



Circuito de las  
**ESTACIONES**



**ARBOLEDAS**

20 de julio 2025

3, 5 y 10 Km

**VERANO**

**CDMX**

**GUÍA DEL ATLETA**



**Cinemex**

**INOVAsport**

**mentos**



**ESTE 2025 EL CIRCUITO DE LAS ESTACIONES  
LLEGA CON LAS MEJORES VIBRAS.**



**En Circuito de Las Estaciones  
VERANO 2025**  
**¡Tú decides cuándo y dónde correr!**



## **Carrera PRESENCIAL**

### **Fecha:**

Domingo 20 de julio del 2025.

### **Lugar sede:**

Arboledas

### **Lugar de salida y meta:**

Lugar de Salida y Meta: Av. Paseo de los Gigantes, Fracc. Las Arboledas, Atizapán de Zaragoza, Estado de México. A un costado de la Fuente de los Bebederos.

### **Distancias y horarios de salida:**

- 7:25 a.m. - Carrera 10 km
- 7:45 a.m. - Carrera 5 km
- 7:50 a.m. - Caminata 3 km

## **Carrera Outdoor (VIRTUAL)**

### **Fecha y horario:**

Del sábado 19 de julio a las 6:00 a.m. al domingo 20 de julio a las 12:00 p.m., es decir, al mediodía.

### **Lugar:**

En donde tú quieras correr al aire libre usando la APP Asdeporte.

### **Distancias:**

- Carrera Outdoor 3 km (VIRTUAL)
- Carrera Outdoor 5 km (VIRTUAL)
- Carrera Outdoor 10 km (VIRTUAL)

# UN *Twist* PARA SEGUIRLE

RECUPÉRATE  
EN UN DOS POR *Twist*



Increíble combinación de agua mineral  
con un delicioso toque de limón y sal



Ideal para rehidratarse



Contiene minerales naturales

¡Síguenos para sorpresas!



@PENAFIEL.TWIST

COME BIEN



## INFORMACIÓN DÍA DE LA CARRERA

El servicio de **guardarropa** abre de 6:00 am a 8:45 am y estará ubicado a un costado del arranque.

No dejes artículos de valor, llaves, medicamentos, etc. Así que asegúrate de llevar únicamente lo indispensable

### Nosotros te proporcionaremos 2 kits:

1

Kit de corredor  
previo a la carrera:

Playera unisex. bolsa conmemorativa,  
botella para agua, número de corredor.

2

Kit de  
recuperación:

Agua, Electrolitos y fruta.





¿Quieres ser *looper*?



Descubre



¡Invitado Especial evoluciona! Ahora tienes beneficios personalizados y más formas de subir de nivel.  
¡Escanea el QR y descubre más!

^Las tarjetas de Invitado Especial seguirán siendo válidas hasta el 31 de julio 2025

# CINEFAN

## 20 BOLETOS + 20 COMBOS



a precio preferencial

¡Adquiérela en taquilla!

La vigencia de la tarjeta es de 6 meses a partir de su compra. Hasta agotar existencias. Consulta términos y condiciones en cinemex.com

## ¿CÓMO LLEGAR?



### POR PERIFÉRICO

Pase Plaza Satélite, después encontrará Mundo E a la altura de Santa Mónica, salirse a la lateral. La entrada al Fracc. Las Arboledas está justo después del Hotel Real Inn que está a la derecha, subir el puente y seguir los señalamientos.

### SI VIENE POR GUSTAVO BAZ

Pasando la Clínica 72 del IMSS y la Tienda Fantasías Miguel a la altura de Tlalnepantla, pegarse a la izquierda, subir el puente de Arboledas y seguir los señalamientos.

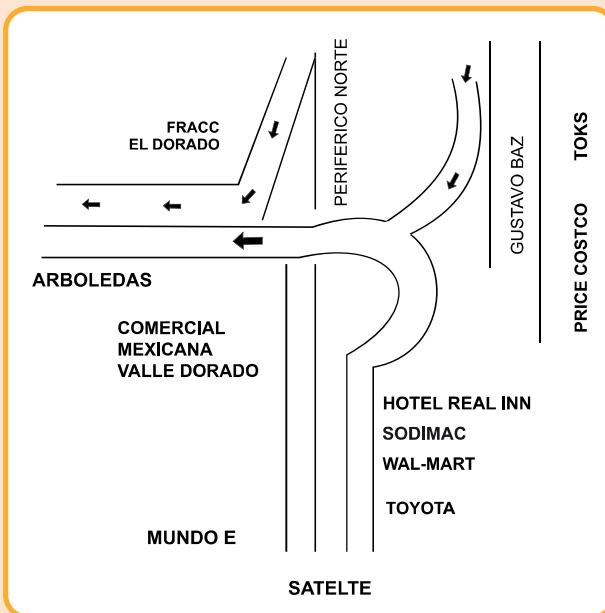
### SI VIENE DEL NORTE DE LA CIUDAD (CUAUTITLÁN, LA QUEBRADA, QRO. ETC)

#### POR PERIFÉRICO

Pase la Quebrada, salirse por la lateral y entrar al Fracc. Las Arboledas a la altura de Valle Dorado.

