



El domingo 1 de diciembre, en Madrid



PONLE FRENO convoca su 5^a **CARRERA POPULAR** para salvar vidas



Las inscripciones se pueden realizar ya en la web ponlefreno.com, que recogerá toda la información sobre la competición popular



***PONLE FRENO** destinará el dinero recaudado a un proyecto cuyo objetivo es impulsar la accesibilidad del deporte adaptado de las personas con lesión medular y otros traumatismos asociados a los accidentes de tráfico durante el proceso asistencial en el Hospital Nacional de Paraplégicos de Toledo*





(17/09/2012)

PONLE FRENO, la mayor acción social impulsada por **ATRESMEDIA**, con la colaboración de su socio estratégico AXA, celebrará el próximo domingo 1 de diciembre, **a partir de las 09:00 horas**, la quinta edición de su **CARRERA PONLE FRENO**. [Ya están abiertas las inscripciones](#) para el evento más solidario en la web de la carrera que se celebrará un año más en el madrileño parque de El Retiro.

El spot en el que se anima a los espectadores a participar en la carrera ya se puede ver en todos los canales de Atresmedia Televisión y en la [web de PONLE FRENO](#). Además, los corredores, familiares y amigos que acudan a la carrera podrán compartirlo todo en Twitter con el hashtag **#CarreraPonleFreno**



La recaudación, para el Hospital Nacional de Paraplégicos de Toledo

Como en anteriores ediciones, el dinero recaudado irá a parar a una acción relacionada con el objetivo de **PONLE FRENO**. Este año irá destinado a impulsar la accesibilidad y la práctica de deporte adaptado de las personas con lesión medular durante el proceso asistencial en el **Hospital Nacional de Paraplégicos de Toledo**.

El Hospital Nacional de Paraplégicos de Toledo, gestionado por el Gobierno de Castilla - La Mancha, es el centro de referencia en España en la rehabilitación integral de la lesión medular espinal. Además de 36 años de experiencia asistencial, el centro cuenta hoy con una creciente actividad de investigación en ciencias biomédicas, una fundación para la Investigación y la Integración y una plataforma de comunicación llamada Infomédula.

Dos recorridos para miles de participantes

Por quinto año consecutivo, **PONLE FRENO** celebrará su tradicional carrera popular en la capital de España, en **una convocatoria que ofrecerá dos recorridos: de 5 y de 10 kilómetros, con salida y meta en el Paseo Duque Fernán Núñez (Parque del Retiro) y que comenzará a las 09:00 horas.**

Además, todos los corredores participantes **podrán ver imágenes de su llegada en la web de PONLE FRENO** para que puedan guardar un recuerdo de su participación en el evento.



Próximamente, la aplicación oficial de la carrera



En esta edición, AXA (socio estratégico de Ponle Freno), Ponle Freno y Antena 3 volverán a poner en marcha en las próximas semanas la aplicación oficial de la Carrera, 'Corremos Juntos' que permitirá, por un lado, participar virtualmente en la prueba desde cualquier parte del mundo y, por otro lado, entrenar de forma individual e, incluso, con amigos a distancia. La app es gratuita y

disponible para iPhone y Android, permite al participante registrarse, indicar desde qué ciudad va tomar parte en la carrera y elegir la distancia que va a cubrir (5 ó 10 kilómetros). También da la posibilidad de invitar a amigos a que participen en la prueba a través de las redes sociales Twitter y Facebook.

"Estamos convencidos de que la concienciación sobre los peligros y consecuencias de la carretera es un elemento esencial para mejorar la seguridad vial. En este sentido, en AXA nos sentimos orgullosos de unirnos a Ponle Freno en general y a esta Carrera en concreto para apoyarla en su labor de sensibilización para lograr reducir las muertes en la carretera", Josep Alfonso, director de Comunicación, Responsabilidad Corporativa y RRII de AXA.

Éxito de participantes en 2012

El año pasado se batió el récord de participación y en 2013 se espera superarlo, porque con cada inscripción se aportará un granito de arena a un proyecto vital para las personas que sufren lesión medular, una de las lesiones más frecuentes en los accidentes de tráfico.



ponlefreno.com