

SEMANA del 12 al 18 OCTUBRE 2020 DE LA PARADA CARDÍACA GIJÓN



ORGANIZACIÓN SOLIDARIA



#RetoRCPGijón en RRSS
> Del 1 al 17 de Octubre

1ª Carrera Virtual RCP Gijón
> Del 12 a 17 de octubre

1ª Carrera RCP Gijón
> 18 de octubre

DÍA MUNDIAL DE LA
PARADA CARDÍACA
> 16 de octubre

Más información y programa de actividades en deporte.gijon.es



del 12 al 18
OCTUBRE
2020

SEMANA DE LA PARADA CARDÍACA GIJÓN



ACTIVIDADES SEMANA

El día 16 de Octubre se celebra el **Día Mundial de la Parada cardíaca** y desde el Patronato Deportivo Municipal, con la colaboración de entidades y patrocinadores, hemos desarrollado un programa que tiene como objetivos, la concienciación de la sociedad sobre la importancia de la enseñanza de la reanimación cardiopulmonar y la realización de estas maniobras por toda la población. Así como fomentar a través de la práctica deportiva responsable un medio para combatir las enfermedades cardiovasculares.

#RetoRCPGijón > Del 1 al 17 de Octubre

Queremos proponerte un reto solidario. Comparte e invita a tus amigos/amigas a publicar una foto o vídeo en las redes sociales (Facebook, Twitter, Instagram, TikTok) con el hashtag **RetoRCPGijón** donde podéis aparecer:

- Difundiendo el mensaje “con tus manos salvas vidas”
- Practicando el masaje de reanimación cardiopulmonar
- Creando un baile o canción sobre la RCP

¡Participa y hagamos que nuestro mensaje viaje por todo el mundo!.

1ª Carrera Virtual RCP Gijón 2020 > Del 12 a 17 de octubre

Carrera abierta a corredores/as de todas las edades. Se podrá participar sobre un circuito predefinido y/o uno de libre elección.

- **Categorías y distancias:** Sub 14 (2 km), Sub 18 (4 km), Senior y Master (5km)
- **Fechas y precio inscripción:** del 1 al 17 octubre.
Dorsal: 2€ (sin límite de plazas)
Dorsal y camiseta: 5€ (sin límite de plazas)

Más información e inscripciones: www.321go.es

1ª Carrera RCP Gijón 2020 > 18 de octubre

Carrera abierta a participantes entre 18 y 59 años, no permitiéndose la participación a personas cuyas condiciones físicas les hagan ser vulnerables al COVID-19.

- **Lugar:** Salida y Meta velódromo del C.D. Las Mestas.
- **Hora:** 11:00h
- **Categorías y distancia:** Senior y Master (5 km)
- **Fechas y precio inscripción:** del 1 al 8 octubre
Dorsal chip y camiseta: 7 € (100 plazas)

Más información e inscripciones: www.321go.es

*Las pruebas tienen además un componente solidario y benéfico, ya que un porcentaje de la inscripción se donarán a **APACI** (Asociación de padres y amigos de cardiopatías congénitas).*

DÍA MUNDIAL DE LA PARADA CARDÍACA > 16 de octubre

Acto para concienciar sobre la parada cardíaca y la importancia de la divulgación y enseñanza de las maniobras de RCP sólo con las manos.

- **Lugar:** Paseo de Begoña (delante del Teatro Jovellanos)
- **Hora:** 12:00h

Más información y programa de actividades en deporte.gijon.es