

Las carreras populares de Madrid que no puedes perder en 2016

Mira el calendario de pruebas urbanas y prepárate para tu conquistas deportivas personales. Hasta 130 carreras repartidas cada fin de semana por diversas causas y objetivos. No hay excusas

I. REYERO - [@abc_madrid](#) Madrid - 02/01/2016

Enero: arranca el año con la Carrera Solidaria de Reyes



Imagen de la salida de la Carrera Solidaria de Reyes, en 2014- Organización **I. REYERO** - [@abc_madrid](#) Madrid - 02/01/2016 a las 21:43:45h. - Act. a las **21:43:53h**. Guardado en: [Madrid_Tops](#)

Empieza el año con buen pie y depura los excesos de estas Navidades participando en la **IV Carrera Solidaria de Reyes**, este domingo día 3. Elige tu recorrido, 5 o 10 kilómetros, por el distrito de Fuencarral-El Pardo.

El sábado 9 se estrena la **I Carrera por el Camino de la Vida y la Muerte**, dedicada a los caídos por la libertad de Lituania. Son 9 kilómetros en el Parque Juan Carlos I.

Uno de los veteranos, el **Cross del Rector de la UNED** celebra ese mismo día su XXVIII edición. 8 kilómetros por el pinar que se sitúa detrás de la facultad de Psicología de la UNED.

El domingo 10 se celebra el **XVII Trofeo París**, con la carrera de 5 y 10 kilómetros en el Parque Lineal del Manzanares. Como novedad, este año se hará una clasificación por equipos y los ganadores tendrán como premio un jamón.

El 24 de enero vuelve el **Cross Don Bosco**, organizado por el Colegio Salesianos de Carabanchel, hasta el Parque de las Cruces.

El último fin de semana del mes tiene lugar el **LVII Trofeo Marathon de Campo A Través**, también por el Parque de las Cruces de Carabanchel.

Febrero: carnaval, energía por causas justas y medio maratón de Fuencarral



Salida de la II Carrera Solidaria Médula para Mateo, en el Parque Juan Carlos I-
RunOnline **I. REYERO** - @abc_madrid Madrid - 02/01/2016 a las 21:43:45h. - Act. a las **21:43:53h**. Guardado en: [Madrid , Tops](#)

Febrero viene cargado con hasta 11 pruebas repartidas en los fines de semana. Para empezar, el sábado 6 vuelve el **VI Raid Villa de Madrid** y sus 20 o 26 kilómetros que transcurren por caminos de tierra del Parque del Oeste y la Casa de Campo.

El domingo 7 puedes elegir entre el **III Cross de Valdebebas**, y sus 8 kilómetros por el Parque Central de Valdebebas, y el **XI Cross del Carnaval**: 7 kilómetros por el Parque Juan Carlos I, en el distrito de Barajas.

El domingo 14 regresa el **XXII Medio Maratón de Fuencarral**, de 21 kilómetros aunque con opción a distancias menores. Por el distrito Fuencarral-El Pardo.

El sábado 20 se celebra el **Cross del Rector UCM**, de 8 kilómetros, por el Parque del Oeste.

El domingo 21 Madrid se mueve por Siria en la I edición de la **Carrera Solidaria Por Siria**. Elige entre los 5 y 12 kilómetros en el trazado entre Cibeles y Plaza de Castilla, por la Castellana.

Cerrando el mes, el domingo 28 coinciden 5 carreras populares:

-**III Carrera Solidaria Médula para Mateo**: 5 km y 10km más carrera infantil por el Parque Juan Carlos I.

-**IV Cross Hortaleza**: 8 kilómetros por el pinar situado entre la carretera A-2 y Conde de Orgaz.

-**V Carrera Solidaria Entreculturas «Corre por una causa, corre por la Educación»**: 500 y 1.000 metros y 5 kilómetros y 10 kilómetros, por la Casa de Campo.

-**X Milla de Vallecas**: 1.609 metros por el distrito de Vallecas.

-**XI Media Maratón de Latina**: 21 kilómetros por el distrito Latina-Casa de Campo-Centro deportivo municipal de Aluche.

