



CARRERA DE OBSTÁCULOS INTERLICENCIATURAS UMQ-LEFDR 2023

La licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación convoca a los estudiantes de las diferentes licenciaturas de la Universidad Marista de Querétaro de nuestro campus a participar en la primera carrera de obstáculos dentro de nuestra institución.

Objetivo: Poner a prueba mente y cuerpo mediante pruebas físicas.

Lugar y fecha:

- Dentro de las instalaciones de la UMQ
- 30 de octubre de 2023
- 09:00 hrs.

Categorías: Única

- Equipo por licenciatura de 10 integrantes.
- Se recibirán máximo 10 equipos inscritos.
- Mixto: dentro del equipo debe haber por lo menos 4 mujeres participando.

Reglas:

- Los participantes:
 - Deberán acatar todas las instrucciones dadas por el personal de la carrera.
 - Entienden y reconocen que la carrera es un evento que implica riesgos.
 - Deben ser físicamente capaces de completar los obstáculos.
 - Deben llevar ropa apropiada para el evento.
 - Deben llevar zapatos deportivos.
 - Durante el evento se tomarán fotografías por parte de los organizadores, por lo que los participantes están de acuerdo para permitir el uso de imágenes para futuros propósitos promocionales.

Aclaraciones:

- Los participantes deberán estar 20 minutos antes de la prueba para recibir instrucciones.
- Los lugares de participación serán sorteados antes del evento.



Estaciones:

1. Estación vasos: El participante deberá formar una pirámide con 10 vasos de plástico, la prueba termina hasta que la pirámide se mantenga de pie por 5 segundos.
2. Estación distancia 1: recorrer media cancha de sintético con llanta cargando.
3. Estación troncos: En equipo los participantes deberán trasladar un tronco de madera de un punto a otro y regresarlo a su lugar de origen.
4. Estación neumáticos: mover un neumático grande en equipo de un lugar a otro.
5. Estación muro: Subir el muro detrás del edificio "B".
6. Pecho tierra: en la jardinera pasar pecho tierra.
7. Estación costales: cada participante del equipo recorre una distancia de 20 metros con las piernas dentro de un costal.
8. Estación lanzamiento de tronco: delimitada una altura el tronco debe pasar por arriba de la misma lanzando de un lado a otro.
9. Estación equilibrio: dos cuerdas sujetadas a árboles, deben pasar de un punto a otro tratando de mantener el equilibrio sin caerse.
10. Estación gradas: Subir y bajar tres veces las gradas saltando pies juntos individualmente.
11. Estación manguera: arrastrar de un punto a otro la manguera de agua en el campo de fútbol.
12. Estación tiro al blanco: al realizar la anotación dentro del tiro al blanco se concluye con la prueba y el tiempo de cada equipo.

Arbitraje y jurado:

- En cada estación estará un juez que puede ser un representante de la LEFDR o algún docente del programa, quienes vigilarán el cumplimiento de la prueba.

Registro:

- El registro se llevará a cabo a partir de la publicación de la convocatoria hasta antes del día 25 de octubre de 2023 en la coordinación de la licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación.

Transitorio:

- Cualquier situación no contemplada en la presente convocatoria será resuelta por el jurado.



FORMATO DE INSCRIPCIÓN

NOMBRE COMPLETO	LICENCIATURA	SEMESTRE	MATRICULA
1.-			
2.-			
3.-			
4.-			
5.-			
6.-			
7.-			
8.-			
9.-			
10.-			