

# Preguntas Frecuentes de los Padres (FAQs)

## ¿PORQUE UN CLUB DE CORRER MARATHON KIDS?

Desde 1995, Marathon Kids ha trabajado con escuelas, familias y comunidades para implementar divertidos, simples y efectivos clubs de correr. Los programas de Marathon Kids han demostrado su eficacia a través investigaciones de clase mundial, lo que lo lleva a los siguientes pilares del marco: Establecimiento de Metas, Registro con un Grupo, Apoyo Social, Modelar, Celebrar y Recompensa.

## ¿PORQUE 104.8 MILLAS?

Porque a veces, cuando piensas que has ido lo más lejos que puedas ir, puedes ir un poco más lejos. Marathon Kids ha determinado que un niño promedio puede de forma segura y efectiva cumplir con el objetivo de acumular gradualmente las 104.8 millas en el transcurso de una temporada. Todas las recomendaciones de metas de distancia se basan en el hecho de que la mayoría de los niños pueden caminar por lo menos una milla cada 20 minutos.

## ¿QUE ESTÁ INCLUIDO EN EL COSTO DE \$15?

Además de las recompensas Nike mostradas abajo, cada niño recibe una experiencia impresionante que recordarán para siempre. Cada participante gana las siguientes recompensas. El costo del programa es el mismo, independientemente de la cantidad de millas que su hijo termine:

### **Recompensa por un maratón (26.2 millas): Una playera exclusiva de Nike**

Los niños pueden portar con orgullo esta playera, que muestra la cantidad de millas que han corrido y su participación en un club de corredores Maratón Kids.

### **Recompensa por dos maratones (52.4 millas): Agujetas exclusivas de Nike**

Los niños pueden abrochar sus agujetas con sus agujetas Nike lo que significa la terminación de su segundo maratón.

### **Recompensa por tres maratones (78.6 millas): Deubrés exclusivos de Nike**

Los niños pueden adornar sus zapatos con estas etiquetas de plata de elite, para mostrar su increíble logro de haber corrido 3 maratones.

### **Recompensa por cuatro maratones (104.8 millas): Pulsera exclusiva de finalista de Nike**

Los niños pueden mostrar con orgullo sus logros corridos de 104.8 millas con el uso de una pulsera Nike personalizada con un encanto de oro, significando la distancia que han completado.

## ¿CÓMO SE OBTIENEN LAS RECOMPENSAS?

Sobre la base de nuestra investigación, el refuerzo positivo en torno a la actividad física ayuda a los niños a crear hábitos saludables para toda la vida. Debido a esto, Marathon Kids tiene recompensas enserio; tú también debes tomarlo así. Cada participante debe entender que las recompensas están reservadas exclusivamente para los niños que participan en un club oficial de Marathon Kids correr y sólo se consiguen cuando alcanzan los objetivos de millaje señalados anteriormente. Esto enseña a los niños sobre la importancia de la fijación de metas y mantiene la integridad del programa para todos los corredores.

## ¿PORQUE ESTABLECER METAS?

El establecimiento de metas es una parte integral del programa de Marathon Kids. Con el tiempo, trabajar en dirección a las metas ayuda a los niños a aprender sobre la adopción de comportamientos a largo plazo, por lo que pueden llevar vidas más sanas y felices hoy, mañana y más por el camino. En los clubes de correr, los niños establecen su objetivo a largo plazo (104,8 millas), trabajan durante la temporada y ganan recompensas en el camino.

## ¿QUÉ ES EL REGISTRO DEL MILLAJE?

En el corazón del programa Marathon Kids, se encuentra el registro. El registro preciso de cada participante es muy importante, ya que permite que el Coach sepa cuando va a repartir premios, así como la forma de motivar a los corredores para que lleguen hasta el final. Su hijo recibirá los Mileage Logs para realizar un seguimiento de su progreso a lo largo de la temporada.

## ¿CÓMO PUEDO AYUDAR?

Comprometerse a ser el animador más apasionado de su hijo. Se voluntario en el club de correr. Pregunta al Coach de tu club cómo pueden involucrarse. Visite nuestra página web en [www.marathonkids.org](http://www.marathonkids.org) a hacer el Parent Pledge y aprender a donar a Marathon Kids.