Marzo: bomberos, 100 km Pedestres y el Medio Maratón Ciudad Universitaria



Vista de la salida de la Carrera de Bomberos de Madrid, en Sol- Organización **I. REYERO** - [@abc_madrid](#) Madrid - 02/01/2016 a las 21:43:45h. - Act. a las **21:43:53h**. Guardado en: [Madrid ,Tops](#)

Diez convocatorias para probar tu mejora del rendimiento en marzo, con algunas de las carreras más exigentes que se celebran durante el año.

La lista comienza el sábado 5 con la **Challenge Promoción**, tres pruebas de 35 y 50 kilómetros por el distrito Fuencarral-El Pardo.

El domingo 6 coinciden por Madrid la **VI Carrera del Taller**, de 5 km y 10 km, por el Parque Juan Carlos I; y la muy asentada **XXX 100 km Pedestres Villa de Madrid**, con sus 100 km, 50 km y 10 kms en el distrito Puente de Vallecas.

El sábado 12 de marzo discurre por el Club de Campo, en la carretera de Castilla, la **III Carrera Solidaria Club de Campo Villa de Madrid**. 5 km.

El domingo 13 se acumulan otras cinco carreras:

-**VII Carrera por la Esperanza**, 5 kms en la Casa de Campo.nm

-**Carrera Bomberos de Madrid**, 10 km con salida en la Puerta del Sol y llegada en el Paseo de Recoletos.

-**II Carrera Solidaria de la Resiliencia**: 5 km y 10 km y carrera infantil en el Parque del Oeste.

-**Milla Popular Villa de Vallecas**, una milla (1.609 metros) por el Bulevar del Paseo Federico García Lorca.

-**XXXVI Medio Maratón Ciudad Universitaria**, en distancias de 7, 14 y 21 kilómetros por el campus de la Universidad Complutense de Moncloa.

Si aún te dan las fuerzas en las piernas, el mes de marzo concluye con la **Carrera 5k-10km Madrid 2016**. Por el eje Recoletos-Castellana.

Abril: 39 Maratón de Madrid y III Carrera contra el Cáncer



Vista general del célebre Maratón de Madrid- Isabel Permy **I. REYERO** - [@abc_madridMadrid](#) - 02/01/2016 a las 21:43:45h. - Act. a las **21:43:53h**. Guardado en: [Madrid , Tops](#)

Abril concentra 13 pruebas, comenzando por el **Bico Duatlón Popular**, el sábado 2 en la Casa de Campo. Hay dos modalidades, el mini sprint: 2 km carrera a pie + 7,5 km. de ciclismo + 1 km carrera a pie, y el sprint: 4 km carrera a pie + 15 km. de ciclismo + 2 km carrera a pie.

El domingo 3 es el turno del **XXVII Medio Maratón de Madrid**, aperitivo del Maratón. Con llegada en el Parque del Retiro, la ronda suma 21 kilómetros. Ese mismo día discurre el **III Cross Sanchinarro**, 8 kilómetros por el Parque Sanchinarro.

Cuatro pruebas se dan cita el domingo 10:

-**Duatlón Villa de Madrid** (sprint y olímpico) por la Casa de Campo.

-**VI Holi Run**: 5 kilómetros por Valdebebas.

-**V Carrera Popular Pau de Vallecas**: 10 kilómetros por el ensanche de Vallecas.

-**V Carrera por el Planeta**: 10 km, 4 km y carreras para niños, por el Parque Rey Juan Carlos I.

El domingo 17 los atletas se miden sus fuerzas por dos causas solidarias en la **III Carrera en Marcha contra el Cáncer**, de 4 km y 10 km en circuito urbano por los distritos de Salamanca y Chamartín, y en la **V Carrera Popular Síndrome de Sanfilippo**, de 5 km y 10 km, en otro circuito urbano por Las Tablas y Fuencarral-El Pardo.

El sábado 23 discurre la **Carrera Popular El Buen Pastor**, 8 km por el Parque Palomeras Bajas, en el distrito Puente de Vallecas.

