

CIRCUITO DE CARRERAS DE CROSS Y RUTA ADOC 2023-2024





La Asociación ADOC (asociación de organizadores de campo a través y carreras en ruta) se creó con la finalidad de promulgar y elevar el cross a nivel nacional. Actualmente, los circuitos españoles se posicionan entre los mejores del mundo, y tiene entre sus filas las carreras más emblemáticas e históricas del cross. ADOC colabora con las instituciones de atletismo más importantes a nivel nacional e internacional (RFEA, European Athletics y World Athletics).

Las carreras de cross ensalzan el valor turístico de cada paraje en el que se celebran, generando riqueza económica y cultural. Además es una actividad que enriquece la vida de los corredores tanto a nivel físico como psicológico, ya que mejora el sistema cardiorrespiratorio, ayudando a prevenir enfermedades y fortaleciendo el sistema inmune. Correr genera endorfinas y sube los niveles de cortisol, que crean en el cuerpo la sensación de relajación, bienestar y felicidad.

Es una actividad lúdica que permite pasar tiempo en familia, con actividades para todas las edades y grupos, creando momentos de calidad en familia, y enseñando a los más pequeños a estar en contacto con la naturaleza, ensalzando valores como la sostenibilidad, la cultura del esfuerzo y la importancia de la comunidad.



NATURALEZA

Circuitos en parajes espectaculares en los que disfrutar del aire puro



SALUD

Cúidate. Correr es uno de los ejercicios más completos a nivel cardiovascular.



TURISMO

Conoce nuevos lugares, vive aventuras descubriendo nuevas culturas.



FAMILIA

Para niños y mayores, pasa tiempo de calidad con los tuyos.



