

Analiza:

- ✓ **Convocatoria**
- ✓ **Bases**
- ✓ **Proceso de Inscripción**



<http://ceca.uaeh.edu.mx/CarreraAtleticaAutonomiaUAEH/index.php>



A correr 5 km





ELIGE TU MEJOR RUTA

UAEH[®]
Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo



**CARRERA ATLÉTICA
DE LA AUTONOMÍA**



**APLICA LAS
REGLAS
SANITARIAS**

**USA TU CUBRE
BOCAS**



MANTEN TU SANA DISTANCIA





**REVISA LA RUTA, UBICA
LA PARTE MÁS DIFÍCIL
PREPÁRATE PARA ELLA.**

USA TENIS COMODOS



Si corres en:

- ✓ **Terracería**
- ✓ **Pavimento**
- ✓ **Tartán**





**DUERME
COMO MINIMO
8 HORAS
ANTES DE TU
CARRERA**



RECOMENDACIONES



**Día de la
carrera**



**ENVÍA TUS
CAPTURAS DE
PANTALLA CON:**

- ✓ **FECHA**
- ✓ **DISTANCIA**
- ✓ **TIEMPO**