

3K CAMINANDO.

LA PSIQUIATRÍA DE LAS PERSONAS

El próximo jueves 26 de septiembre se celebrará en Bilbao (Explanada Palacio Euskalduna) la prueba “3K Caminando. La psiquiatría de las personas”, bajo la organización de [Fartleck Sport](#).

Artículo 1.- Información General

El horario de comienzo de la prueba será las 19.30 horas. La salida se producirá desde la explanada del Palacio Euskalduna) con el siguiente horario:

Hora	Actividad
18.30-19.30	Recogida Dorsal (salida / meta)
19.30	Charla Calentamiento con Martín Fiz
20.00	Comienzo 3K Caminando - Corriendo
20.30	Avituallamiento final y clausura del acto

Artículo 2.- Inscripciones. (hasta completar 100 inscripciones)

Pueden participar aquellas personas inscritas en el XXI CONGRESO NACIONAL DE PSIQUIATRÍA, realizando la inscripción GRATUITA de la siguiente forma:

ON LINE: en el [siguiente enlace](#) hasta el miércoles 25 de septiembre.

PRESENCIAL: en la zona de salida / meta el jueves 26 de septiembre de 18:30 a 19:30h (hasta completar el cupo de inscritos).

Recogida de dorsales:

Jueves 26 de septiembre de 18.30 a 19.30 en la zona de salida y meta.

Será necesario presentar el DNI o resguardo de la inscripción.

Artículo 3.- Seguros.

Todos los participantes inscritos correctamente en la prueba estarán cubiertos con un seguro de responsabilidad civil y de accidentes. Queda totalmente prohibida la participación de corredores no inscritos.

La organización recomienda hacerse una revisión médica y / o prueba de esfuerzo a todas aquellas personas que no hayan corrido una prueba de similares características anteriormente o lleven un período prolongado de tiempo sin realizar actividad física.

3K CAMINANDO.

LA PSIQUIATRÍA DE LAS PERSONAS

Artículo 4.- Aspectos técnicos.

Charla Calentamiento con Martín Fiz: el actual record español de Maratón M55 y ex campeón de Europa y del Mundo de Maratón, será el encargado de realizar un calentamiento previo a la carrera, donde dará sabios consejos a los participantes en esta y otras pruebas.

La salida y la meta se realizará en las cercanías del Palacio Euskalduna, la organización dispondrá de una bicicleta cabeza de carrera que no podrá ser rebasada, y una bicicleta cierre de prueba para seguridad de los participantes.

Artículo 5.- Cronometraje y resultados.

No hay.

Artículo 6.- Servicios al corredor

- **Avituallamiento:** agua en línea de meta
- **Asistencia médica:** ambulancia en la zona de salida/meta.
- **Dorsal:** todos los participantes recibirán dorsal e imperdibles para la realización de la misma

LA PSIQUIATRÍA DE LAS PERSONAS

