



Información para los Familiares de las Participantes en el Programa

2023 Girls on the Run 5K - Sábado 13 de mayo en Vasona Park

333 Blossom Hill Road, Los Gatos (GOTR Village y línea de salida en el Boat Center)

Detalles para la hora de llegada - ¡Todos los participantes/chicas deberán llegar a las 6:45am!

Los equipos deben encontrarse en sus mesas de equipo para realizar actividades divertidas ANTES de que comience la carrera de 5K. ¡No querrán perderse estas actividades o el comienzo de la carrera de 5K! Entiendan que NO está permitido que los familiares dejen a sus chicas solas en el parque; usted y/o el acompañante de carrera de su chica debe permanecer al lado de su chica durante todo el evento. Por favor reserve tiempo suficiente para estacionar su vehículo y caminar o tomar el servicio de transporte ofrecido hacia el evento principal. Su chica obtendrá una mejor experiencia si no está apurada.

Que Traer/ Ponerse

- Zapatos/Ropa para correr. Las chicas NO están obligadas a llevar puesta la camiseta del programa, pero pueden usarla si así lo desean! Los equipos pueden escoger vestirse todos iguales de una manera divertida de tal modo que sea fácil de identificarse entre ellos. Por favor verifique esto con los entrenadores de su chica.
- Una BOTELLA DE AGUA llena y reutilizable. Existen estaciones de agua en el trayecto de la carrera donde el marcador de 1.5 millas y al final.
- Pechera personalizada del 5K (sujeta en el frente de la camiseta). Los entrenadores distribuirán las pecheras impresas del 5K y los impermeables de las chicas durante la sesión de entrenamiento antes de la carrera 5K O en la(s) mesa(s) de su equipo durante la mañana de la carrera 5K.
- Una mochila pequeña, riñonera o bolsillos buenos para llevar cómodamente la cartera y llaves del coche con usted mientras camina o corre. Deje todos los demás objetos de valor en casa.

Qué Hacer a su Llegada

1. Encuentre la(s) mesa(s) de su equipo. Todas las chicas deben presentarse ante sus entrenadores en su(s) mesa(s) de equipo asignada(s). Señales, globos de colores, mapas y voluntarios serán de ayuda para localizarlas.
2. Participe en "Happy Hair" y "Fun Tubs" en la mesa de su equipo. Las chicas pueden pintarse el pelo con aerosol de colores temporales (Happy Hair) y aplicar tatuajes temporales de GOTR (Fun Tubs). Los entrenadores dispondrán de estos materiales.
3. Visite el "GOTR Village" para disfrutar de actividades divertidas, incluyendo hojas para colorear en la estación de inspiración, decorando signos de alegría, y jugando al Bingo de los patrocinadores antes Y/O después de la carrera 5K.
4. Ponganse en línea de acuerdo con su grupo (ola). Para evitar apiñamientos y por seguridad, tenemos cuatro comienzos por grupos (olas). Solo las participantes del programa y entrenadores tienen grupos (olas) asignados (impresos en el frente de la pechera del 5K). Cualquier persona corriendo con una participante del programa (acompañante de carrera, familiares, amigos, etc.) deberán permanecer en el grupo (ola) de la chica participante.

Recogida de Pecheras

Todos los participantes de la carrera 5K que NO son participantes de Girls on the Run o Heart & Sole (como acompañantes de carrera, familiares o amigos) DEBEN registrarse para la carrera 5K y DEBEN recoger sus pecheras de 5K en el centro de recogida de pecheras el jueves 11 de mayo de 12:00pm a 6:00pm en el Sports Basement de Campbell (1875 S. Bascom Ave) O en la mañana de la carrera 5K el sábado 13 de mayo de 6:00-7:30am en el Boat Center del Parque Vasona.

Niños Perdidos/Protocolo Para Padres

Los padres/tutores legales son responsables de su(s) chica(s) durante todo el evento del 5K. Se requiere que cada chica tenga un acompañante de carrera el cual permanezca con ella durante toda la carrera/caminata. Si una chica y su madre/padre o acompañante de carrera se separasen durante el evento, ambos deberán dirigirse hacia la estación de agua/pulsera o al voluntario de 5K más cercano (si se encuentran en el trayecto de la carrera) o a la carpa de Primeros Auxilios/Niños Perdidos más cercana (si se encuentran en el área principal) y les ayudaremos a reencontrarse. Todas las pecheras de 5K tienen el nombre y la información del contacto de emergencia de la participante impresa al reverso.