El domingo 24 es la gran cita con el **XXXIX Rock'n Roll Madrid Maratón**, uno de los acontecimientos deportivos más esperados del año que permite disfrutar, corriendo, de uno de los trazados más bellos del calendario internacional.

Con la salida desde Cibeles, el recorrido atraviesa la Castellana, el Santiago Bernabéu, la Puerta del Sol, el Palacio Real, la Casa de Campo, Madrid Río y termina en el Parque de El Retiro. El entusiasmo del público madrileño acompaña a los corredores durante toda la prueba, que ofrece tres distancias: **42 km, 21 km y 10 km.**

La alternativa ese día es la **Clásica Internacional Cicloturista Madrid-Madrid**, con tres etapas: **Puerto de Navacerrada-Madrid**; **Torrelaguna-Madrid** y **Alcobendas-Madrid**.

El mes concluye con la **Copa de Europa de Triatlón**, entre la **Casa de Campo-Plaza de Oriente**.

Mayo: carrera de la Mujer, la Familia, del Agua y la Madrid-Segovia



Las participantes inundan de rosa el centro por la **Carrera de la Mujer**- José Ramón Ladrá

REYERO - @abc_madridMadrid - 02/01/2016 a las 21:43:45h. - Act. a las **21:43:53h**.Guardado en: [Madrid](#) , [Tops](#)

En mayo hay otras 13 invitaciones a tomar el asfalto de Madrid, empezando el 7 de mayo por la **II Carrera de la Familia**, de 5 km, que discurre por la Casa de Campo, y la **Vuelta a Madrid**, 180 kilómetros.

El domingo 8 se disputan la **VIII Vuelta a la Casa de Campo**, 16,5 km, y otra de las más populares, la **XIII Carrera de la Mujer**, de 7,2 kilómetros, por Moncloa-Aravaca y Centro, que inunda la capital del color rosa.

El sábado 14 se puede elegir entre la **Carrera Popular Del Asfalto la Pista**, 5 km en Moratalaz, y la **VI Carrera Menudos Corazones**, de 5 km y 10 km, en el Parque Juan Carlos I.

El domingo 15 es el turno de la **Trail Madrid City**, de 70 km, 42 km y 21 km; entre San Sebastián de los Reyes y Alcobendas en un recorrido no urbano. Ese mismo día se corre la **XXIII Carrera Popular María Auxiliadora**, por el distrito de Latina y Casa de Campo.

El sábado 21 se corre la **I Carrera Solidaria contra la Laminopatía**, en formato de 5 km y relevos de 4x5km y en carrera infantil, por el Parque Juan Carlos I. Para los que necesitan distancias más largas es el tiempo de la clásica **Madrid-Segovia**, 110 kilómetros.

El domingo 22 hay cita con la **IX Carrera Liberty «Una meta para todos»**, 10 kilómetros por los distritos Retiro y Chamartín.

El sábado 28 es el turno de la **VI Carrera Corre por la Esclerosis Múltiple**, de 10 km y 2,3 km, en la Casa de Campo.

El mes de mayo acaba con la **XXXVII Carrera del Agua**, de 10 km y 5 km, que sale desde Plaza de Castilla hasta el Depósito del Canal de Isabel II en Islas Filipinas.

Junio: Acuatlón, cicloturismo, maratón de patinaje la carrera Norte-Sur

Participantes del triatlón de Madrid, en la Casa de Campo- Enresto Agudo **I. REYERO** -
[@abc_madrid](#) **Madrid** - 02/01/2016 a las 21:43:45h. - Act. a las **21:43:53h**. Guardado en: [Madrid](#), [Tops](#)

Junio tiene quince citas con el deporte popular. Para empezar, el domingo 5 tiene lugar la **Marcha Cicloturista Popular Memorial Pedro Zerolo**, en homenaje al activista por los derechos de los homosexuales y concejal y diputado regional socialista fallecido un año antes. La marcha cicloturista comprende 156 kilómetros por Madrid y carreteras de la Comunidad. Hay otra marcha popular, más austera, de 6 kilómetros. Ese mismo día se disputa la **VI Carrera del Medio Ambiente**, de 10 km y 5km, y otra para niños, en la Casa de Campo. O puedes optar por la VI Carrera Popular Hortaleza, también de 10 km y de 5 km, por la Avenida de las Fuerzas Armadas, en el distrito de Hortaleza.

