

TENERIFE, 2 de Octubre de 2023



ACTIVE RUNNING CITIES



PRESENTACIÓN DEL PROYECTO

EL POR QUÉ

ANTES DEL QUÉ



ATLETIS
MO
ESCOLA

ALTO
NIVEL

ASPIRACIÓN 2030

ATLETIS
MO
POPULA
R
Y
FITNESS

DEPORT
E



CIUDADES Y
TERRITORIOS
ACTIVOS

AGENDA
URBANA
ESPAÑOLA

CIUDADES Y TERRITORIOS
SALUDABLES,
CIUDADES Y TERRITORIOS
SOSTENIBLES.



MUNICIPIO Y

TERRITORIO

- **Movilidad sostenible**
- **Seguridad vial**
- **Salud y ejercicio**
- **Igualdad**
- **Discapacidad**
- **Inclusión**
- **Sostenibilidad**
- **Seguridad**
- **Educación ambiental**

EJERCICIO FÍSICO Y

CORRER, SALTAR, MARCHAR, LANZAR

ATLETISMO

VELOCIDAD, FUERZA, RESISTENCIA, FLEXIBILIDAD



EL QUÉ



***Proyecto de Ciudad Activa que busca
reconocer y alentar a municipios y territorios***

**EJERCICIO FÍSICO
PARA LA SALUD**

**SEGURIDAD Y
ACCESIBILIDAD**

BIENESTAR

CARRERA / MARCHA

**IGUALDAD E
INCLUSIÓN**

COHESIÓN SOCIAL

**ENTORNOS
URBANOS**

SOSTENIBILIDAD

TURISMO

RAZONES Y OPORTUNIDADES

SALUD Y BIENESTAR

Demuestra el compromiso de un municipio/territorio **con la salud y el bienestar** de su ciudadanía.



IMAGEN Y REPUTACIÓN

Mejora la imagen y la reputación de un municipio / territorio.

COHESIÓN SOCIAL

Favorece la participación social, fortalece los lazos comunitarios y **crea espacios de interacción y encuentro**.

TURISMO Y ECONOMÍA

Atrae a corredoras/es y entusiastas del running de todo el mundo, **generando actividad económica** en el día a día de la ciudad a través de eventos, entrenadores y actividades.

SOSTENIBILIDAD Y MEDIO AMBIENTE

Promueve el uso eficiente del espacio público, protege los recursos naturales y fomenta la movilidad sostenible.



OBJETIVOS
DE DESARROLLO
SOSTENIBLE



DEPORTE Y COMPETICIÓN

Impulsando el deporte popular y de competición a nivel municipal.

¿Cuál es el contexto actual?

El 19 % de la población afirma que corre habitualmente.

+4 % de participación en el último año, según el último informe de Strava 2024.

83 % son jóvenes, de entre 15-24 años, pero se mantiene en personas adultas activas.

85% de corredores/as valoran que su ciudad tenga **un distintivo propio** de federados en ciudades con infraestructuras para corredores/as.

77% de corredores/as siente mayor conexión con su comunidad gracias al running.



BENEFICIOS PARA EL DEPORTE MUNICIPAL

IMPULSO

a la práctica del running y la marcha en **todas las edades**.

MAYOR APOYO

a clubes y asociaciones deportivas.

ATRACCIÓN

de eventos deportivos de alto nivel con certificación de calidad.

REFUERZO

de programas de actividad física municipal.



SALUD PÚBLICA Y AHORRO SANITARIO.

Active Running City como herramienta clave para la salud.

¿Qué retos y oportunidades afrontamos?

3,5 millones de casos anuales de enfermedades cardiovasculares.

30 % de riesgo de sufrir enfermedades cardíacas y un 27 % de Diabetes Tipo 2.

El 61 % mayores de 65 años camina **al menos 10 minutos al día.**

10.000 muertes podrían evitarse invirtiendo en actividad físico-

deportiva según la OMS.
822 millones de euros podrían ser ahorrados en gasto sanitario anual.

El 55% de corredores/as lo hacen por **salud** y el 45% para **reducir estrés**



ACTIVE
RUNNING
CITIES



BENEFICIOS PARA LA SALUD.



ESTRATEGIA

de prevención sanitaria.



PROMOCIÓN

de hábitos saludables en toda la población.



