



LUCHAMOS POR LA VIDA

3ª marcha solidaria

Planning de la jornada

Sábado, 26 de Marzo de 2011

- 10:00 h. Convocatoria de todos los participantes para la entrega de camisetas y dorsales, de acuerdo al listado de registro.
- Duración: 3 h. Concentración de Spinning® (*antes, durante y después de la marcha*).
- 11:15 h. Los participantes deberán congregarse en la zona de salida.
- 11:30 h. Salida. Comienza la carrera.
- Llegada a Meta y entrega de bolsa de avituallamiento (zumo ó agua + fruta + barrita energética ó similar) a los corredores.
- 12:30 - 13:00 h. Sesión de Aerobic (*estiramientos*).
- 13:00 h. Concentración en el área de Meta para la entrega de regalos (*sorteos con nº de dorsal*).
- 14:00 h. Comida popular para los participantes.
- 16:00 h. Fin de la jornada.

(Planning sujeto a modificaciones por requisitos de la Organización)