



**3K • 5K • 10K**  
**21 • JUN • 2020**

## Ángeles Reto Virtual #CorremosPorLaSalud

**Mistertennis, JJ Sports** te invitan a ser parte del Primer Reto Virtual y juntos apoyar a nuestros héroes, los médicos. Con el 100% de tu donativo entregaremos kits de seguridad para el personal médico que da atención a pacientes con COVID-19.

### Datos del evento:

El Reto Virtual se dividirá en 2 etapas:

- 1a etapa "Acumulando kilómetros"
- 2a etapa "Carrera Virtual"

**Fecha 1a etapa "Acumulando kilómetros":** del jueves 21 de mayo al sábado 20 de junio de 2020.

**Fecha Carrera Virtual:** domingo 21 de junio del 2020.

**Lugar:** puedes participar desde cualquier lugar del mundo.

**Salida y meta:** 1a etapa desde casa y en la 2a etapa "salgamos a correr"\*.

### Distancias y horarios de arranque para la Carrera Virtual:

- \* 08:00 hrs. – Caminata 3k
- \* 08:00 hrs. – Carrera 5k
- \* 08:00 hrs. – Carrera 10k

### Cupo limitado a:

500 participantes

## **Mecánica del Reto:**

La primera etapa del reto inicia el jueves 21 de mayo (podrás iniciar en la fecha que tu decidas). La idea es activarnos y acumular la mayor cantidad de kilómetros posibles desde casa, podrás utilizar una caminadora, bici de spinning, bici en rodillo o bici estática, podómetro o realizar las clases de ejercicios funcionales con nuestra(o) coach.

Cada actividad tendrá un equivalente en kilómetros de acuerdo a la tabla publicada más adelante, mismos que se irán acumulando a tu perfil.

### ***Tabla de conversión***

<b>Actividad</b>	<b>Conversión</b>
Clase Entrenamiento funcional con nuestra coach Mariana Sánchez los lunes, miércoles, viernes y domingos a las 12:30 pm hora del centro de México. (Ingresa a Instagram Live @im_coaching las clases permanecen 24 horas disponibles en IGTV).	9 kilómetros = clase completa
Clase Entrenamiento funcional con nuestro coach Víctor López (@nv1ctus) de lunes a sábado a las 08:00 am hora del centro de México. (Ingresa a Instagram Live @nv1ctus la clase permanece 24 horas disponibles en IGTV).	9 kilómetros = clase completa
Carrera en banda	1km = 1km
Ciclismo en rodillo o spinning	1 hora = 8 km

Pasos (podómetro) Baja cualquier App con función de podómetro en tiendas iOS o Android.	Envía tu foto diaria y nosotros asignaremos la cantidad de kilómetros a tu usuario (de acuerdo a tu peso y altura).
Crossfit, Fitness, Acondicionamiento físico, etc.	1 hora = 7km

### Como subir tus evidencias a la App TYR:

- 1) Realiza tu actividad (puedes realizar cuantas actividades quieras cada día).
- 2) Ingresa a la App TYR a la sección “Sumando kilómetros” y después Información del evento. Ahí encontrarás el botón de evidencia, completa el formulario y listo.
- 3) También puedes subir tus fotos sumando kilómetros en la sección live de la App en el ícono de la cámara.

Al inicio de cada día publicaremos en la **App TYR** la cantidad total de kilómetros acumulados por los participantes en el reto y podrás consultar de forma individual tus kilómetros acumulados.

### Carrera Virtual

La segunda etapa será una **Carrera Virtual** en donde todos saldremos a correr\* el 21 de junio a las 08:00 hrs. Si no te es posible iniciar en este horario podrás correr máximo hasta las 14:00 hrs.

- 1.- Define la ruta que correrás con anticipación.
- 2.- Informa a tus familiares y amigos que estarás participando para que te sigan durante la carrera.
- 2.- Ingresa a la App TYR y entra al módulo “Live”
- 3.- Ingresa tu número de competidor o nombre y selecciona la opción “estoy corriendo” y da clic en el botón “Iniciar”
- 4.- ¡A correr!, completa tu distancia y dás clic en “Finalizar” al terminar la distancia que elegiste.
- 5.- Sube tu foto a la galería dentro de la App.

El domingo a las 17:00 hrs publicaremos los resultados oficiales en la App TYR en donde podrás consultar todos los detalles e imprimir tu certificado / medalla de participación.

Durante la Carrera Virtual te acompañará nuestra embajadora Rebeca Landa @larebecalanda, quien te dará consejos antes de iniciar el evento y durante la carrera.

