

Especificaciones para tutores legales de los niños

1. **Preparación Física:** Asegúrate de que el niño esté físicamente preparado para la carrera. Se recomienda realizar entrenamiento regular y/o consultar a un médico si tiene alguna condición de salud preexistente.
2. **Recojo de kit deportivo:** Una semana previa al evento, debes acercarte con tu DNI a la PUCP para recoger el kit deportivo del niño corredor, que incluye una bolsa deportiva y un polo (si tú no puedes recogerlo, podrás registrar a una tercera persona para que lo haga). Recuerda que la talla del polo solo podrá ser seleccionada hasta el día lunes 31 de agosto.
3. **Equipo y vestimenta:** Debe usar ropa y calzado adecuados para correr, teniendo en cuenta las condiciones climáticas y el terreno de la ruta.
4. **Hidratación:** Debe hidratarse adecuadamente antes, durante y después de la carrera.
5. **Declaración jurada:** Para participar en la carrera, debes aceptar los términos y condiciones y la declaración jurada.
6. **Acompañamiento:** Adicionalmente al tutor que registró al niño, se podrán registrar hasta dos familiares o amigos que podrán acompañar al niño al evento. No podrán ingresar a la universidad si no han sido registrados previamente. El enlace de registro se te enviará una vez completado el registro en el campus virtual. Los tutores y acompañantes podrán acompañar a los niños durante la carrera, pero no correr con ellos.
7. **Seguridad y Bienestar:** Explícale al menor que debe respetar las señales, seguir las indicaciones del staff de apoyo y reportar cualquier emergencia médica o incidente que pueda presenciar.
8. **Escuchar al cuerpo:** Coméntale que debe prestar atención a las señales que envía su cuerpo durante la carrera. Si siente dolor intenso o malestar, que no dude en detenerse y buscar a nuestro staff de apoyo para que lo ayude a llegar a la ambulancia.
9. **Apoyo y Ánimo:** Aconséjale que brinde apoyo y aliento a sus compañeros corredores. Es importante recordar que estamos participando en un evento que busca promover la donación de órganos y salvar vidas.
10. **Finalización de la Carrera:** Debe completar la carrera respetando las indicaciones de la ruta y llegar a la línea de meta de manera segura. Luego, puede recoger su medalla de participación que se entregará al finalizar la carrera.

11. **Celebrar el logro:** Cruzar la línea de meta de una maratón es un logro increíble. Acompáñalo para que se tome el tiempo de celebrar su éxito y reflexionar sobre su experiencia.
12. **Recuperación post-carrera:** Después de la carrera, el niño debe hidratarse, estirar y consumir alimentos y bebidas de recuperación para ayudar al cuerpo a recuperarse.