



6 rutas que no te dejarán indiferente

ReCorriendo España en verano

Correr una ciudad es una de las mejores maneras para conocer sus entrañas. Te presentamos seis rutas para correr por España

Por Running.es 26-07-2016

No cabe duda que **las vacaciones es un gran momento para los corredores**. ¿Quién no se ha llevado sus zapatillas en la maleta para aprovechar y hacer unos kilómetros allá donde vaya? Es más, correr una ciudad es una de las mejores maneras para conocer sus entrañas.

En este sentido y con la intención de dar a conocer algunas de las mejores rutas para ir a correr, se han juntado seis runners con experiencia. [El proyecto GoRunning](#) ha facilitado a estas corredoras la posibilidad de publicar una lista con sus rutas favoritas. La característica común de estas influencers del running es que son **mujeres que conviven con el deporte día a día y que además comparten sus experiencias** a través de sus blogs. Detrás de cada una de ellas hay una historia de superación en que la vida sedentaria ha quedado por siempre en el pasado.

Estas rutas propuestas no están determinadas sólo por la distancia o el tipo de superficie, sino que son vías con un valor añadido. Rutas de esas que te dejan un sabor en las piernas dulce, de aquellas en que desearías que tuvieran un par más de kilómetros.

Uno de los itinerarios que más nos han gustado ha sido el que recorre el casco viejo de **Sitges, de la mano de Cristina (Mujeres Runners)**. Con una distancia de 5k permite recorrer las calles medievales de la ciudad pasando por el Palacio Maricel, la Iglesia de San Bartolomé y Santa Tecla, el Museo del Cau Ferrat o el Palacio del Rey Moro para acabar en el extremo del puerto deportivo d'Aiguadolç. Esta ruta te permite visitar cientos de años de historia en apenas unos minutos dándote la posibilidad de empalmar con la zona montañosa de la costa del Garraf.

Las protagonistas de esta guía esencial para el runner son: **Erica** (Corro y soy Mujer), **Laura** (Makeupnine), **Sofía** (Nictecilla Reflexiona), **Sara** (HappyHips), **Laura** (LJ Nutrición), **Cristina** (Mujeres Runners) y **Alba** (Fitsters). Ellas nos dan su visión más

personal del que sería su perfecta ruta para una tarde de domingo y de paso **viajar por España y así conocer desde dentro los posibles destinos turísticos de una forma diferente.**

Se trata de rutas llenas de encanto con distancias accesibles para todos los niveles, que van desde los 5km hasta los 10km y que llaman la atención por los paisajes, la historia, el ambiente... que se puede vivir a lo largo del recorrido.

Os animamos a leer el artículo y a que compartáis con nosotros vuestras rutas favoritas.