POR FAVOR TENGAN EN CUENTA: ¡No está permitido depositar a las chicas en el Parque de Vasona! Por favor consulte el reverso para obtener información importante sobre la conducción y el estacionamiento.



GOTR 5K Información sobre Estacionamiento y Directrices de Manejo

Por favor utilicen las siguientes directrices. No utilicen Waze o GPS.

¡Estacionamiento Gratis!

El estacionamiento de Vasona, para la carrera 5k es GRATIS este año. Las entradas del parque se abrirán a las 6:00am. Una vez que el parque esté lleno, las entradas se cerrarán y los coches no podrán salir del parque hasta las 9:30am, después de que se haya despejado el trayecto de la carrera. Si necesita salir antes de las 9:30am, no aparque dentro de Vasona. Una vez que el parque esté lleno, los conductores serán dirigidos justo pasando la entrada del parque a los lotes de desbordamiento a lo largo de University Avenue, todos a poca distancia a pie o mediante un corto viaje en autobús hasta la línea de salida de la carrera.

Direcciones de Manejo

DESDE SAN JOSE

Tome Highway 17 Sur y salga en Lark Ave.

Gire a la IZQUIERDA hacia Lark Ave

DERECHA hacia Los Gatos Blvd

DERECHA hacia Blossom Hill Rd

DERECHA hacia la entrada de Vasona Park O, si el parque está lleno,

DERECHA hacia University Ave a los lotes de desbordamiento

DESDE SANTA CRUZ

Tome Highway 17 Norte y salga en Lark Ave

Gire a la DERECHA hacia Lark Ave

DERECHA hacia Los Gatos Blvd

DERECHA hacia Blossom Hill Rd

DERECHA hacia la entrada de Vasona Park O, si el parque está lleno,

DERECHA hacia University Ave a los lotes de desbordamiento

POR FAVOR TENGAN EN CUENTA: NO podrá girar a la IZQUIERDA para entrar en Vasona Park si viene desde la otra dirección.

Estacionamiento y Parada de Servicio de Transporte Ofrecido

Si quiere estacionar fuera de Vasona Park y/o llega allí después de que los lotes de desbordamiento estén llenos, siga las direcciones a continuación a la parada de servicio de transporte ofrecido en Lark Avenue y University Avenue. El estacionamiento gratis fuera del sitio de la carrera situado en 983 University Ave está aproximadamente a una milla del sitio de la carrera, pero no se puede caminar. El servicio de autobús de enlace estará funcionando desde las 5:30am hasta las 11:30am. Los autobuses dejan y recogen pasajeros cerca de la Entrada de Peppertree del Parque de Vasona en University Ave.

DESDE SAN JOSE

Tome Highway 17 Sur y salga en Lark Ave

Gire a la DERECHA hacia Lark Ave,

después IZQUIERDA hacia University Ave

El estacionamiento estará por la DERECHA

DESDE SANTA CRUZ

Tome Highway 17 Norte y salga en Lark Ave

Gire a la IZQUIERDA hacia Lark Ave,

después IZQUIERDA hacia University Ave

El estacionamiento estará por la DERECHA

ENTREGA EN VIAJES COMPARTIDOS

En la esquina norte de University Avenue y Blossom Hill Road. Para evitar todo el tráfico de 5K y los autobuses de enlace, dígame a su conductor que siga las instrucciones a continuación:

DESDE SAN JOSE

Tome Highway 17 Sur y salga en Highway 9 (hacia Saratoga)

Gire a la DERECHA hacia University Ave. Cruce Blossom Hill Road y deje a los pasajeros en la esquina. Camine hacia el norte en

University Ave y entra en Vasona a través de la entrada de Peppertree O camine cuesta abajo a través de Oak Meadow Park hasta el área principal de la carrera.

DESDE SANTA CRUZ

Tome Highway 17 Norte y salga en Highway 9 (hacia Saratoga) Gire a la DERECHA hacia University Ave. Cruce Blossom Hill Road y deje a los pasajeros en la esquina. Camine hacia el norte en University Ave y entra en Vasona a través de la entrada de Peppertree O camine cuesta abajo a través de Oak Meadow Park hasta el área principal de la carrera.