

# PRIMAVERA 2024

Abril - Maio - Xuño

## ABRIL

MÉRCORES 3 **MARCHA NÓRDICA**  
LUNS 8 **RUNNING**  
MÉRCORES 10 **MARCHA NÓRDICA**  
**RUNNING**  
DOMINGO 14 **RUN RUN VIGO VIGBAY**  
LUNS 15 **RUNNING**  
MÉRCORES 17 **MARCHA NÓRDICA**  
MÉRCORES 17 **RUNNING**  
SÁBADO 20 **TRAIL 5 MIRADOIROS NIGRÁN**  
**CHANDEBRITO**  
DOMINGO 21 **TRAIL 5 MIRADOIROS NIGRÁN**  
**CHANDEBRITO**  
LUNS 22 **RUNNING**  
MÉRCORES 24 **MARCHA NÓRDICA**  
**RUNNING**  
SÁBADO 27 **BICI BTT (Lago Castiñeiras-Faro**  
**Domaio)**  
DOMINGO 28 **EXCURSIÓN ISLAS CÍES**  
**(Trail e Andaina)**  
LUNS 29 **RUNNING**

## MAIO

SÁBADO 4 **TRAIL ORIXES MONDARIZ**  
LUNS 6 **RUNNING**  
MÉRCORES 8 **MARCHA NÓRDICA**  
**RUNNING**  
DOMINGO 12 **CAMIÑO DE SANTIAGO DA ORIXE**  
**(Etapa 1)**  
LUNS 13 **RUNNING**  
MÉRCORES 15 **MARCHA NÓRDICA**  
**RUNNING**  
DOMINGO 19 **CARREIRA PRAIA SAMIL**  
LUNS 20 **RUNNING**  
MÉRCORES 22 **MARCHA NÓRDICA**  
**RUNNING**  
SÁBADO 25 **BICI BTT (Oia-Tamuxe)**  
DOMINGO 26 **CAMIÑO DE SANTIAGO DA ORIXE**  
**(Etapa 2)**  
LUNS 27 **RUNNING**  
MÉRCORES 29 **MARCHA NÓRDICA**  
**RUNNING**

## XUÑO

SÁBADO 1 **TRAIL DE VILATUXE**  
LUNS 3 **RUNNING**  
MÉRCORES 5 **RUNNING**  
**MARCHA NÓRDICA**  
SÁBADO 8 **NOCTURNA CORRENDO POR VIGO**  
DOMINGO 9 **CAMIÑO DE SANTIAGO DA ORIXE**  
**(Etapa 3)**  
LUNS 10 **RUNNING**  
MÉRCORES 12 **RUNNING**  
**MARCHA NÓRDICA**  
LUNS 17 **RUNNING**  
MÉRCORES 19 **RUNNING**  
**MARCHA NÓRDICA**  
SÁBADO 22 **BICI BTT (Aldán-Cabo Home)**  
DOMINGO 23 **CARREIRA DE SAN XOÁN**  
**CAMIÑO DE SANTIAGO DA ORIXE**  
**(Etapa 4)**  
LUNS 24 **RUNNING**  
MÉRCORES 26 **RUNNING**  
**MARCHA NÓRDICA**



+2 **máis que auga**

● **Outexperience MQA**  
Bici BTT / Andaina / Trail / Running / Marcha Nórdica

● **Probas externas**  
Run Run Vigo / Trail / Marcha Nórdica

● **Carreiras de Trail**  
Equipo MQA