



LA ALCALDÍA DE COYOACÁN A TRAVÉS DE SU DIRECCIÓN DEL DEPORTE CONVOCA

A todos los Coyoacanenses a participar en el programa denominado
“ROMPE TÚ RÉCORD EN COYOACÁN 2019”

Programa de activación física, deporte y recreación en el cual se incentiva, la práctica de la actividad física a fin de que los participantes se autoimponen un “récord” a vencer y puedan evidenciarlo apegado a las siguientes:

BASES

PARTICIPANTES:

Podrán participar todos los niños, jóvenes, adultos, adultos mayores y personas con discapacidad que así lo deseen; ya sea de manera individual o integrada en grupos de dos o más participantes.

CATEGORÍAS:

Individual Familiar Vecinos Trabajadores Alumnos Estudiantes
Amigos Grupos de adultos mayores Otros

LUGAR: Se llevará a cabo en parques, jardines, deportivos, gimnasios cerrados o al aire libre, albercas, camellones, plazas públicas, explanadas, bosques, casas, canchas, quioscos, ciclistas, calles, o en cualquier lugar que definan los propios participantes.

FECHA: Inicio 1º de julio – Termino 31 de octubre de 2019

ACTIVIDAD:

Los participantes podrán optar por realizar **cualquier actividad física, deportiva y/o recreativa** de su preferencia tales como: caminar, correr, bailar, acondicionamiento físico, basquetbol, fútbol, dominadas, sentadillas, ciclismo, voleibol, tenis, ping pong, zumba, tai chi, boxeo, gimnasia, box, halterofilia, natación, juegos, frontón, pre deportes, deportes con raqueta, break dance, parkour, juegos, zumba, salto de cuerda, entre muchas otras...

Por ejemplo (jugar a saltar la cuerda en familia, durante 30 minutos cada tercer día por espacio de un mes en forma ininterrumpida) o (encestar 10 tiros seguidos en la canasta desde la línea de tiro libre en una cancha de basquetbol cinco días a la semana, por tres meses) o (echar la cascarita de fútbol con los amigos de la comunidad cada sábado por la mañana durante 2 meses), esto forma parte de infinitas posibilidades.

INSCRIPCIONES:

Serán gratuitas y quedarán abiertas a partir de la publicación de la presente convocatoria y la cédula de inscripción se podrá encontrar vía internet en www.coyoacan.cdmx.gob.mx o informes al correo direcciondeporte@acoyoacan.cdmx.gob.mx o personalmente en la Dirección del Deporte, sito en Deportivo La Fragata, Abasolo no 123 Col. Del Carmen Coyoacán C.P.04100. Tel 56 58 49 64



Para inscribirse cada persona o grupo llenará su cédula de inscripción

MECANISMO DE PARTICIPACIÓN

Cada participante individual o grupal definirá la actividad física a realizar y establecerá su propio récord a romper.

Para cumplir con el récord se llevará un registro en forma periódica y se deberá enviar el reporte de actividad final para poder evidenciar que ha "roto su récord", una vez logrado; si así lo desea podrá fijar un nuevo "récord" a vencer

RECONOCIMIENTOS Y ESTÍMULOS

Se entregará un reconocimiento especial a todos los participantes que hayan roto su propio récord; así como se obsequiarán diversos artículos deportivos o recreativos.

TRANSITORIOS

Los casos no previstos en la presente convocatoria serán resueltos por la Dirección de Deporte de la Alcaldía de Coyoacán

ATENTAMENTE

**MANUEL NEGRETE ARIAS
ALCALDE EN COYOACÁN**