ADOPCIÓN

del espacio público para el despliegue de programas.



FOMENTO

del envejecimiento activo.

TURISMO DEPORTIVO Y ECONOMÍA.

Active Running City se convierte en un motor que impulsa el turismo activo y la economía local.

¿Qué sabemos de Turismo e impacto?

RUTAS Y PROGRAMAS de marcha y running con atractivo turístico.

1.243,97 € de gasto medio por viaje de los *turistas deportivos*.

El **63%** de quienes hacen deporte no tienen preferencia estacional.

4,8 millones de turistas deportivos en 2021

4.395 millones de € de impacto económico (4,53% del PIB turístico)

2,5 millones de pernoctaciones anuales asociadas a eventos deportivos

Do!



ACTIVE
RUNNING
CITIES



BENEFICIOS PARA EL TURISMO LOCAL



DIFERENCIACIÓN

de la ciudad / territorio como destino "running friendly".



VISIBILIDAD

nacional/internacional



MEJORA

de la infraestructura turística.



ATRACCIÓN

de eventos deportivos de media y larga distancia.

HABLEMOS DE AGENDA URBANA...

Active Running City se alinea con la estrategia municipal y nacional.

CONTRIBUYE A LOS ODS



Herramienta clave para la prevención de enfermedades.



Creación de **espacios urbanos accesibles y seguros**.



Reduce el impacto ambiental al promover medios de desplazamiento sostenibles.



Fortalece la colaboración entre administraciones, entidades deportivas y la ciudadanía.

ALINEACIÓN CON AGENDA URBANA
AHORRO EN GASTO SANITARIO

REGENERACIÓN DEL ESPACIO URBANO
SALUD Y BIENESTAR EN EL ESPACIO PÚBLICO
MOVILIDAD SOSTENIBLE

AHORRO ENERGÉTICO Y EN INFRAESTRUCTURAS DEPORTIVAS



BENEFICIOS PARA LA CIUDAD SOSTENIBLE



MEJORA

de la infraestructura urbana.



REDUCCIÓN

del tráfico y mejora de la calidad del aire.



FOMENTO

de un estilo de vida activo y saludable.



INTEGRACIÓN

del running en el planeamiento urbano.

EJES DEL PROYECTO

1

**DISTINTIVO
VO
ARC**



2

**PLAN DE
PROMOCIÓN**
CARRERA, MARCHA Y



3

**RED
DE
CIUDADES Y
TERRITORIO
S ACTIVOS
ARC**



DISTINTIVO Active Running Cities



Se trata del **primer paso** del proyecto.

Metodología seria para la evaluación de políticas, infraestructuras y actividades.

Podrá utilizarse según el **Manual de Marca**.



ACTIVIDADES PARA TOD@S

- Campañas
- Programas de iniciación y entrenamiento
- Carreras y Marchas
- Reconocimientos
- Formación
- Colaboración con empresas
- Apoyo económico

INFRAESTRUCTURAS

- Itinerarios
- Instalaciones deportivas
- Instalaciones al aire libre



ASPECTOS TRANSVERSALES

- Igualdad
- Discapacidad
- Inclusión
- Sostenibilidad
- Seguridad
- Educación ambiental
- (...)

PLAN DE PROMOCIÓN

Active Running Cities



- **HOJA DE RUTA** para los **3 años siguientes** a la consecución del distintivo.
- Se plantearán otras **acciones de acuerdo con los objetivos del municipio / Territorio**.
- Se trata de un **plan de elaboración conjunta**.
- Formará parte de los **compromisos adquiridos** por parte del Municipio / Territorio
- Contendrá **acciones correctivas** consideradas como imprescindibles.

