



# Universidad de Guadalajara

Coordinación General Académica y de  
Innovación  
Coordinación de Fomento al Desarrollo  
Integral

Sistema de Educación Media Superior  
Secretaría Académica  
Coordinación de Cultura y Educación  
para un Estilo de Vida Saludable

## CONVOCAN AL

### 3er. Reto Avanza y Cuenta UDG 2023 “Si tú caminas tu barrio también”

La presente convocatoria estará vigente desde el momento de su publicación y hasta el 17 de septiembre de 2023

#### PRESENTACIÓN

Con la finalidad de promover la salud integral, el bienestar social y el uso de entornos naturales y construidos en tu comunidad, por medio de la caminata, el trote o incluso corriendo para fortalecer la formación integral en el Sistema de Educación Media Superior, Centros Universitarios, Sistema de Universidad Virtual (SUV) y Escuelas Incorporadas a la Universidad de Guadalajara (UDG), en el marco de “La Semana del Bienestar en las Américas”, te invita a participar en la presente convocatoria correspondiente al 3er. Reto Avanza y Cuenta UDG 2023, “Si tú caminas tu barrio también”

#### BASES

Podrán participar los alumnos de Preparatorias, Centros Universitarios, Sistema de Universidad Virtual (SUV) y Escuelas Incorporadas a la Universidad de Guadalajara.

#### BASES GENERALES

Todos los participantes deberán acumular un mínimo de 3 km. al día, durante la semana del 18 al 22 de septiembre.

Se contabilizarán los km con distintas maneras de desplazamiento (caminar-trotar-correr).

Se registran los km. que se hagan cada día con la aplicación Adidas Running.

Unirse al 3er. Reto Avanza y Cuenta “Si tú caminas tu barrio también” en la aplicación Adidas Running.

Únete aquí: <https://adirun.app/T5GZ>

Lo importante será realizar la actividad con responsabilidad, seguridad y acorde a las posibilidades de cada participante.

Se podrán hacer más km de lo establecido, en caso que el participante lo decida.

#### REGISTRO

La presente convocatoria estará vigente desde el momento de su publicación y hasta el 17 de septiembre de 2023 a las 20:00 horas (horario de la Ciudad de México), sin excepción.

Los interesados deberán ingresar a la plataforma

[http://alumnos.sems.udg.mx/vida\\_saludable/](http://alumnos.sems.udg.mx/vida_saludable/) y crear o actualizar su perfil (consulta los tutoriales para crear su perfil en el siguiente enlace <https://www.sems.udg.mx/vida-saludable> ).

Para completar el proceso deberá ingresar y completar el formulario del Reto Avanza y Cuenta.

Para participar es necesario descargar la aplicación Adidas Running y unirse al reto.

Unirse al RETO 3° AVANZA Y CUENTA en App Adidas Running. Aceptar la solicitud de seguir al usuario "Vida Saludable SEMS". Cada vez que se realice alguna actividad es necesario dar clic en "iniciar" en la aplicación, y al terminar en "finalizar". Para que los datos sean registrados es muy importante dar clic en "guardar".

#### INCENTIVOS DE PARTICIPACIÓN

Todos los días de la semana (18 al viernes 22 de septiembre de 2023) se sortearán tres smart band entre los participantes activos en el reto.

El participante ganador de algún sorteo, queda eliminado en los siguientes sorteos. En caso de ser ganador del sorteo y NO cumplir con el reto, se volverá a sortear.

Los sorteos referidos se generarán a través de las redes sociales oficiales de Vida Saludable:

<https://es-la.facebook.com/vidasaludablesems>  
<https://www.instagram.com/vidasaludablesems/> ; serán del martes 19 al sábado 23 de octubre a las 20:00 horas. (sólo se contemplarán los participantes que hayan estado activos en la aplicación durante la semana mencionada).

#### PRIVACIDAD Y USO DE DATOS

Usted puede consultar nuestro Aviso de Confidencialidad integral en la siguiente página

web: <http://transparencia.udg.mx/aviso-confidencialidad-integral> y el de la aplicación Adidas Running.

**TRANSITORIOS:** Los casos no previstos en la presente convocatoria serán resueltos por el comité organizador.

El Comité Organizador no se hace responsable por cualquier incidente, percance, lesión o accidente que se pueda derivar en los participantes durante la práctica o el evento. Por ello, te recomendamos extremar precauciones.

#### INFORMES

Al teléfono de la Coordinación de Vida Saludable SEMS: Tel 33- 39- 42-41-00, extensiones: 14392 y 14396.

En las siguientes redes sociales:

<https://www.facebook.com/vidasaludablesems>


<https://www.facebook.com/activateudg/>

<https://instagram.com/vidasaludablesems>

**A t e n t a m e n t e**  
**" Piensa y Trabaja "**

**"2023, Año del Fomento a la Formación Integral con una Red de Centros y Sistemas Multitemáticos"**

**Guadalajara, Jalisco a 16 de agosto de 2023.**

  
**Mtra. Esperanza Marcela Hernández**  
**Aguayo**  
Coordinadora de Fomento al Desarrollo Integral

  
**Mtra. Sofía Villaseñor González**  
Coordinadora de Cultura y Educación  
para un Estilo de Vida Saludable