

A volta a España pola Diabetes

Inscribete en: CARREIRASGALEGAS.COM

Dorsal solidario 5€, a beneficio de Anedia e Diabetes Cero







Coa colaboración da:

www.kilometrosporladiabetes.org



Podes conectarte e sumar con Samsung Health, Fitbit, Strava, AppleHealth, GoogleFit, Garmin e Polar.

Contacta con nós en anediagalicia@gmail.com // 644 97 14 54/ 644 31 95 95

Este año 2020, es un año marcado por la pandemia del COVID19, pero los que convivimos con diabetes sabemos de la importancia de no abandonar el deporte como pilar fundamental de una vida saludable.

Por eso desde ANEDIA (Asociación de nenas, nenos e xente nova con diabetes de Galicia) hemos decidido sumarnos a un reto con más asociaciones, que se celebrará en toda España con la Fundación Diabetes Cero (dedicada a la investigación de la diabetes tipo1), Diabetes Madrid y muchas otras asociaciones de diabetes de toda España.

La Vuelta a España por la diabetes

La situación actual nos ha obligado a todos a adaptarnos rápidamente y aprender a gestionar nuestras actividades de forma diferente.

Por eso vamos a desarrollar un reto virtual de 2 meses de duración, con el objetivo de ofrecer una experiencia saludable, única y diferenciadora a sus participantes, además de captar fondos, generar impacto, relevancia y notoriedad en la sociedad.

Características del proyecto.

La misión del reto será conectar las 17 ciudades (de Sevilla a Madrid) de forma virtual utilizando para ello la tecnología de Google Street View. Cada vez que se complete un tramo y se llegue a una localidad mostraremos una postal con imágenes, vídeos y contenido de interés sobre dicha localidad, que además podremos conectar con los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible.

El reto consiste en sumar kilómetros. La suma de estos kilómetros te llevará a avanzar en el recorrido que une todas las sedes de la Fundación Diabetes CERO en España.

Cada participante podrá realizar el camino de forma individual o por equipos. Aunque el desafío se considera colaborativo y no competitivo, mostraremos un ranking individual y por equipos de todos los participantes, además del acumulado en pasos y kilómetros recorridos entre todos. Se podrá participar en las modalidades de actividad diaria, caminar, correr, ciclismo y nadar.

Es apto para todas las edades.

Durante el desarrollo del reto se podrán sumar a distintos concursos y optar a regalos: fotos, influencers, consejos saludables, ...

¿Cómo sumo mis kilómetros? Muy fácil, a través de un dispositivo (pulsera de actividad, reloj GPS, Smartphone). Deberás tener una aplicación de actividad conectada con tu dispositivo y vincularlo con tu cuenta de usuario de la plataforma kilometrosporladiabetes.saludydesafio.com

Aplicaciones de actividad: Apple health, Samsung health, Google Fit, Fitbit, Strava, Garmin, Polar...

Puedes sumar kilómetros: andando, corriendo, en bicicleta, nadando,... Es un reto deportivo individual, pero que se puede realizar en equipos.

Inscripciones.

En Galicia las inscripciones se harán a través de ANEDIA en la página carreirasgalegas.com, el importe de los dorsales solidarios será para financiar proyectos de Anedia y Diabetes Cero.

En la página web <u>www.kilometrosporladiabetes.org</u> es posible hacer una inscripción directa, pero sólo para los socios de Diabetes Madrid.

Una vez dados de alta en carreirasgalegas.com recibirá un correo con un código por cada dorsal comprado que tendrá que validar en la web https://kilometrosporladiabetes.saludydesafio.com/