El sábado 11 se celebra el **Acuatlón de Madrid/ Día del Triatlón**, en el Lago de la Casa de Campo, así como la **Carrera contra el VIH**, de 6 kilómetros, sin confirmar la localización.

El domingo 12 hay tres alternativas para los deportistas madrileños:

-III Maratón Internacional de Patinaje de Madrid, de 42 km, 21 km y de 10 km, por el Paseo de la Castellana hasta Plaza de Castilla.

-Trofeo de San Antonio de La Florida, de 5 y 10 km, en el Parque de San Antonio de La Florida.

-XXV Carrera Popular de Carabanchel, de 10 km y para niños, por el distrito de Carabanchel.

El domingo 19 estas son las opciones:

-«**Gánale un kilómetro al Alzheimer**» participando en los 5 kilómetros que desfilan por la Casa de Campo.

-**La Carrera Madrid Norte-Sur**, de 10 km y muy popular por su altimetría favorable, entre Mateo Inurria y la Cuesta de Moyano.

-**Trofeo FMC MTB**: varias pruebas de mountain bike en función de las categorías, en Moncloa.

-**XIV Carrera Zofio**: 10 km en el distrito de Usera.

El sábado 25 es tiempo para el **Triatlón Villa de Madrid**, por la Casa de Campo, y para el exigente **Trofeo Vicente Contreras**, con dos pruebas de 50 km y 70 km, por el distrito de Vicálvaro.

Julio: tiempo para los ciclistas



Una prueba con solera en Madrid, el Gran Premio de Tetúan- @FranciscoUrbanoI. REYERO -
[@abc_madrid](#)Madrid - 02/01/2016 a las 21:43:45h. - Act. a las **21:43:53h**.Guardado en: [Madrid](#) , [Tops](#)

Cuatro pruebas en pleno verano (en agosto Madrid descansa de carreras por vacaciones, y por el calor agotador), julio es tiempo para los ciclistas.

El domingo 3 se celebra una prueba con solera, la **XXXIV Carrera Ciclista Gran Premio de Tetúan**, de unos 50 km, que discurre por la Calle Bravo Murillo, desde Plaza de Castilla hasta Cuatro Caminos.

El sábado 16 es el turno del **Acuatlón/ Día del Triatlón**, en varias modalidades: 750 metros para «sprint», 5 km o 20 km, por la Casa de Campo.

El domingo 17 la cita es con el **Trofeo San Lorenzo**, de 10 km, por la Ronda de Atocha. Aunque los ciclistas vuelven a tomar la alternativa en el **Trofeo Virgen del Carmen**, con dos pruebas de 50 km y de 70 kms, por el distrito de Vallecas.

Septiembre: Madrid corre 17 carreras para volver con energía



Un grupo de jóvenes se prepara para la carrera «Madrid corre por Madrid» - Belén Díaz I. REYERO - @abc_madridMadrid - 02/01/2016 a las 21:43:45h. - Act. a las 21:43:53h. Guardado en: [Madrid ,Tops](#)

Tras el parón obligado de agosto, el mes de septiembre se llena de carreras, con hasta 17 pruebas. Arranca el sábado 3 con fuerzas y varias opciones:

-II Cross Amigos del Parque Forestal de Valdebebas: 8 km en el Parque Felipe VI.

-Milla de Marcha Jesús García Bragado: 10 km en el Parque del Paraíso.

-Nocturna Fiestas Canillejas: 7 km por circuito asfaltado de 2,3 km.

-Triatlón Unbike MTB: 750 metros natación, 20 km en mountain biker y 5 km a pie por carretera, en la Casa de Campo.

El domingo 11 hay otra terna de altura, para profesionales:

-Madrid By La Vuelta: 100 km aproximadamente en un recorrido entre el Paseo de Recoletos, la Castellana y la Gran Vía.

