 

**REGULAMENTO E INFORMACIÓN DA EDICIÓN VIRTUAL DA “CORREXSALCEDA” CONTRA O CORONAVIRUS**

A carreira popular CorreXsalceda organízase no Concello de Salceda de Caselas o primeiro domingo de maio de cada ano sendo unha carreira sen ánimo de lucro.

Este ano por mor do estado de alarma a causa da pandemia do covid-19, tivemos que aprazar a proba presencial ata que as autoridades o permitan, **e desde as EDM Salceda** decidimos coa axuda do Concello de Salceda e os clubs de Salceda de Caselas, CLUB BALONCESTO CASELAS, CLUB BALONMÁN CASELAS, CASELAS FÚTBOL CLUB, CLUB XADREZ ALTAMIRA, CLUB CICLISTA ARAGONTA E ESCOLAS DE FÚTBOL DENIS SUÁREZ, organizar unha proba virtúal deportivo-solidaria para recadar fondos para o Programa de Alimentos do Concello de Salceda de Caselas destinados íntegramente a mitigar os efectos da pandemia do covid-19.

A continuación explicaremos como se pode colaborar e/ou participar.

**1.- Como se participa?**

Queremos mirarte facer actividade física, da igual a que sexa, o importante e que a realices. Podes correr, subir escaleiras, bailar, facer sentadillas, pesas con obxectos da casa, pedalear, etc… A intención é axudar.

Sube a túa historia ó facebook e menciónanos en https://www.facebook.com/Corre-X-Salceda-Edición-Virtual-106644867693942 Da igual a hora ou o día, tés desde o día 3 de maio ó domingo día 10 de maio as 14 h para subir unha historia, fotos ou vídeos facendo actividade física e tamén como non os comentarios de ánimo tamén valen. **Os vídeos deben ser de un máximo de 1 minutos e so 1 por actividade, fotos as que queirades.**

Podes realizar a actividade deportiva de xeito individual, en familia, coa túa mascota, etc. Non hai distancias nin tempos, ti decides.

Usa o hashtag **#DeporteNacasa**

Reta as túas amizades a que se sumen a esta causa. Con pequenos xestos, facemos grandes cousas.

**2.- Onde o fago?**

**Sempre na casa**, somos os número 1 do **#QuédateNaCasa**

**3.- Canto tempo teño que estar realizando a proba?**

O tempo márcalo ti, queremos mirarvos en acción. Podes realizar a túa actividade calquera día desde o domingo 3 de maio ó domingo 10 de maio ás 14:00 h.

**4.- Onde me inscribo?**

Na páxina <https://championchipnorte.com/> . Tés toda a información da proba na páxina www.deportesalceda.gal e no Facebook https://www.facebook.com/Corre-X-Salceda-Edición-Virtual-106644867693942

**5.- Canto custa inscribirse?**

É un dorsal 100% solidario.

2€ inscrción básica por participante.

Tamén poderás elexir as seguintes opcións de doazón. 3€, 4€ ou 5€.

**6.- Cal é o destino do recadado?**

O Programa de Alimentos do Concello de Salceda de Caselas para mitigar os efectos da pandemia do covid-19.

**-1-**

 

**7.- Cando podo participar?**

Do 3 o 10 de maio as 14:00 h. O día 10 faremos unha conexión en directo con publicacións de consellos, música, sorpresas, etc…

**8.- Haberá agasallos?**

Si, quen se inscriba entrará nun sorteo, que se celebrará nesa conexión en directo do día 10, de diferentes agasallos: dorsais para carreiras, camisetas, etc.

Queremos que esta iniciativa sexa un pequeno estímulo para que vos manteñades en forma e que a vosa colaboración económica supoña unha gran axuda para as persoas mais afectadas por estas adversas circunstancias.

Colabora. **#DeporteNaCasa**

**-2-**