

CONVOCATORIA

Caminata Nacional del Paciente Diabético, invita a participar en la “16va. Caminata Nacional del Paciente Diabético y 2da. De Hipertensión”, bajo las siguientes bases:

FECHA: Sábado 25 de Octubre de 2008.

LUGAR: Centro Social y Deportivo del Sindicato Nacional de Trabajadores del Sector Salud; ubicado en Viaducto Tlalpan No. 100, esq. Periférico Sur col. Arenal, Del. Tlalpan.

HORA DE SALIDA DE LA CAMINTA: 10:00 a.m.

CUPO: Limitado a 6000 pacientes

DISTANCIAS: 4000 m, 2800 m, 2000 m, 1200 m, 400m, 100m.

El paciente deberá llegar alas 7:00 am el día del evento ya que se les realizara toma de peso, estatura, se le medirá cintura, cuello, glucosa y TA para poder clasificarlo en la actividad de ejercicio mas conveniente para su edad, peso y riesgo cardiovascular en ese momento.

ASISTENCIA ESPERADA: 5000 participantes

INSCRIPCIONES

- 1. La caminata es “GRATUITA” Su inscripción consiste en completar un cuestionario en los centros de inscripción (al terminar de llenarlo se le entregara una tarjeta con el numero de folio del cuestionario, esta tarjeta será entregada en el área de preinscripción el día del evento) .**
- 2. Requisitos:**
 - Ser personas con diabetes Mellitus (niños y adultos)
 - Ser personas con Hipertensión Arterial (niños y adultos)
 - Ser personas con ambas (niños y adultos)
 - Ganas de participar
- 3. Indicaciones para el paciente el día del evento:**
 - a) No olvidar su número de Folio de inscripción
 - b) El paciente deberá acudir en ayunas para su chequeo
 - c) Traer ropa cómoda y venir bien abrigados
 - d) Traer tenis o zapatos cómodos, No nuevos
 - e) Traer su desayuno para después de su chequeo

DERECHOS DEL COMPETIDOR

- Numero del competidor.
- Playera conmemorativa.
- Medalla de participación (no es necesario realizar los 5 kms.).
- Abastecimiento en ruta y meta.
- Entrega de colación al llegar a la meta.
- Servicio medico durante todo el recorrido y meta.
- Servicio de guardarropa

La entrega de paquetes será ahí mismo (sábado 25 de Octubre)

CENTROS DE INSCRIPCIONES:

Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias, INER.
Clínica de Síndrome Metabólico y Enfermedades Respiratorias
Calzada de Tlalpan 4502 Col Sección XVI
Delegación Tlalpan
CP 14080, México D.F.
Tels. 54 87 17 38 / 56 66 45 39 Ext. 301
Horario de 9:00 a 16:00 hrs. de lunes a viernes
www.iner.gob.mx

Asociación Mexicana de Diabetes en la Ciudad de México, A.C.

Topógrafos No. 7. Planta Baja Col. Escandón.
Delegación Miguel Hidalgo
CP 1800, México D.F.
Tel. 55 16 87 00
Horario de 9:00 a 19:00 hrs. de lunes a viernes y sábados de 9:00 a 14:00 hrs.
www.amdiabetesmx.org.mx

Federación Mexicana de Diabetes, A.C.

Pomona No. 15, Col. Roma.
C.P 06700, México D.F.
Tels. 55 11 42 00 / 55 11 43 20 / 55 11 43 10
www.fmdiabetes.org

IZTAPALAPA:

Geranio mz.14 b lt. 12 Col. Los Angeles Apanoaya Iztapalapa, México, D.F. Tel. 56 91 61 63 / Av. 5 de mayo # 27
Col. Francisco Villa Cp. 09720 Iztapalapa, México, D.F. Tel. 56 92 15 04 / Pedro Aceves Mza. 16 lt. 131 Col. San Sebastián Tecolotitlan Cp. 09530 Iztapalapa, México, D.F. Tel. 57 32 79 47 / Calle Ejercito Nacional # 7 local F y G Frente al Reloj Col. Santa Ma. Aztahuacan Cp. 09570 Iztapalapa, México, D.F. Tel. 59 42 40 26

INFORMES:

Asociación Nacional Mexicana de Educadores en Diabetes.
www.diabetesanmed.com

Deportes Martí la emoción deportiva.
www.emociondeportiva.com.mx

Universidad Marista
www.umarista.edu.mx