## Categorías:

<b>Carreras 5km y 10km</b>		
<b>Edad cumplida al 31 de diciembre 2020</b>	<b>Categoría Femenil</b>	<b>Categoría Varonil</b>
15 a 19 años	AF	AV
20 a 24 años	BF	BV
25 a 29 años	CF	CV
30 a 34 años	DF	DV
35 a 39 años	EF	EV
40 a 44 años	FF	FV
45 a 49 años	GF	GV
50 a 54 años	HF	HV
55 a 59 años	IF	IV
60 a 64 años	JF	JV
65 a 69 años	KF	KV
70 a 74 años	LF	LV
75 a 79 años	MF	MV
80 y mayores	NF	NV

**La carrera de 3km será abierta  
desde los 10 años de edad.**

## Notas importantes:

\* Para las Carreras de 5k y 10k sólo podrán inscribirse aquellos competidores que tengan 15 años ó más cumplidos al 31 de diciembre del 2020.

\* La categoría de 3K es abierta y podrán participar competidores que tengan 10 años cumplidos al 31 de diciembre del 2020.

¡Participa en familia y apoyemos a los médicos!

## Inscripciones:

Donación:

Para participar en el reto podrás elegir la cantidad que deseas donar para la compra de kits de protección para los médicos:

\$100.00

\$150.00

\$200.00

Inscríbete a través de [www.asdeporte.com](http://www.asdeporte.com) pagando con tarjeta de crédito (Visa, MasterCard o American Express), débito y Paypal.

\*Las inscripciones por internet tienen un costo por servicio (7%).

***IMPORTANTE: tu número virtual de competidor te será enviado 12 horas después de haber realizado tu inscripción junto con la guía del atleta con todos los detalles del reto.***

Beneficios del competidor Carrera 5k y 10k

- medalla virtual personalizada con el total de kilómetros acumulados
- vale del 20% de descuento en Tiendas Mistertennis <https://mistertennis.shop/> (compras mínimas de \$1,000.00 pesos).
- derecho a participar en la rifa de 3 pares de tennis  que se realizará el martes 23 de junio a las 18:30 hrs. Podrás seguir la rifa en vivo dentro de la APP TYR o en el canal de YouTube de Mistertennis.
- rifa de 5 cortesías canjeables en eventos organizados por JJ Sports.

- Rifa de 5 cortesías canjeables en cualquier evento cronometrado por TYR.
- Habrá premios sorpresa durante la 1a etapa de acumulación de kilómetros.

Todo participante inscrito cede al comité organizador el derecho de utilizar su nombre e imagen en cualquier promoción con motivo del evento.

## **Rutas:**

Cada participante elegirá su ruta para completar la distancia.

## **Meta cumplida:**

El lunes 22 publicaremos la lista de donadores y monto total recaudado en nuestras redes sociales.

El miércoles 24 de junio entregaremos los kits de protección al Hospital General San Andrés Cholula en Puebla y subiremos las fotografías a nuestras redes sociales.

## **Notas IMPORTANTES:**

\* Si tienes cualquier duda sobre el Reto, escríbenos por Whatsapp al 442 830 9742, envía un correo electrónico a: [info@tyr.com.mx](mailto:info@tyr.com.mx) o llama al teléfono 55 7076 6292.

Si necesitas hacer alguna aclaración con respecto a los Tiempos y Resultados de la Carrera Virtual, deberás hacerlo el domingo 28 de junio hasta las 23:59 hrs.

\* En caso que las autoridades de tu ciudad no autoricen salir a correr individualmente para la fecha de la carrera, podrás subir la evidencia en la App y así ser parte del reto.

## Fotografía

Dentro de la App TYR en la sección Live encontrarás un ícono de una cámara en donde podrás compartir tus fotos durante cada actividad. Ayúdanos a que el álbum sea lo más grande posible.

Igualmente podrás consultar todos los posteos realizados con el hashtag #ActivatePorNuestrosHeroes

## Información general

\* Convocatoria sujeta a cambios sin previo aviso.

El comité organizador se reserva el derecho de hacer cambios de última en el proceso de la competencia y horario.

Al ser una Carrera Virtual, las posiciones se asignarán de acuerdo al tiempo chip o neto de cada competidor.

### Motivos de DESCALIFICACIÓN:

a) No correr la ruta completa

\* Tiempo límite:

La carrera no tiene tiempo límite, corre a tu ritmo utilizando la App TYR

### AGRADECIMIENTOS:



Por su apoyo en la realización del Ángeles Reto Virtual

**#CorremosPorLaSalud** y en general, a todos aquellos que apoyan la realización de esta competencia, ya que, sin su participación, este evento no sería posible.