**ALINEADA A LA
ESTRATEGIA
MUNICIPAL**



**AGENDA
2030**



INDIVIDUALIZADO Y



PROMOCIÓN DE LA CULTURA DEL RUNNING

SALUD

1

DEPORTE

Un **proyecto estratégico específico** de los intereses del municipio/territorio

AU



TURISMO

2

**Acciones individualizadas al
distintivo ARC**

**ITINERARIOS PARA ANDAR Y
CORRER**

INFRAESTRUCTURAS

MANTENIMIENTO

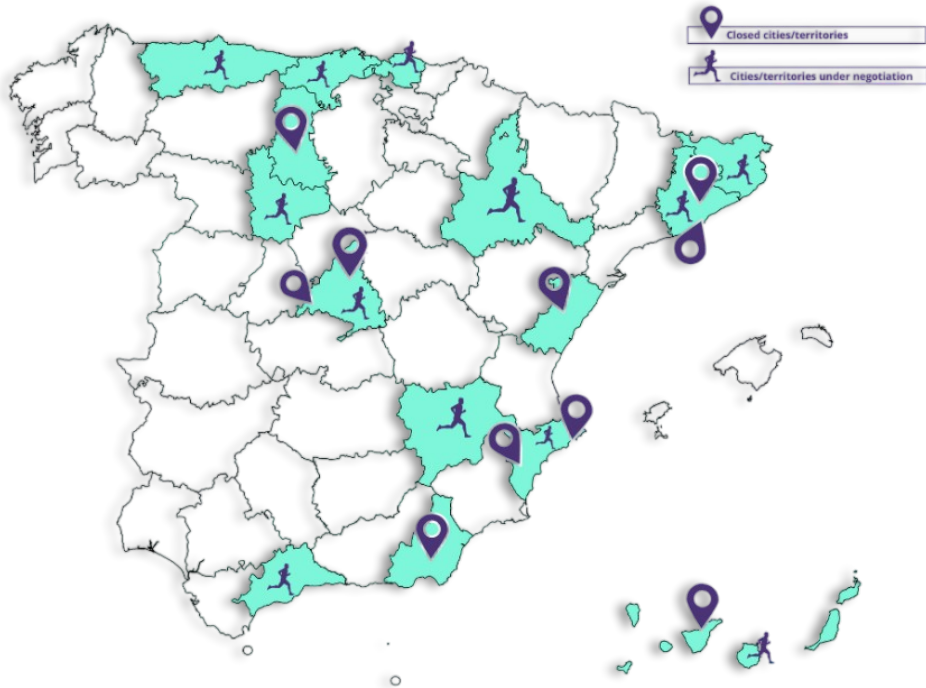
ASPECTOS TRANSVERSALES

TECNOLOGÍA E INNOVACION

**EVENTOS Y ESTRATEGIA
TURÍSTICA**

RED DE CIUDADES Y TERRITORIOS ACTIVOS

ARC



Punto de encuentro para municipios y territorios

Crear sinergias entre municipios y territorios

Promover la formación y el intercambio de conocimientos

Desarrollo de proyectos y soluciones conjuntas

Creación de **centro de innovación y desarrollo** que impulsen el bienestar físico y social

Búsqueda de financiación para proyectos supramunicipales

INFRAESTRUCTURAS



ITINERARIOS

POR UBICACIÓN

URBANOS

PERIURBANOS

POR SEÑALIZACIÓN ACCESIBLE

GENERAL

DIRECCIÓN

KM

SIN SEÑALIZAR

NATURALEZA DE LA RED

VARIEDAD Y OPCIONES

CONECTIVIDAD

INSTALACIONES

INSTALACIONES DEPORTIVAS

TIPOS Y

INDEPENDIENTE DEL

CARACTERÍSTICAS DEL ENTORNO

ACCESO A

ACTIVIDADES

O PRÁCTICA LIBRE EN

VESTUARIOS
DUCHAS
BAÑOS

SALA FITNESS O
GIMNASIO

TAQUILLAS
DESCANSO
O
AGUA

INFRAESTRUCTURAS PARA EL ATLETISMO

TIPOS Y

TRANSPORTE

SEGURIDAD



PISTAS DE ATLETISMO SINGULARES
PISTAS CALISTENIA
GIMNASIOS AL AIRE LIBRE
PISTAS AMERICANAS
PARQUES BIOSALUDABLES
PARKATHLETICS
ZONAS PARA DESCANSO

GRANDES
MEDIANAS
PEQUEÑAS

EQUIPAMIENTO UNE

ANTIVANDÁLICO

SUELO
CONFORTABLE

IDONEIDAD - UBICACIÓN Y CONEXIÓN CON

CONFORTABILIDAD



SEÑALIZACIÓN

- **Práctica** en itinerarios e instalaciones
- **Informativa**
- Diseño **coherente y coordinado**
- Señalización **vial**

