (casa baranda); descendiendo por esta calle para tomar la carrera novena (9) y de esta manera desplazarse hasta el parque principal y dar continuidad por toda la carrera novena (9) hasta llegar a la calle quinta (5) repitiendo el recorrido; al llegar nuevamente a la esquina del americano, Los atletas deben continuar por toda la carrera novena (9) hasta la calle quinta (5), ascienden a la carrera octava(8) y toman en dirección a la calle trece (13) (para llegar a la esquina del caracol de la 13) descender hasta la carrera novena (9) (atrio de la catedral) ingresando por la esquina del americano hacia la alcaldía municipal en donde se cumplirá con la distancia de 10K.

En caso que se presente una eventualidad con el recorrido establecido, y que ponga en riesgo la integridad de los participantes, la organización podrá modificar la misma antes y durante la carrera.

## ARTICULO 5. CATEGORÍAS.

Para la realización de **RUNNING UNISANGIL 10K- 5K 2023** se establecen las siguientes categorías en los dos géneros:

### Categorías competitiva 10k

- Elite (todas las edades)
- SENIOR (Nacidos al 31 de diciembre de 2004)
- Master40 (Nacidos al 31 de diciembre de 1983)
- UNISANGIL (todas las edades)

### Categorías competitiva 5k

#### COLEGIOS

- Mini: Nacidos en 2012- 2013
- Infantil: Nacidos en 2009 al 2011.
- Juvenil: Nacidos en 2006 al 2008.

### Categorías recreativa 5K

- Participativa o recreativa

Todas las personas que deseen hacer parte de **RUNNING UNISANGIL 10K- 5K 2023** y estén debidamente inscritos en tiempo y forma. A este grupo pertenecen, menores de 10 años, niños en brazos, coche o caminando acompañados por un adulto responsable, jóvenes menores de 18 años, adulto mayor y personas con habilidad diversa y adultos con mascotas.

## ARTICULO 6. INSCRIPCIONES

Los corredores tendrán una fecha límite de inscripción, la cual será 30 días antes de la competencia.

Se abrirán inscripciones desde el 15 de FEBRERO hasta el 22 de ABRIL a las 6:00 pm. Fecha límite. (Lanzamiento en medios 15 de FEBRERO)

- Los corredores Elite deberán hacer su inscripción personal, el costo es de cincuenta y cinco mil pesos (\$55.000) y tendrán derecho al kit de competencia: camiseta, número dorsal, chip electrónico y medalla finisher. Los menores de 18 años que deseen competir en esta categoría deberán hacerlo con autorización escrita de su tutor o acudiente y en compañía del mismo que expide la

autorización. En caso de ser uno de los ganadores el premio en efectivo será entregado en custodia a su tutor previa verificación de los documentos que lo acrediten como tal.

- Los corredores de las demás categorías cancelarán cuarenta y cinco mil pesos (\$45.000). y tendrán derecho al kit de competencia: su camisa, número dorsal, chip electrónico y medalla finisher.
- Los corredores que representen una institución de educación básica en las categorías mini, infantil y juvenil cancelaran veinticinco mil pesos (\$25.000) y tendrán derecho a su camiseta, número dorsal, chip electrónico y medalla finisher.
- Los corredores que representen una institución de educación básica en las categorías mini, infantil y juvenil y no quieran la camiseta de competencia cancelaran veinte mil pesos (\$20.000) y tendrán derecho a su número dorsal, chip electrónico y medalla finisher.

*Nota: todo proceso de inscripción es responsabilidad e iniciativa del propio corredor(a) que voluntariamente acepta las condiciones de Exoneración de Declaración y Términos de Participación.*

El corredor o institución es quien entrega la información veraz, así como también se encargará de verificar la camiseta dorsal que recibe y la categoría en que está inscrito, la modalidad que corre y la rama asignada. Tendrá plazo de corregir dicha información personalmente hasta la fecha asignada por la organización (cierre de inscripciones), vencido este plazo se entenderá aceptado el contenido de la inscripción y su renuncia a cualquier reclamación.

