



CDMX
CIUDAD DE MÉXICO



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



**mexicanos
activos**

**El Instituto del Deporte de la Ciudad de México,
la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte, la Secretaría de Salud
y la Fundación QUEREMOS MEXICANOS ACTIVOS,
promotores de la actividad física y el cuidado de la salud,
te invitan a participar en:**



Por lo que **CONVOCAN** a organizaciones y personas en general a participar de acuerdo a las siguientes:

BASES

1.- Actividad

Reto en el que se busca fomentar el uso de las escaleras.

Consiste en subirlas durante un mes sumando escalones que se convierten a metros, (cada escalón se tomará como 25 cms. ascendidos), hasta llegar a conquistar la cima más alta posible dentro de un grupo de 10 a alcanzar. (Anexo 1).

2.- Organización

Cada organización promoverá, inscribirá y supervisará que los participantes realicen un programa de ascenso durante un mes, motivándolos a conquistar diferentes cimas.

3.- Participación

La participación puede ser individual o por parejas.



4.- Mecánica

Elegir una cima de acuerdo a sus posibilidades, contabilizar los escalones que se ascienden cada día e ir llevando un registro. El coordinador enviará formato de registro al comité organizador con los escalones ascendidos, la cima que alcanzaron y el número de boletos que ganaron los participantes.

5.- Fechas

Del 1 al 31 de mayo de 2017.

6.- Inscripciones

A.- Los participantes podrán bajar su cédula de inscripción en www.mexicanosactivos.org o con los coordinadores de su organización.

B.- Las inscripciones quedarán cerradas el 26 de abril a las 14:00 hrs.

C.- Las organizaciones o interesados deberán enviar las cédulas de inscripción a conquistatucima@mexicanosactivos.org con fecha límite del 28 de abril de 2017.

7.- Requisitos para participar en la premiación

Cada organización o participante enviarán un “reporte de participación” a conquistatucima@mexicanosactivos.org a más tardar el 8 de junio de 2017, en el que incluirá los datos:

- Organización a la que pertenecen.
- El o los nombres de aquellos que cumplieron con un programa de ascenso.
- Cuantos escalones ascendieron.

****Este formato será proporcionado por el Comité Organizador.*

De acuerdo a la cima alcanzada, se otorgarán a cada participante o pareja, el número de boletos, de acuerdo al Anexo 1.

De esta manera se conformará una base de datos que servirá para la realización del sorteo para la premiación correspondiente.

8.- Premiación

Tendremos 3 premios principales que se entregarán bajo un sistema de sorteo:

1º Tarjeta de regalos por **\$10,000 pesos** para la adquisición de artículos deportivos, en tienda de reconocido prestigio.

2º Tarjeta de regalos por **\$6,000 pesos**, de la misma condición.

3º Tarjeta de regalos por **\$4,000 pesos** de la misma condición.

Además se sortearán diferentes premios en especie.



CDMX
CIUDAD DE MÉXICO



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



**mexicanos
activos**

El sorteo de “**Conquista tu cima**”, se llevará a cabo en la última semana del mes de junio.

A.- Se publicarán reconocimientos especiales en nuestra página de internet **www.mexicanosactivos.org** y redes sociales para las organizaciones que realicen el evento con el mayor número de participantes según las siguientes categorías:

- Por Empresa
- Por Institución Pública
- Por ONG-AC
- Por Institución Educativa (Participación por plantel, Unidad o Campus)

B.- Se publicarán reconocimientos especiales en nuestra página de internet **www.mexicanosactivos.org** y redes sociales para las tres personas o equipos que hayan logrado los mayores ascensos.

9.- Transitorios

Los asuntos no previstos en la presente convocatoria serán resueltos por el comité organizador.



ANEXO 1

No. de cima	Imagen	Cima	Altura	Escalones totales	Escalones por día	No. de boletos por persona o equipo
1		Monte Everest (Nepal)	8, 848 mts. sobre el nivel del mar	35, 392	1, 539	10
2		Aconcagua (Argentina)	6, 962 mts. sobre el nivel del mar	27, 848	1, 211	9
3		Denali, antes llamado McKinley (EU)	6, 190 mts. sobre el nivel del mar	24, 160	1, 050	8
4		Pico de Orizaba (México)	5, 610 mts. sobre el nivel del mar	22, 440	976	7
5		Iztaccíhuatl (México)	5, 280 mts. sobre el nivel del mar	21,120	919	6
6		Nevado de Toluca (México)	4, 559 mts. sobre el nivel del mar	18, 236	793	5
7		Ajusco (México)	3, 930 mts. sobre el nivel del mar	15, 720	684	4
8		Zempoala (México)	3, 690 mts. sobre el nivel del mar	14, 760	642	3
9		Tepozteco (México)	2, 300 mts. sobre el nivel del mar	9, 200	400	2
10		Cerro de la Silla (México)	1, 820 mts. sobre el nivel del mar	7, 280	316	1