ELEMENTOS FÍSICOS



- **Iluminación**
- Zona de **sombra**
- Resguardarse de la **lluvia**
- **Vestuarios** y/o baños públicos



TECNOLOGÍA



Información **actualizada** y servicio en **todos los medios** disponibles

MANTENIMIENTO



Planes de:

- Mantenimiento preventivo y correctivo
- Limpieza

CULTURA RUNNING

**APOYO A
CLUBES**



CAMPAÑAS



**EMPRESAS Y
PATROCINADOR**



ACTIVE
RUNNING
CITIES 

**PROGRAMAS DE
ENTRENAMIENT
O**



**RECONOCIMIE
NTOS**



**COMUNIDAD DE
CORREDORES/AS**



EVENTOS



ASPECTOS

TRANSVERSALES

**PROGRAMAS
EDUCATIVOS**

SEGURIDAD

CIUDADANA

SEGURIDAD VIAL

ACCESIBILIDAD

SOSTENIBILIDAD

RETROALIMENTAC

IÓN

IGUALDAD

CRITERIOS TURÍSTICOS



AVANZADOS

Paquetes turísticos **especiales**

Eventos **multidisciplinarios**



EVENTOS

Trayecto por **puntos emblemáticos**

Registro de corredores/as foráneos

Servicios durante la carrera

Acciones PRE-POST



GENERALES

Promoción en **ferias y congresos**

Colaboración con **alojamientos locales**

Colaboraciones con *influencers y bloggers*

Exploración activa del municipio o territorio

ASPECTOS TURÍSTICOS

TENERIFE

PLAN DE TRABAJO ARC

DIFERENCIAS

- **Territorio vs Municipio**
- **Heterogeneidad realidades municipios**
- **Tenerife Activa**



2025-2028

PLAN DE PROMOCIÓN

DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL EJERCICIO FÍSICO

LÍNEAS ESTRATÉGICAS



hola@activerunningcities.es

<https://activerunningcities.es/>



PLAN DE PROMOCIÓN
DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



01

Itinerarios para
andar y correr

PLAN DE PROMOCIÓN
DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



02

Infraestructuras
deportivas al aire
libre

PLAN DE PROMOCIÓN
DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



03

Promoción de la
marcha y el
running

PLAN DE PROMOCIÓN
DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



04

Eventos, marchas y
carreras locales

PLAN DE PROMOCIÓN
DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



05

Innovación y
tecnología

PLAN DE PROMOCIÓN
DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



06

Criterios
vinculados a la
estrategia turística

PLAN DE PROMOCIÓN
DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



07

Gobernanza y
Evaluación

PLAN DE PROMOCIÓN
DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL EJERCICIO FÍSICO

ASPECTOS TRANSVERSALES

DEPORTE
ADAPTADO



GRUPOS
VULNERABLES

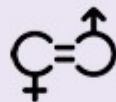


SOSTENIBILIDAD



INNOVACIÓN

PERSPECTIVA DE
GÉNERO



COMUNICACIÓN



MOVILIDAD SOSTENIBLE



SEGURIDAD VIAL Y CIUDADANA



PLAN DE PROMOCIÓN

DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



01

Itinerarios para andar y correr

1. SIAC: Sistema Insular de Itinerarios para Andar y Correr

Propósito:

sistema insular para
ordenar y
homogeneizar
Itinerarios

Operativa y financiación:

convenios/convocato
rias con
ayuntamientos,
**cofinanciación por
hitos**, prioridad a
itinerarios urbanos y
medición de
resultados; integrado
en PIDT

Rol del Cabildo e impacto: no construye ni licita;

fija reglas, forma
equipos, verifica
evidencias y lanza
pilotos para
acelerar impacto y
escalar una red
segura, continua y
accesible.

PLAN DE PROMOCIÓN

DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



01

Itinerarios para
andar y correr

1. SIAC: Sistema Insular de Itinerarios para

ADECUACIÓN Y MEJORA / REFORMA
INTEGRAL – Puesta a punto técnica de los
itinerarios con mayor uso

OBRA NUEVA – Nuevos itinerarios
urbanos y de oportunidad

ESPACIOS AUXILIARES PARA
DEPORTISTAS – Experiencia accesible y
segura para todas las personas

PLAN DE PROMOCIÓN

DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



02

Infraestructuras deportivas al aire libre

2. SIEAL: Sistema Insular de Espacios para el Entrenamiento al Aire Libre

Propósito:

ordenar y potenciar espacios de entrenamiento al aire libre, alineados con el distintivo Active Running Cities.