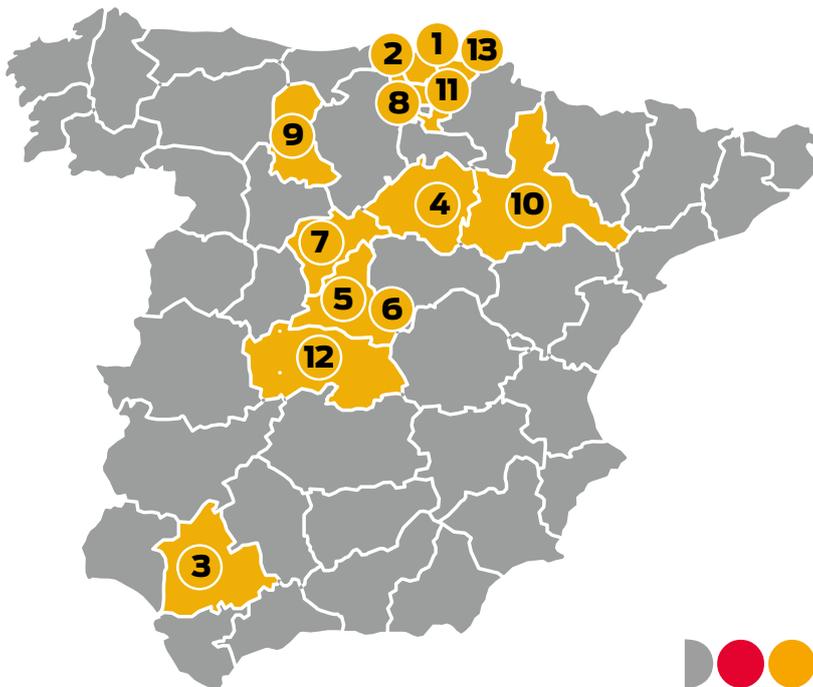
GASTRONOMÍA

Degusta una de las mayores culturas gastronómicas a nivel mundial



CIRCUITO DE CARRERAS DE CROSS Y RUTA ADOC 2023-2024

CIRCUITO DE CARRERAS DE CROSS Y RUTA ADOC 2023-2024



- 1 **Media maratón de San Sebastián (Guipúzcoa)**
29ª Zurich Media Marathon Internacional
- 2 **Cross de Zornotza, Amorebieta (Vizcaya)**
69ª Cross Internacional Zornotza
- 3 **Cross de Itálica, Santiponce (Sevilla)**
XLI Cross Internacional de Itálica
- 4 **Cross de Soria (Soria)**
29ª Campo a Través Internacional de Soria
- 5 **Cross de Alcobendas (Madrid)**
XLI Cross Internacional de Alcobendas
- 6 **Cross de Alcalá de Henares (Madrid)**
V Cross Aniversario Patrimonio Mundial Alcalá de Henares
- 7 **Cross de Cantimpalos (Segovia)**
LI Cross Nacional Ayuntamiento de Cantimpalos
- 8 **Cross de Amurrio (Álava)**
V Cross de Amurrio
- 9 **Cross de Venta de Baños (Palencia)**
XLIII Cross Internacional de Venta de Baños
- 10 **Gran Premio de Aragón (Zaragoza)**
II Trofeo "Ibercaja Ciudad de Zaragoza" de Campo a Través.
- 11 **Cross de Elgoibar (Guipúzcoa)**
80ª Cross Internacional Juan Muguerza
- 12 **Cross de Quintanar de la Orden (Toledo)**
XLI Cross Internacional Castellano Manchego
- 13 **10K Gimnástica de Ulía, San Sebastián (Guipúzcoa)**
93ª 10 KM Gimnástica de Ulía

Calendario ADOC 2023-2024

octubre 2023

L	M	X	J	V	S	D
					1	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

noviembre 2023

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

diciembre 2023

L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

enero 2024

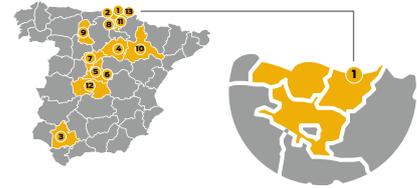
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

febrero 2024

L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			



2ª Zurich Media Maratón Internacional de San Sebastián

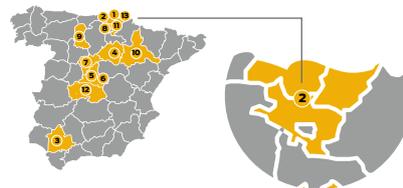


 	<p>FECHA: 1 de octubre de 2023</p>	<p>Lugar: Frente al Ayuntamiento de San Sebastián (Guipúzcoa)</p>
	<p>Horarios: Salida 10:00 h</p>	<p>Horarios retransmisión: Resumen</p> 
<p>WEB: www.zurichmediomaratonsansebastian.com/es</p>		
<p>Te puede interesar:</p> <p>✉ zmm@flyactions.com</p> <p>📁 www.basquecountry.eus/turismo/</p> <p>  </p>		

69º Cross Internacional Zornotza



C.D.ZORNOTZA



Lugar:
Amorebieta Etxano
(Vizcaya)



FECHA:
22 de octubre
de 2023



Horarios:
Desde las 09:40
Absoluta Femenina:
12:15 h
Absoluta Masculina:
12:50 h



Horarios retransmisión:
Directo



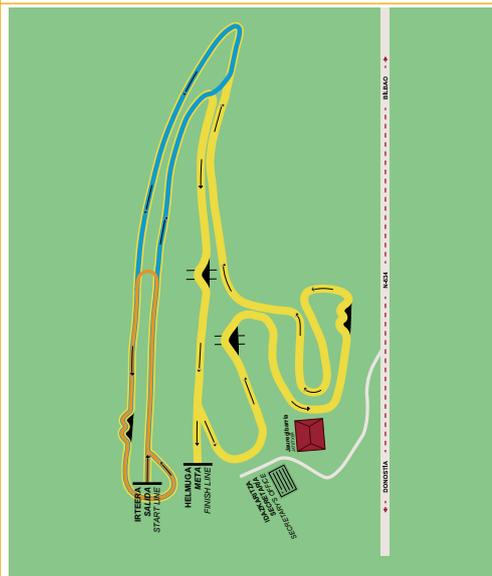
WEB:
www.cdzornotza.eus



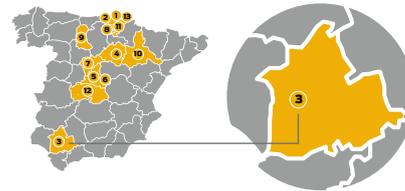
Información:
T.: 669 791 513

Te puede interesar:

- cdzornotza@outlook.com
- turismo.euskadi.eus/



XLI Cross Internacional de Itálica



FECHA:
12 de noviembre
de 2023



Lugar:
Conjunto Arqueológico
de Itálica, Santiponce
(Sevilla)