-Vuelta a España: 80 km por el mismo trazado con la Castellana como eje.

-XXXVI Carrera Popular La Melonera: de 10 km y 5 5km, y prueba infantil, por el distrito de Arganzuela.

El sábado 17 es el turno de la **Clásica Otero**, de 60 km por la Comunidad de Madrid y de la **Madrid-Segovia por Vías Pecuarias**, 102 kilómetros.

El domingo 18 la oferta es la siguiente:

-IX Carrera Popular de Tetuán: 10 km y prueba infantil por el distrito de Tetuán.

-Madrid Corre por Madrid: 10 km por el Parque del Retiro.

-Triatlón Sertri Crono por equipos Triatlón/ Día del Triatlón: varias distancias (750 metros, 20 km y 5 km), por la Casa de Campo.

El sábado 24 es tiempo para la solidaridad con dos carreras:

-Carrera Popular AVT: 10 km .

-Carrera Popular del Corazón: 10 km y 4,5 km, además de la prueba infantil. En la explanada de Madrid Río en la Casa de Campo.

El domingo 25 las opciones son estas:

-III Carrera Semana Naval: 10 km y 3 km (para familias), desde el Paseo del Prado a Plaza de Castilla.

-Madrid KM0: 2km en Bici y 42 km en carrera, por la Casa de Campo y Madrid Río.

-Marcha Ciclista Unbike: 110 km por Madrid capital y la región.

Octubre: el primer Medio Maratón de la Mujer de Madrid



Vicente del Bosque, en la I edición de la Carrera Fundación Síndrome de Down- Óscar del Pozo **I. REYERO** - @abc_madridMadrid - 02/01/2016 a las 21:43:45h. - Act. a las **21:43:53h**. Guardado en: [Madrid , Tops](#)
Octubre acumula otras 14 pruebas para testar la pasión de los madrileños por el deporte popular.

El domingo 2 hay cuatro opciones:

-Fiesta de la Bici: 21 km con salida y llegada en la calle Menéndez Pelayo, junto al Parque del Retiro.

-VI Carrera Fundación Síndrome de Down: 2,5 km, 5 km y 10 km, por el Parque Juan Carlos I.

-VII Carrera Proniño: 10 km y 21 km, en el distrito Fuencarral-El Pardo.

-Trofeo Edward Athletic: 10 km, por la Avenida de Arcentales, en el distrito de San Blas.

El domingo 9 es el turno de la **X Carrera Popular BBVA**, de 5 km y 10 km, con salida y llegada en la Castellana.

El miércoles 12 de octubre, coincidiendo con la Fiesta Nacional, se organiza el **Cross del Barrio del Pilar**, de 7 km, en el Parque Norte.

El domingo 16 hay dos opciones con la **Carrera Cívico Militar contra la Droga**, de 6,5 km, por la Casa de Campo, y la **XXXVI Carrera de la Ciencia**, de 10 km, con salida y llegada en la sede del CSIC, en la calle Serrano, 117.

El sábado 22 tiene lugar el **Cross del Rector**, unos 5 km, en el Parque Lineal de Palomeras Bajas y Avenida de Miguel Hernández.

El domingo 23 trae esta oferta, con una novedad en el calendario de carreras:

-**I Medio Maratón de la Mujer de Madrid**: 21 km con salida y meta en la Plaza de Colón.

-**Trofeo del Retiro**, de 10 km, por el Parque del Retiro.

-**V Carrera por África**: 10 km y 4 km, y prueba infantil, por el Parque Juan Carlos I.

-**VI Duatlón Valdebebas**: minisprint y sprint, en la Avenida de las Fuerzas Armadas.

El domingo 30 se cierra octubre con la **V Carrera Popular Madrid También Solidario**, de 1 km, 5 km y 10 km, en el Retiro.