## **ARTICULO 7. RESPONSABILIDAD DE LOS CORREDORES Y PARTICIPANTES**

- Atender a las recomendaciones que por diferentes medios emite la organización antes, durante y después del evento.
- Consultar al médico sobre su estado de salud antes de iniciar un programa de preparación física o participar en eventos deportivos e informar sobre los riesgos que conlleve participar en eventos de resistencia aeróbica, especialmente relacionados con infartos, muerte súbita, nutrición, deshidratación, preparación física, entre otras de las que deba hacer conocer a la organización.
- Prestar la máxima colaboración y disciplina para con los miembros del equipo organizador o sus representantes como: logística, policía, jueces, servicio de salud, servicio de hidratación entre otros.
- Informar a la organización sobre cualquier situación que pueda detectar relacionada con temas de seguridad.
- Informar a la organización, cuerpo de salud o policía más cercano e inmediato sobre accidentes o incidentes que pueda sufrir cualquier corredor.
- Las categorías competitivas se le entregará el kit de competencia en la semana siguiente de que se cumpla el tiempo límite de inscripciones en las oficinas de



Bienestar Institucional de UNISANGIL o en los puntos autorizados por la organización.

- La categoría competitiva deberá portar el número dorsal (de obligatorio cumplimiento).
- Por su participación en el evento, el atleta cede todos los derechos de utilización de su imagen, renunciando a percibir suma alguna por lo recaudado en concepto de derechos de televisión o cualquier otro tipo de transmisión.
- Para la modalidad de mamás y papás con niño o bebé en coche de cinco años, estarán identificados solo los padres con su respectiva camiseta en caso de adquirirla.

## ARTICULO 8. CLASIFICACIONES.

Las clasificaciones anunciadas en el evento serán de carácter protocolarias y no serán oficiales hasta el anuncio escrito y firmado por parte de la organización.

Las clasificaciones serán hechas por el puesto y tiempo obtenido desde el punto de salida hasta sobrepasar la línea de llegada o meta.

Los resultados de clasificación, así como las fotos del evento se publicarán en la página web: [www.unisangil.edu.co](http://www.unisangil.edu.co), en la oficina y fan page de Bienestar Institucional de UNISANGIL.

Las reclamaciones respecto a los resultados oficiales publicados por la organización, deberán diligenciarse por escrito a Bienestar Institucional de UNISANGIL dentro de las siguientes 24 horas del término de la carrera. Transcurrido este tiempo se darán como aceptados.

## ARTICULO 9. UBICACIONES DE PARTIDA

La organización de **RUNNING UNISANGIL 10K- 5K 2023**, dispondrá los espacios de salida para cada categoría teniendo en cuenta el nivel de exigencia que cada una pueda tener en el momento de partida, el orden será:

- categoría elite masculino y femenino
- categoría SENIOR Masculino y femenino
- Master (mayores 40 años) masculino y femenino
- UNISANGIL masculino y femenino
- categoría colegio (Mini, Infantil, Juvenil) masculino y femenino
- categoría participativa en la cual los jóvenes, adultos y niños estarán al frente, adultos mayores y niños menores de 10 años atrás.
- 

**Los corredores que no respeten esas posiciones serán descalificados.**

## ARTICULO 10. DESCALIFICACIONES.

Los participantes podrán ser descalificados antes, durante y después de la competencia. Un corredor podrá ser descalificado incluso sin la necesidad de ser notificado por los jueces o incluso después del evento, por cualquiera de las siguientes razones:

1. Falsificación de documentos.
2. Incumplimiento en el recorrido
3. Mal porte del número dorsal o que porte un número dorsal no oficial, de otro corredor, de otro evento, de otra versión del evento.
4. Manifestar un comportamiento antideportivo.
5. Inscripción incorrectamente en modalidad, rama y/o categoría que corresponda.
6. Desacato de las indicaciones de los jueces.

## ARTICULO 11. COMISARIOS Y JUECES

Los comisarios y jueces serán asignados por el comité organizador

### *COMISARIO*

Es responsable de la competencia en general, supervisa la salida, los jueces y los resultados.

Asegura la aplicación (chip electrónico) y el respeto a las reglas en todas las circunstancias. Será la máxima autoridad en la resolución de penalización a los corredores.

### *JUEZ*

Es responsable del registro de corredores

Establece del orden de salida de acuerdo a las categorías

Esta persona deberá validar que los corredores estén presentes en la salida, dar las instrucciones previas a la salida y dará la salida of

El grupo de docentes de Bienestar Institucional de UNISANGIL en compañía de personal autorizado y especializado en el software establecido para la competencia serán los encargados de supervisar la aplicación, se declararán acogidos y obligados a cumplir las indicaciones emitidas por el comité organizador.

## ARTICULO 12. ASISTENCIA BÁSICA

La organización contará con un puesto de enfermería en donde se prestarán los servicios de primeros auxilios a la comunidad participante. En caso de requerir una atención médica se actuará según lo establecido en el plan de contingencia.

Todo corredor está obligado a portar la camiseta dorsal con el fin de facilitar cualquier atención de parte de los equipos de emergencia y salud.