Foco de

actuación: ámbitos de **alto uso** con déficits de espacios al aire libre con elementos funcionales para el entrenamiento, sombra y agua, pavimentos para estiramientos, mobiliario inclusivo y señalización

Impacto: más uso cotidiano y práctica autónoma de andar y correr, con homogeneidad insular y mejora continua dentro del Plan de Promoción para el Running, la Marcha y el Ejercicio Físico.

PLAN DE PROMOCIÓN

DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



02

**Infraestructuras
deportivas al aire
libre**

2. SIEAL: Sistema Insular de Espacios para el Entrenamiento al Aire Libre

ADECUACIÓN Y MEJORA / REFORMA
INTEGRAL – Actualización normativa y
funcional de espacios deportivos al aire libre
existentes

OBRA NUEVA – Creación de nuevas
zonas de entrenamiento funcional

ESPACIOS AUXILIARES PARA
DEPORTISTAS – Servicios básicos de
apoyo en espacios deportivos al aire
libre

PLAN DE PROMOCIÓN

DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



03

Promoción de la
marcha y el
running

3. PROMAR: Programa insular de Promoción del Running y la Marcha

Propósito:

convertir los itinerarios del SIIAC y los espacios del SIEAL en hábitos cotidianos de salud, fomentando práctica regular, segura e inclusiva con contenidos, microprogramas y material didáctico alineado con el

Ejes de actuación:

- concienciación y comunicación
- formación continua
- apoyo al tejido asociativo
- reconocimiento simbólico
- fidelización comunitaria

Impacto: cultura reconocible de correr y caminar: más práctica semanal, itinerarios y espacios con uso inteligente y continuado, y puente hacia clubes y eventos locales.

PLAN DE PROMOCIÓN

DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



03

**Promoción de la
marcha y el
running**

3. PROMAR: Programa insular de Promoción del Running y la Marcha

PROYECTO 1: Red insular de escuelas de running y marcha

PROYECTO 2: 12 semanas Tenerife se activa

PROYECTO 3: Carné del itinerario activo
(fidelización por tramos)

PROYECTO 4: Formación activa – Aula abierta
de técnica, salud y seguridad

PROYECTO 5: Bienestar con prescripción de
ejercicio físico – derivación a itinerarios y
espacios para el entrenamiento

PROYECTO 6: Reconocimiento “Tenerife en
marcha”

PLAN DE PROMOCIÓN

DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO

04

Eventos, marchas y carreras locales

4. Agenda y Circuito Insular de Marchas y Carreras de Tenerife

Propósito: ordenar el ecosistema insular de marchas y carreras para que sea un motor comunitario, seguro y accesible, corrigiendo déficits, accesibilidad, coordinación de calendarios y trazabilidad de datos

Operativa de organizadores: eventos basados en el decálogo del organizador ARC, con señalización temporal clara, briefing de seguridad, protocolos de accesibilidad y para medir uso y satisfacción

Impacto insular: calendario que integra marchas no competitivas y una serie insular de carreras que dinamiza norte, sur y área metropolitana.

PLAN DE PROMOCIÓN

DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO

04

Eventos, marchas y
carreras locales

4. Agenda y Circuito Insular de Marchas y Carreras de Tenerife

PROYECTO 1: Circuito Insular Oficial de Marchas y Carreras de Tenerife

PROYECTO 2: Gala Anual del running y la marcha de Tenerife

PROYECTO 3: Guía estándar de organización de eventos

PLAN DE PROMOCIÓN

DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



05

Innovación y tecnología

5. Running Lab: laboratorio insular de innovación, datos y tecnología para el running y la marcha

Propósito banco de pruebas insular para **ensayar, validar y escalar** tecnologías e innovaciones aplicadas a *Itinerarios, espacios de entrenamiento y actividades del plan, alineado con el distintivo Active*

Running Cities

prototipado (paneles e identidad ARC), *tests de legibilidad con SINPROMI, quedadas y microeventos con clubes, e interoperabilidad con Mapa Activo y Agenda Insular, generando evidencias, fichas técnicas y proyectos.*

Acuerdos con universidades, patrocinadores, empresas de equipamiento deportivo, ropa deportiva, administraciones...

