

MUÉVETE POR LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE

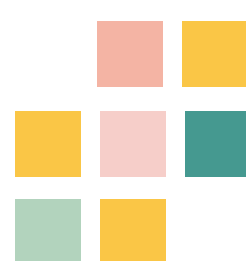
DEL 23 AL 25 DE ABRIL

1 DESCÁRGATE LA APP DE LA CARRERA



2 INTRODUCE TU CÓDIGO

Sigue las instrucciones. Indica tu geolocalización y acepta la configuración de batería (para que la aplicación esté activa aunque no la utilices cuando corras).



3 ENTRÉNATE

¡Entrénate unos días antes para conseguir el mejor tiempo posible!



4 HA LLEGADO EL DÍA!

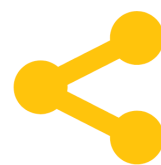
Ponte la camiseta de la carrera y cuélgate el dorsal.

Elige el recorrido. Puedes escoger los que pasan por delante de las sedes de la FEM o el que te guste más.



5 COMPARTE

Comparte tus fotografías con el #Muévete en Instagram, mencionando @fundacioesclerosim



6 MIRA LA CLASIFICACIÓN

Consulta los resultados en tiempo real y descárgate el diploma de participación.



www.moute.fem.es/es