

INSCRIPCIÓN

La inscripción no tendrá costo alguno.

Se realizará de forma electrónica en www.asdeporte.com con el código RNRINDOOR

Fecha límite: 20 de mayo a la 1 p.m.
Cupo máximo de mil personas



REQUISITOS

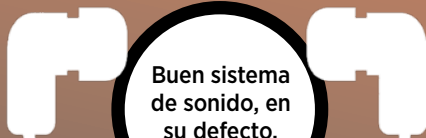
Espacio suficiente para correr

Buena conexión a internet

Buen sistema de sonido, en su defecto, auriculares

Ropa deportiva

Una buena aplicación para registrar el tiempo



CUÁNDO Y DÓNDE

Distancia
5 y 10 kilómetros
La carrera contará con guías especializados para ofrecer técnicas de ejercicio equivalentes a correr la distancia deseada
Fecha: Sábado 23 de mayo
Hora: 9 de la noche



HORARIO

19:55 prueba de conectividad
20:00 Inicio de música con DJ Michelob
20:30: Alistar ropa deportiva y espacio para correr
20:50 calentamiento
21:00 Carrera
22:00 Hidratación
22:15 fotos y comentarios

