

14 DE ABRIL - DÍA MUNDIAL PATINADORAS

móvete e suma!

5000

kilo-metros  
solidarios a Berlín!

| Km por Kg para Balmal |

coa colaboración de

**GADIS**

inscríbete en [www.alquimiaonline.com](http://www.alquimiaonline.com)

#CORUÑABERLIN47  
#RETOALQUIMIA5000

ORGANIZA



COLABORA





# I. ÍNDICE

	Pág.
I. Índice.	2
II. El evento.	3
III. Lugar de celebración.	3
IV. Fechas.	3
V. Ámbito de celebración.	4
VI. Modalidad deportiva y reglamento del evento.	4
VII. Categorías de participación.	5
VIII. Sistema de inscripción y participación.	6
IX. Premios.	6



## II. EL EVENTO

El nombre del evento sería:

“Kilo-metros solidarios a Berlín!!”

A favor del banco de Alimentos Rías Altas

Se trata de un reto solidario colectivo consistente en **recorrer**, sumando los kilómetros de cada inscrito, la distancia que separa A Coruña y Berlín (ida y vuelta), destino de nuestro próximo Reto Internacional en Patines. Esto sumaría un total de **5000,16 km**, para lo que tendremos un **tiempo límite de 47 días**.

Buscando que el reto sea **inclusivo** y puedan participar todas las personas que lo deseen, se permitirá hacer los kilómetros caminando, corriendo, patinando, en bicicleta, en silla de ruedas, nadando, en kayak o en cualquier medio de transporte no motorizado, y dichos kilómetros se podrán hacer a cualquier hora del día o de la noche, pudiendo enviar una o varias sesiones en el mismo día.

## III. LUGAR DE CELEBRACIÓN

No se celebrará en ningún lugar concreto, y cada persona podrá decidir qué medio de desplazamiento utilizar y el lugar seleccionado para ello.

## IV. FECHAS DE CELEBRACIÓN

El Reto se lanzará el miércoles, 14 de abril de 2021, se activará su funcionamiento el miércoles 21 de abril y estará activo durante 47 días (hasta el sábado 7 de junio de 2021). La inscripción estará abierta durante todo el reto, por si algún participante se quisiera sumar a la iniciativa una vez comenzada esta.

## V. ÁMBITO DE CELEBRACIÓN

Los participantes en el Reto pueden hacerlo desde cualquier lugar de A Coruña, Galicia y España.

## VI. MODALIDAD DEPORTIVA Y REGLAMENTO DEL EVENTO

La modalidad deportiva que origina este evento es el patinaje en línea, pero con la intención de convertirlo en un reto solidario colectivo e inclusivo, se permitirá hacer los kilómetros caminando, corriendo, patinando, en bicicleta, en silla de ruedas o en cualquier medio de transporte no motorizado, a una velocidad media máxima de 25km/h en los desplazamientos.

Se podrían admitir desplazamientos de hasta los 40 km/h, pero con el requisito del envío de fotografías de la persona inscrita en el medio de desplazamiento utilizado, y estas tienen que coincidir con el día y hora de la sesión de desplazamiento.

El sistema de control de kilómetros individual se hará por medio de la aplicación Sport Tracker, de forma que la persona inscrita debe compartir por correo electrónico la sesión/es realizadas y sus características, en la que vengan reflejadas los kilómetros recorridos y el tiempo, o bien cualquier aplicación (endomondo, strava, polar, garmin, suunto,...) que permita compartir estos datos por correo electrónico.

Si el sistema utilizado para compartir los datos usa la app de un pulsómetro, rogamos que se haga por captura de imagen de la sesión, y ocultando los datos de frecuencia cardíaca personales.

Se pueden subir cuantas sesiones diarias se quieran de actividad física o paseo, pero es necesario que se identifique perfectamente la persona que aporta las sesiones.

De forma semanal, se propondrán retos individuales con diferentes objetivos, además del reto solidario colectivo de completar el número de kilómetros descritos. Sólo se valorarán para estos retos individuales, aquellas sesiones que hayan sido aportados hasta las 24:00h del martes de cada semana, a excepción de aquellos retos que incluyan todas las semanas del reto que ya se han desarrollado.

Para los retos semanales individuales habrá diferentes premios aportados por los colaboradores del evento, y si el gran reto solidario colectivo se consigue, se donarán alimentos al Banco de Alimentos Rías Altas:

- 1) Con el dinero de las inscripciones en el evento.
- 2) Con una aportación extra en kilos de comida aportada por Gadis.

## VIII. CATEGORÍAS DE PARTICIPACIÓN

Se participa de forma individual, con inscripción personal en [www.alquimiainline.com](http://www.alquimiainline.com), cuyo nombre y apellidos que debe coincidir con la cuenta de sport tracker o de la app que registre los kilómetros recorridos y la velocidad.

Se mantendrá el proceso de inscripción abierto durante todo el reto, por si alguien se quisiera unir en medio del reto.

La participación está abierta a todas las personas que decidan colaborar con el reto y, entre todos se irán sumando los kilómetros recorridos.



## IX. SISTEMA DE INSCRIPCIÓN y PARTICIPACIÓN

La inscripción se hará en las siguientes fases:

- 1) Inscripción individual en [www.alquimiainline.com](http://www.alquimiainline.com), en el evento correspondiente.
- 2) Descarga y activación de la App para la medición de los kilómetros Sport Tracker u otra similar. Registro en la app con los mismos datos de la inscripción, salvo que se utilicemos un pulsómetro con medición de estos parámetros, en los que ya debería estar registrada la cuenta.
- 3) Para participar, una vez se inicie el reto, se debe activar la app y una vez finalizada la sesión, enviar por correo electrónico la sesión compartida o la captura de la sesión (sólo datos de kilómetros recorridos y velocidad desarrollada).

## X. PREMIOS

El premio colectivo será el mejor de todos y consistirá en hacer una donación de alimentos al Banco de Alimentos Rias Altas, con el mayor número de kilos de comida posibles. Para ello, contemplamos las siguientes vías:

- 1) **Donación en kilos de los importes aportados para las inscripciones:**
  - a. Si conseguimos cubrir **1000 km**: se donará el equivalente en comida a 1€ por persona.
  - b. Si conseguimos cubrir **2000 km**: se donará el equivalente en comida a 2€ por persona.
  - c. Si conseguimos cubrir **3000 km**: se donará el equivalente en comida a 3€ por persona.
  - d. Si conseguimos cubrir **4000 km**: se donará el equivalente en comida a 4€ por persona.



- e. Si conseguimos cubrir **5000 km**: se donará el equivalente en comida a 5€ por persona.

## 2) Donación directa en kilos de comida de GADISA, en función de objetivos conseguidos.

- a. Si se cumple el reto: **Gadis donará un 10% más de los kg obtenidos con las inscripciones.**
- b. Si el reto no se cumple: **Gadis donará un 5% más de los kg obtenidos con las inscripciones.**

Además, tendremos retos semanales individuales, que iremos anunciando cada semana.