

INVERNO 2024

Xaneiro - Febreiro - Marzo

XANEIRO

MÉRCORES 3 **MARCHA NÓRDICA**
LUNS 8 **RUNNING**
MÉRCORES 10 **MARCHA NÓRDICA**
RUNNING
SÁBADO 13 **RUNNING** (Preparación Vigbay)
DOMINGO 14 **TRAIL DOS PENEDOS**
LUNS 15 **RUNNING**
MÉRCORES 17 **MARCHA NÓRDICA**
MÉRCORES 17 **RUNNING**
SÁBADO 20 **BICI BTT** (Herville Galiñeiro)
RUNNING (Preparación Vigbay)
DOMINGO 21 **ANDAINA** (Herville Galiñeiro)
TRAIL INICIACIÓN (Herville Galiñeiro)
LUNS 22 **RUNNING**
MÉRCORES 24 **MARCHA NÓRDICA**
RUNNING
SÁBADO 27 **RUNNING** (Preparación Vigbay)
DOMINGO 28 **SUBIDA Ó CASTRO**
LUNS 29 **RUNNING**
MÉRCORES 31 **MARCHA NÓRDICA**
RUNNING

FEBREIRO

SÁBADO 3 **RUNNING** (Preparación Vigbay)
LUNS 5 **RUNNING**
MÉRCORES 7 **MARCHA NÓRDICA**
RUNNING
SÁBADO 10 **RUNNING** (Preparación Vigbay)
DOMINGO 11 **TRAIL DO ALOIA**
LUNS 12 **RUNNING**
MÉRCORES 14 **MARCHA NÓRDICA**
RUNNING
SÁBADO 17 **BICI BTT** (Cuvi-Beade)
RUNNING (Preparación Vigbay)
DOMINGO 18 **ANDAINA** (Fragoselo Coruxo)
TRAIL INICIACIÓN (Fragoselo Coruxo)
LUNS 19 **RUNNING**
MÉRCORES 21 **MARCHA NÓRDICA**
RUNNING
SÁBADO 24 **RUNNING** (Preparación Vigbay)
LUNS 26 **RUNNING**
MÉRCORES 28 **MARCHA NÓRDICA**
RUNNING

MARZO

SÁBADO 2 **RUNNING** (Preparación Vigbay)
DOMINGO 3 **RUN RUN VIGO CALVARIO 5 + 5**
MUIÑOS DO FOLÓN
LUNS 4 **RUNNING**
MÉRCORES 6 **RUNNING**
XOVES 7 **MARCHA NÓRDICA**
SÁBADO 9 **RUNNING** (Preparación Vigbay)
DOMINGO 10 **TRAIL NOCEDO**
LUNS 11 **RUNNING**
MÉRCORES 13 **RUNNING**
XOVES 14 **MARCHA NÓRDICA**
SÁBADO 16 **BICI BTT** (Río Lagares Cabo Estai Bouzas)
RUNNING (Preparación Vigbay)
DOMINGO 17 **ANDAINA** (Patos Monteferro)
TRAIL INICIACIÓN (Patos Monteferro)
RUN RUN VIGO 10k de Teis
LUNS 18 **RUNNING**
MÉRCORES 20 **RUNNING**
XOVES 21 **MARCHA NÓRDICA**
SÁBADO 23 **X DESAFÍO OIA**
RUNNING (Preparación Vigbay)
LUNS 25 **RUNNING**
MÉRCORES 27 **RUNNING**
SÁBADO 30 **RUNNING** (Preparación Vigbay)



Áreas Deportivas Municipais de Vigo
Barreiro / Coia / Navia
maisqueauga.com / síguenos

mais que auga



Outexperience MQA

Bici BTT / Andaina / Trail / Running / Marcha Nórdica



Probas externas

Run Run Vigo / Trail / Marcha Nórdica



Carreiras de Trail

Equipo MQA

OUTEXPERIENCE
mais que auga