



Ciudades activas que marcan tendencia



Transformar el espacio público desde el deporte

La irrupción del COVID-19 ha generado multitud de debates, entre ellos el de qué ciudad queremos. Una idea toma fuerza: las urbes del futuro han de apostar por la proximidad y la sostenibilidad para hacerlas más amables al ciudadano. En este contexto nacen los Urban Trail Running (UTR).



Las ciudades y los territorios del siglo XXI comparten un reto común: transformar sus entornos en espacios más saludables, sostenibles y activos. En este contexto nacen las instalaciones permanentes de Trail Running, acreditadas por la Real Federación Española de Atletismo (RFEA), concebidas para promover una práctica deportiva accesible, libre y conectada con la naturaleza. Estas instalaciones se dividen en dos tipologías complementarias: los Trail Running Centers (TRC), ya en funcionamiento, y los Urban Trail Running (UTR) proyecto innovador de reciente creación.

Los Trail Running Center (TRC) son espacios ubicados en entornos rurales y naturales, compuestos por redes de rutas señalizadas que permiten entrenar, descubrir nuevos paisajes o simplemente disfrutar corriendo en plena naturaleza. Tienen un marcado carácter de turismo deportivo, y su implantación supone una oportunidad para dinamizar la economía local, fomentar hábitos de vida activa y posicionar estos territorios como destinos de referencia para la práctica del Trail Running. Por otro lado, los Urban Trail Running (UTR) trasladan esta experiencia al entorno urbano y periurbano, con instalaciones diseñadas para el uso cotidiano de la ciudadanía. Se integran como una infraestructura deportiva más de la ciudad, pensadas para entrenar, iniciarse en este deporte o mantenerse en forma en contacto con la naturaleza cercana.

El presente dossier se centra en los Urban Trail Running (UTR), como herramienta innovadora para fomentar la práctica deportiva diaria en las ciudades, dentro de una visión de desarrollo más saludable, inclusivo y sostenible.

Urban Trail Running (UTR)

Una instalación deportiva para dejar huella

Los Urban Trail Running (UTR) son una nueva tipología de instalación permanente, diseñada para acercar el Trail Running a la población desde las mismas ciudades. Son instalaciones deportivas integradas en el entorno urbano o periurbano, pensadas como espacios accesibles para correr a diario, entrenar, iniciarse o simplemente disfrutar del entorno natural próximo a casa.

Inspirados por la transformación urbana impulsada tras la pandemia, los UTR representan una apuesta por ciudades más activas, sostenibles y saludables. Están alineados con los valores de la Agenda 2030 y los objetivos de salud pública, movilidad activa y deporte como derecho cotidiano.

El modelo se encuentra en fase de lanzamiento, con una hoja de ruta clara para su implementación progresiva a nivel estatal.

RUTAS SEÑALIZADAS Y PERMANENTES

Cada UTR está compuesto por una red de rutas permanentes señalizadas, específicamente diseñadas para la práctica del Trail Running. Estas rutas:

- Están balizadas in situ con señalización oficial, adaptada al entorno urbano o natural.
- Se clasifican por niveles de dificultad (verde, azul, rojo, negro).
- Ofrecen variantes para entrenamiento técnico (bajadas, subidas verticales, etc).
- Permiten correr con seguridad, orientación y progresión, sin necesidad de GPS ni dispositivos.

Esta señalización ha sido diseñada para integrarse en el espacio urbano con criterios de legibilidad, seguridad y respeto al entorno.



UN PROYECTO DEPORTIVO DE LEGISLATURA

□ Ventajas sociales

- Mejora de la salud pública y el bienestar ciudadano.
- Democratización del deporte: sin cuota, sin barreras, para todos los perfiles.
- Herramienta útil para actividades escolares, comunitarias y de envejecimiento activo.

□ Ambientales

- Fomento de la movilidad activa y reducción del uso del vehículo privado.
- Educación ambiental y respeto al territorio desde la ciudad.
- Integración con los ODS y políticas locales de sostenibilidad.

□ Urbanísticas y estratégicas

- Revalorización de espacios urbanos poco utilizados o periféricos.
- Refuerzo del atractivo turístico, deportivo y saludable del municipio.
- Imagen de ciudad innovadora, conectada con los retos del siglo XXI.

Elementos de un UTR

Los Urban Trail Running (UTR) están organizados de la siguiente forma:

1. **Centro de Recepción:** Provee servicios básicos como vestuarios, consignas y duchas para los corredores. Puede ser cualquier infraestructura municipal que ya exista.
2. **Rutas señalizadas y clasificadas:** Rutas balizadas de forma permanente con la señalización oficial de Trail Running.
3. **Rutas especiales:**
 - Subidas verticales (fuerza)
 - Rutas técnicas (habilidades específicas)
3. **Espacio de calentamiento y contenidos divulgativos:** Señalética que integra mensajes sobre salud, sostenibilidad y respeto al entorno.



¿QUIÉN PUEDE SER PROMOTOR?

Puede ser promotoras aquellas administraciones públicas o entidades privadas que quieran implantar una instalación deportiva permanente de Trail Running en su ciudad.

¿QUÉ VENTAJAS SUPONE PARA UNA CIUDAD FORMAR PARTE DE ESTA RED?

- Ser pioneros en España en la creación de instalaciones permanentes de Trail Running urbanas.
- Formar parte de una red estatal innovadora y acreditada por la RFEA.
- Convertirse en una ciudad de referencia en España para la práctica del Trail Running no competitivo.
- Abrir sinergias entre diferentes territorios de España a través de los centros permanentes de Trail Running.
- Beneficiarse de tarifas especiales de señalización y promoción, así como la facilidad de poder ejecutar el proyecto en diferentes fases.

¿VARIAS ADMINISTRACIONES PUEDEN SER PROMOTORAS DE UN UTR?

Un UTR puede ser promovido por varias administraciones públicas. Es bastante común en casos en donde las rutas transcurren por diferentes términos municipales. La ventaja de ello es que pueden compartir costes, facilitando así la incorporación al proyecto a municipios con poco presupuesto.

¿CUÁL ES EL COSTE DE UN UTR?

Para formar parte del proyecto se abona una pequeña cuota inicial y ya se incluye el municipio en la página oficial del proyecto, así como en todas las campañas de difusión. El presupuesto total dependerá principalmente del número de itinerarios permanentes señalizados que englobe la instalación, así como de sus características técnicas. Se puede disponer de un UTR desde presupuestos bastante asequibles, y con el tiempo ir ampliándolo. Además el proyecto se puede ejecutar en uno o varios ejercicios.

PORTAL WEB OFICIAL

La Red cuenta con una web oficial donde aparece la información de todas las instalaciones permanentes de Trail Running acreditadas por la RFEA.

Los accesos oficiales al portal web son los siguientes:

- Mediante la web oficial de la RFEA www.rfea.es, concretamente en la sección de Trail Running.
- Mediante el dominio www.trail-running.es



UNA CIUDAD MÁS ACTIVA ESTÁ A TU ALCANCE

Un UTR no es solo una ruta para correr. Es una infraestructura deportiva, social y ambiental que mejora la calidad de vida urbana. Con un coste razonable, mantenimiento sencillo y alto retorno, el modelo UTR representa una oportunidad real para transformar la ciudad... paso a paso.



INFORMACIÓN

URBAN TRAIL RUNNING

960 49 44 62 - 664218734

info@trail-running.es

www.trail-running.es

www.rfea.es