Horarios:
09:00 a 14:10 h
Femenina: 12:45 h
Masculina: 14:10 h



Horarios retransmisión:
Directo

tdp



WEB:
www.crossinternacionaldeitalica.es



Información:
T.: 955 130 641



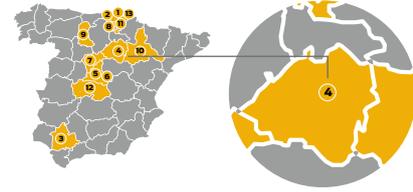
Te puede interesar:
crossitalica@dipusevilla.es



www.prodetur.es



29º Campo A Través Internacional de Soria



FECHA:
18 y 19 de noviembre de 2023



Lugar:
Monte Valonsadero (Soria)



Horarios:
Desde las 10 h



Horarios retransmisión:
RTVE Play



WEB:
soriatletismo.com



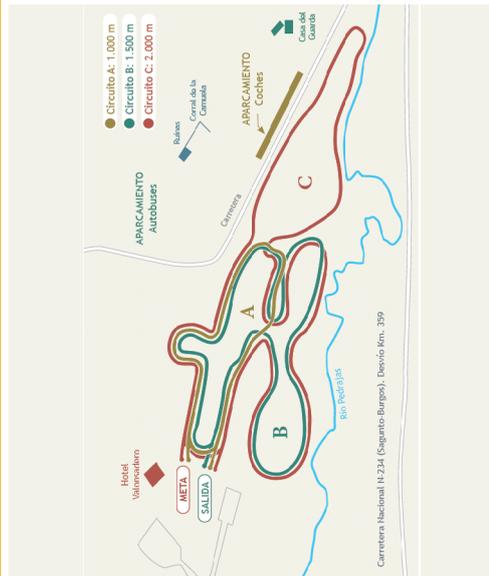
Información:
T.: 619 904 862



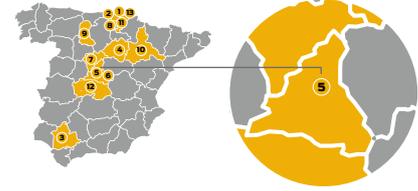
Te puede interesar:
delegacion@soriatletismo.com



www.turismosoria.es



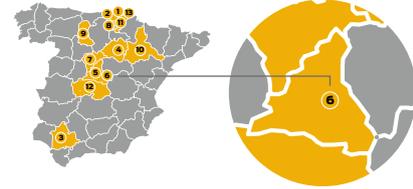
XLI Cross Internacional de Alcobendas (Comunidad De Madrid)



	<p>FECHA: 26 de noviembre de 2023</p>	<p>Lugar: Parque de Andalucía, Alcobendas (Madrid)</p>
<p>Circuito A</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Camión podium ● Zona carpas club ● Zona calentamiento ● Parking VIP (solo vehículos autorizados) ● Secretaría / Dorsales ● Secretaría técnicas ● WC ● WC ● Cámara de timaradas ● Pabco autoridades / prensa 	<p>Horarios: 13:15 a 13:50 h Femenina: 13:15 Masculina: 13:50</p>	<p>Horarios retransmisión: Directo</p>
<p>Salida 16 / A-1 →</p>	<p>WEB: www.cap-alcobendas.es</p> <p>Información: T.: 629 025 227</p> <p>Te puede interesar:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✉ cap@cap-alcobendas.es 📄 www.alcobendas.org/es/temas/empresas-comercio-empleo/turismo 	



V Cross Aniversario Alcalá Patrimonio Mundial



FECHA:
3 de diciembre
de 2023



Lugar:
Alcalá de Henares
(Madrid)



Horarios:
09:00 a 14:00 h



Horarios retransmisión:
Resumen

tdp



Circuito A: 2.000 metros

Tramo final de entrada a meta



WEB:
www.clubatletismocervantes.es/



Información:
T.: 601 741 013

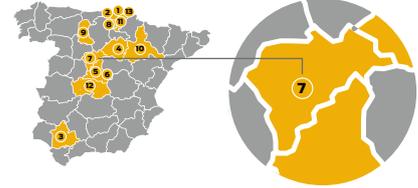
Te puede interesar:

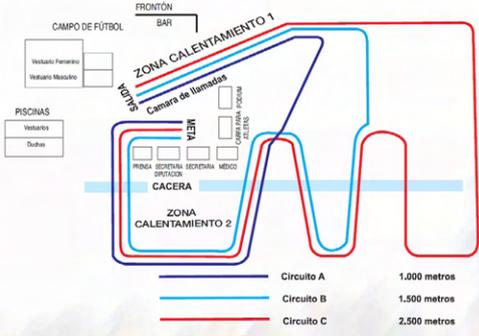
crossaniversario@gmail.com

www.turismoalcala.es/



LI Cross Ayuntamiento de Cantimpalos



 <p>Ayuntamiento de CANTIMPALOS</p> 	 <p>FECHA: 8 de diciembre de 2023</p>	 <p>Lugar: Cantimpalos (Segovia)</p>
	 <p>Horarios: De 10:00 a 13:55 h</p>	 <p>Horarios retransmisión: Directo</p> 
	 <p>WEB: www.cantimpalos.es</p>	
	 <p>Información: T.: 921 496 009</p> <p>Te puede interesar:  cross@cantimpalos.club</p>	

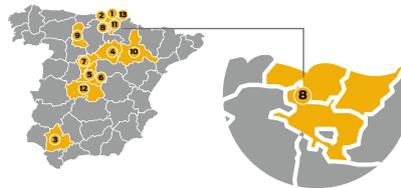


V Cross de Amurrio

AMURRIOKO V. KROSA

2023-ko abenduaren 10^{ena} - 10 de diciembre de 2023

V CROSS DE AMURRIO



FECHA:
10 de diciembre
de 2023



Lugar:
Semillero y Centro de
Empresas Amurrio
(Álava)



Horarios:
12:25 a 13:10 h
Femenina: 12:25
Masculina: 13:10



Horarios retransmisión:
Resumen



WEB:
www.atletismo-oinkariak.com



Información:
T.: 679 513 387



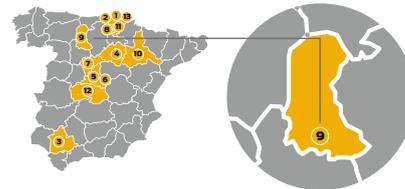
Te puede interesar:
atletismo.oinkariak@gmail.com



www.amurrioturismo.com



XLII Cross Internacional de Venta de Baños



FECHA:
17 de diciembre
de 2023



Lugar:
Polideportivo Municipal
Venta de Baños
(Palencia)



Horarios:
Desde las 08:55 h



Horarios retransmisión:
Directo

tdp



WEB:
www.crossventadebanos.com



Información:
T.: 979 770 928

Te puede interesar:



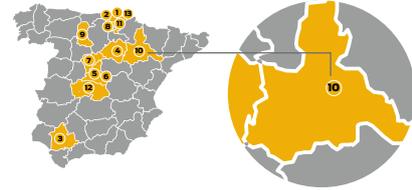
cross.ventadebanos@gmail.com



<https://ventadebanos.es/municipio/deporte/cross-internacional/>



II Trofeo Ibercaja Ciudad De Zaragoza Campo A Través - Gran Premio De Aragón



iberCaja



FECHA:
23 de diciembre de 2023



Lugar:
Zaragoza (Zaragoza)