## ARTICULO 13. VEHÍCULOS

Los únicos vehículos autorizados a seguir la prueba son los designados e identificados por la Organización. Queda totalmente prohibido seguir a los corredores en coche, moto o bicicleta, por el peligro que pudiera suponer para los mismos.

## ARTICULO 14. PREMIOS Y REGALOS.

La premiación del evento será dada en efectivo únicamente para la categoría Élite.

### PREMIACION

#### COLEGIOS MASCULINO Y FEMENINO

<i>MINI</i>	Primer puesto	Medalla
	Segundo puesto	Medalla
	Tercer puesto	Medalla
	Cuarto puesto	Diploma
	Quinto puesto	Diploma

<i>INFANTIL</i>	Primer puesto	Medalla
	Segundo puesto	Medalla
	Tercer puesto	Medalla
	Cuarto puesto	Diploma
	Quinto puesto	Diploma

<i>JUVENIL</i>	Primer puesto	Medalla
	Segundo puesto	Medalla
	Tercer puesto	Medalla
	Cuarto puesto	Diploma
	Quinto puesto	Diploma

#### POSICION COLEGIOS: KIT DEPORTIVO

Primer puesto	\$450.000
Segundo puesto	\$300.000
Tercer puesto	\$200.000

La posición de los colegios será adquirida por la sumatoria de dos aspectos:

1. Puntos adquiridos por los cinco primeros lugares de cada categoría (infantil, mini y juvenil):

Primer puesto	50 puntos
Segundo puesto	40 puntos
Tercer puesto	30 puntos
Cuarto puesto	20 puntos
Quinto puesto	10 puntos

2. Puntos adquiridos por mayor número de participantes por colegio sea competitivo o participativo, pero registrado por el mismo, puntaje máximo 200 puntaje mínimo 80 para cualquier institución.

Primer puesto	200 puntos
Segundo puesto	150 puntos
Tercer puesto	120 puntos
Cuarto puesto	100 puntos
Quinto puesto	80 puntos
Sexto puesto	80 puntos
Séptimo puesto	80 puntos
Octavo puesto	80 puntos

#### *ELITE (MASCULINO Y FEMENINO)*

Primer puesto	\$450.000 y medalla
Segundo puesto	\$300.000 y medalla
Tercer puesto	\$200.000 y medalla
Cuarto puesto	\$150.000 y diploma
Quinto puesto	\$100.000 y diploma

#### *SENIOR (MASCULINO Y FEMENINO)*

Primer puesto	Medalla y regalo patrocinador
Segundo puesto	Medalla y regalo patrocinador
Tercer puesto	Medalla y regalo patrocinador
Cuarto puesto	Diploma
Quinto puesto	Diploma

#### *MASTER40 (MASCULINO Y FEMENINO)*

Primer puesto	Medalla y regalo patrocinador
Segundo puesto	Medalla y regalo patrocinador
Tercer puesto	Medalla y regalo patrocinador
Cuarto puesto	Diploma
Quinto puesto	Diploma

## UNISANGIL (MASCULINO Y FEMENINO)

Primer puesto	Medalla y bono regalo \$50.000
Segundo puesto	Medalla y bono regalo \$40.000
Tercer puesto	Medalla y bono regalo \$30.000
Cuarto puesto	Diploma
Quinto puesto	Diploma

## MEDALLA FINISHER (Para todos los participantes inscritos) RECREATIVA

Esta modalidad por no ser competitiva, no tiene premiación pero si tienen opción de participar en premios y rifas.

### ARTICULO 15. ACEPTACIÓN

Todos los participantes, por el hecho de inscribirse, aceptan el presente reglamento y en caso de duda o de surgir alguna situación no reflejada en el mismo, se someterá a lo que disponga el Comité Organizador.

### ARTICULO 16. ABANDONOS

La organización espera y desea que todos los participantes finalicen la prueba. En caso de tener que abandonar la misma, los corredores deben comunicarlo a un responsable de la organización.

### ARTICULO 17. RE-EMBOLSO DE INSCRIPCIONES

El valor de las inscripciones no será re-embolsado bajo ninguna circunstancia.

### ARTICULO 18. INFORMACIÓN.

Para mayor información comunicarse a:  
Teléfono 7245757 ext. 267- 7241008  
WhatsApp: 3158136280  
Facebook: bienestar Institucional UNISANGIL  
E-mail: [bienestar@unisangil.edu.co](mailto:bienestar@unisangil.edu.co)

### ACTIVIDADES PRECOMPETITIVAS

- Chequeo reconocimiento ruta UNISANGIL Campus Universitario.