PLAN DE PROMOCIÓN

DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



05

Innovación y
tecnología

5. Running Lab: laboratorio insular de innovación, datos y tecnología para el running y la marcha

PROYECTO 1: Mapa Activo 2.0 – Capa única, datos abiertos y API insular

PROYECTO 2: Park Athletics

PROYECTO 3: Conteo inteligente y evaluación de uso – Sensores ligeros, QR y microencuestas

PROYECTO 4: Prototipado rápido de actividades y equipamiento personal para correr – De idea a piloto con usuarios reales

PROYECTO 5: Aula Running Lab – Capacitación y soporte tecnológico a municipios

PLAN DE PROMOCIÓN

DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



06

**Criterios
vinculados a la
estrategia turística**

6. Tenerife en Marcha: destino activo

Propósito activar el potencial turístico con running, marcha y ejercicio físico, posicionando Tenerife como destino saludable y activo alineado con el distintivo Active Running Cities.

Propuesta operativa: traducir SIIAC, SIEAL y la Agenda y Circuito Insular al visitante con señalización bilingüe y QR, mapas descargables, tiempos orientativos y decálogo ARC para un uso autónomo y

Impacto y medición: oferta reconocible integrada en Tenerife No Limits que desestacionaliza, dinamiza comercio local y eleva la calidad percibida.

PLAN DE PROMOCIÓN

DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



06

**Criterios
vinculados a la
estrategia turística**

6. Tenerife en Marcha: destino activo

PROYECTO 1: Kilómetro Cero Turístico

PROYECTO 2: Agenda activa para cruceros y congresos

PROYECTO 3: Media Kit “Tenerife en Marcha”

PROYECTO 4: Bienvenida multilingüe en puntos de entrada

PROYECTO 5: Hosted Runs con clubes locales

PROYECTO 6: Sello “Hotel Running Friendly Tenerife”

PROYECTO 7: Paquetes Turísticos Especiales y Eventos Masivos

PLAN DE PROMOCIÓN

DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



07

Gobernanza y Evaluación

7. ARC Tenerife 360: Red Insular de Gobernanza orientada a resultados

Propósito: tejer una red insular única y eficiente que convierta el Plan en una herramienta útil de evaluación continua y decisión basada en evidencias, alineada con el distintivo Active Running Cities.

Oficina y secretaría técnica: convoca mesas, ordena agendas, levanta actas, estandariza plantillas, garantiza trazabilidad y activa proyectos.

Modelo de gobierno y datos: una hoja de ruta y un único tablero de indicadores, con procedimientos comunes y un ciclo de medición continua que convierte cada actuación en evidencia verificable

PLAN DE PROMOCIÓN

DEL RUNNING, LA MARCHA Y EL
EJERCICIO FÍSICO



07

Gobernanza y Evaluación

7. ARC Tenerife 360: Red Insular de Gobernanza orientada a resultados

PROYECTO 1: Secretaría técnica ARC (RFEA)

PROYECTO 2: Cuadro de mando único

PROYECTO 3: Documentos tipo, decálogos,
criterios, manuales.

PARA TERMINAR

Active Running Cities como palanca de transformación.

1

ALTO IMPACTO

Este proyecto refuerza el **impacto multidimensional del deporte** en el desarrollo sostenible de un territorio.



2

CIUDADANÍA

Su alcance puede **involucrar a la gran mayoría de la ciudadanía**, independientemente de sus objetivos o condición.



3

ALINEACIÓN

Su alineación con los **ODS y la Agenda Urbana** favorece, no solo la consecución de estos objetivos, sino la búsqueda de recursos para el desarrollo de proyectos vinculados al estándar federativo.



4

OPORTUNIDADES

Se trata de una fabulosa herramienta para la puesta en marcha de **nuevas políticas** relacionadas con la salud, el ejercicio físico, el deporte y por qué no decirlo, con el turismo, aprovechando el impacto que el deporte y la salud

tienen **nuevas** **oportunidades** en **la ciudad**.





ACTIVE
RUNNING
CITIES



MUCHAS GRACIAS



ACTIVE
RUNNING
CITIES



MUCHAS GRACIAS