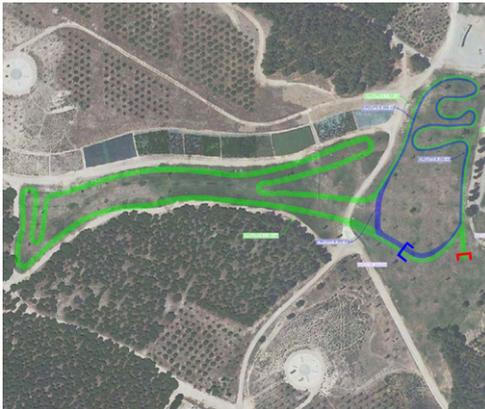


Horarios:
Desde las 09:30 h



Horarios retransmisión:
Directo

tdp



WEB:
www.granpremiointernacionaldearagondecampoatraves.com

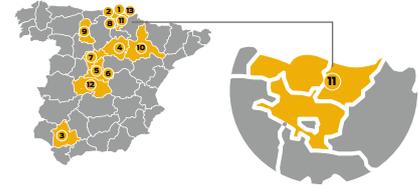


Información:
T.: 677 413 688

Te puede interesar:
✉ crossinternacionalzht@gmail.com

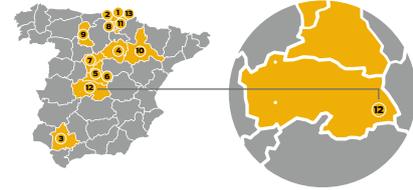


LXXX Cross Internacional Juan Muguerza - Elgoibar



	<p>FECHA: 7 de enero de 2024</p>	<p>Lugar: Instalaciones Mintxeta, Elgoibar (Gipuzkoa)</p>
	<p>Horarios: Desde las 9:30 h</p>	<p>Horarios retransmisión: Directo ETB1 / Diferido TDP</p>
<p>WEB: www.mintxeta.com</p>		
<p>Información: T.: 676 595 612</p>		
<p>Te puede interesar: ✉ mintxeta@mintxeta.com 📁 www.elgoibar.eus</p>		
<p> </p>		

XLI Cross Castellano Manchego



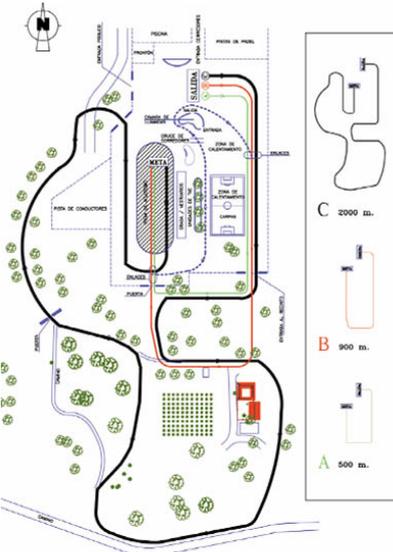
Ayuntamiento
Quintanar de la Orden



FECHA:
14 de enero
de 2024



Lugar:
Quintanar de la Orden
(Toledo)



Horarios:
09:00 a 14:10 h
Femenina: 12:45
Masculina: 14:10



Horarios retransmisión:
Directo

tdp



WEB:
www.faclm.com



Información:
T.: 629 016 562



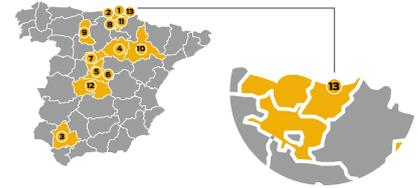
Te puede interesar:
clubatletismomanchego@outlook.es



www.quintanardelaorden.es/



93ª - 10k Gimnástica de Ulia



FECHA:
4 de febrero
de 2024



Lugar:
Paseo de la Zurriola
de San Sebastián
(Guipúzcoa)



Horarios:
Desde las 09:30 h



Horarios retransmisión:
Resumen

tdp



WEB:
www.10kgimnasticaulia.com



Información:
T. Luis: 635 703 842
T. Mikel: 600 577 067
T. Javier: 626 261 963

Te puede interesar:

✉ info@10kgimnasticaulia.com

📱 turismo.euskadi.eus/



¿Por qué seguir a ADOC?



AUMENTA LA PARTICIPACIÓN de las carreras de cross, tanto nacional como internacional. Fomenta la participación de todas las edades y géneros gracias a la representación de todas las categorías de circuitos (hombres, mujeres, niños, seniors...). Aboga por la igualdad, la diversidad y el bienestar social de todos los participantes de la carrera.

RENTABILIZA LAS INVERSIONES de los colaboradores generando visibilidad para las marcas.

-  Más de **25.000** participantes
-  **150.000** espectadores
-  **250.000** visitas a la web
-  Presencia en **prensa** y **televisión**
-  Más de **7000** seguidores en nuestras redes sociales

CUIDA EL CIRCUITO y la logística del mismo, almacenando y manteniendo todos los soportes publicitarios y las infraestructuras del circuito. Además, ADOC está comprometida con la sostenibilidad de las carreras, cuidando los circuitos para que se reduzca al mínimo el impacto en el entorno, respetando y aprovechando los recursos naturales.




adoc