Noviembre: la carrera de las aficiones



Vista de la última edición de la Carrera de las Aficiones - Organización **I. REYERO** - [@abc_madrid](#) Madrid - 02/01/2016 a las 21:43:45h. - Act. a las **21:43:53h**. Guardado en: [Madrid](#) , [Tops](#)

Noviembre encadena otras 15 pruebas populares para enlazar a buen ritmo el último tramo del año.

El domingo 6 hay triple munición:

-**Corre por el Niño**: 1 km, 4 km y 10 km, en el Parque del Retiro.

-**Cross Suanzes**: diversas distancias, en el Parque Arcentales.

-**Media maratón de Moratalaz**: 21 km, en el distrito de Morataz.

El miércoles 9 de noviembre, para festejar La Almudena, se corre 8 kilómetros en el **III Cross Manoteras**, en Hortaleza.

El sábado 13 hay otra terna suculenta:

-**IV Campo a través Vicálvaro:** 9 km, en el Parque Forestal del Anillo Verde.

-**Derbi de las Aficiones:** 10 km, del Bernabéu al Calderón.

-**IV Carrera por la Diabetes:** 2,5 km y 10 km, en el Parque Juan Carlos I.

El martes 16 se celebra la **Carrera Vuelta contra la Violencia de Género**, de 5 km y 10 km, en Hortaleza.

El sábado 20 irrumpen cuatro pruebas:

-**Duatlón Cross Madrid:** 5 kilómetros a pie, 15 km en bici y 2,5 km finales a pie, en la Casa de Campo.

-**Popular Canillejas Trofeo José Cano:** 10 km, en el Parque de Canillejas.

-**Trofeo Canguro de Cross:** 7 km, en el Pinar alto de la Casa de Campo.

-**Carrera Emprendedores:** 5 km, 10 km y prueba infantil, en el Retiro.

El sábado 27 hay otras tres opciones:

-**I Trail c-4 Villa de Madrid:** 16 km, por el Club de Campo y la Casa de Campo.

-**Ponle Freno:** Tres recorridos, dos de carrera a pie de 5 km y 10 km, y otro de 10 km para «handbike». Por el Paseo de Recoletos.

-**VII Carrera Popular por la Salud Urbana 02 Wellness:** 7 km, 14 km y 21 km, en el distrito de Barajas.

Diciembre: carrera de las empresas



La San Silvestre Vallecana, una de las pruebas más queridas por los madrileños- AFPI.

REYERO - [@abc_madrid](#)Madrid - 02/01/2016 a las 21:43:45h. - Act. a las **21:43:53h**.Guardado en: [Madrid , Tops](#)

Un último esfuerzo para concluir el año a tope. Madrid ofrece a sus deportistas doce pruebas, algunas como la de las empresas, muy disputadas. Ahí van.

El domingo 4 se celebra el **XXXII Medio Maratón de Villaverde**, de 21 km y prueba infantil, en el distrito de Villaverde.

El martes 6 de diciembre, día de la Constitución, es hora de la **XXVII Carrera de la Constitución**, una prueba de 4 km y 8 km, por el distrito de Barajas.

El jueves 8 de diciembre Madrid festeja la Fiesta de la Inmaculada Concepción con dos carreras:

-IV Cross del Encinar: 8 km, en el distrito de Hortaleza.

-VI Carrera Club Iberia Virgen del Loreto: 5 km y 10 km, en el Parque Juan Carlos I.

El domingo 11 se disputa la popular **Carrera de las Empresas**, con opción de 6 km y 10 km, por el Paseo de la Castellana. Ese mismo día se celebra el **Trofeo Akiles**, de 5 km y 10 km, en la Casa de Campo.

El domingo 18 hay dos pruebas más:

-VI San Silvestre de Villaverde: 4 km, en el auditorio Parque Plata y Castañar.

-VIII Carrera de la Solidarida: 10 km, 5 km y prueba infantil, en la Casa de Campo.

Y para cerrar el año, la prueba más clásica y popular, la **San Silvestre Vallecana Popular e Internacional**, de 10 kilómetros. La Vallecana tiene otras «primas»: la **San Silvestre Vilcavareña**, de 10 km, y la **San Silvestre de Hortaleza**, de 4 km y 8 km.