#### SI VIENE POR GUSTAVO BAZ

Enfrente del Restaurante Toks y el Price Costco a la altura de Tlalnepantla, encontrará a su derecha el puente de Arboledas, subir y seguir los señalamientos.





INOVASport<sup>®</sup>



## ruta 3K



## ruta 5K



## ruta 10K





## ¡NO OLVIDES RECOGER TU KIT DE COMPETIDOR!

**Tendrás DOS días para la entrega de paquetes:**

- Viernes 18 de julio del 2025**

**Lugar:**

Tienda Innovasport MITIKAH

**Ubicación:**

Av. Río Churubusco 601, Xoco, Benito Juárez,  
03330 Ciudad de México, CDMX.

**Horario:**

De 12:00 a 18:00 horas

- Sábado 19 de julio del 2025**

**Lugar:**

Colegio Oriente Arboledas

**Ubicación:**

Ubicación: Av. Río Sur 13, Las Arboledas, 52920  
Tlanepantla, Edo. de México.

**Horario:**

De 08:00 a 14:00hrs



### PARA RECOGER TU PAQUETE

- Identificación oficial vigente con fotografía.
- Es altamente recomendable hacer el WEB CHECK-IN desde la APP Asdeporte de modo que recoger tu paquete sea muy fácil y rápido.
- Presentar confirmación de inscripción impresa o digital.

Si elegiste la opción de envío a domicilio al momento de inscribirte, recibirás una notificación vía correo electrónico con el NÚMERO DE GUÍA para que puedas rastrear tu kit. Es importante que le des seguimiento ya que la mensajería solo realiza 2 intentos de entrega.

**Por higiene y por tu seguridad, NO HABRÁ CAMBIO DE PLAYERAS.**



# mentos®

## ¿LISTOS?

### PARA CORRER CIRCUITO DE LAS ESTACIONES



asdeporte®

#Momentos MENTOS

IMÁGENES ILUSTRATIVAS  
ALIMÉNTATE SANAMENTE

## TIPS PARA QUE DISFRUTES AL MÁXIMO

**1**

### Entrena

No olvides ejercitarte y estirarte constantemente para evitar lesiones y alcanzar el objetivo de la carrera.

**2**

### Hidrátate

Ten a la mano tu botella para agua y llénala de tu isotónico preferido o agua, e hidrátate conforme tu cuerpo lo pida.

**3**

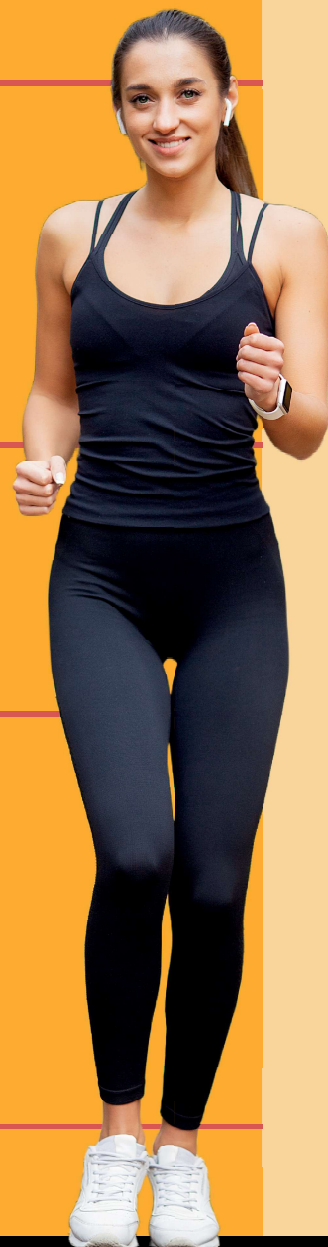
### Aliméntate

Mantén una alimentación sana y balanceada.

**4**

### Alístate

Utiliza tu playera exclusiva del kit y ten a la mano tu número de corredor. Recuerda que puedes utilizar tu bolsa conmemorativa para acomodar todas tus cosas.





asdeporte**plus**

Vive la experiencia  
asdeporte plus en

*Rendiel*  
**Twist**

Circuito de las  
**ESTACIONES**  
\* \* \* \*  
**ARBOLEDAS**

Disfruta de  
**30 días GRATIS**  
al inscribirte a  
cualquier evento  
operado por asdeporte.

Suscríbete y obtén  
estos beneficios:





Reembolso directo  
en wallet si no  
puedes asistir el día  
del evento\*



Recoge tu kit  
sin filas o el mismo día de la  
competencia y en módulo exclusivo.



**10%  
OFF**  
En inscripciones  
a eventos de asdeporte

Talla de  
playera  
garantizada



Seguro  
contra  
accidentes



**30%  
OFF**  
En paquete de fotos\*



Crea tu Tribu  
(equipo)  
y compara  
tu progreso



Análisis  
corporal  
Inbody  
gratuito



Zona de recuperación gratuita  
para Socios Plus al terminar el  
evento



Nueva plataforma  
de entrenamientos  
solo para ti.  
**WXS**  
Entrena desde  
donde quieras  
con tu entrenador

**iEscanea y  
suscríbete!**

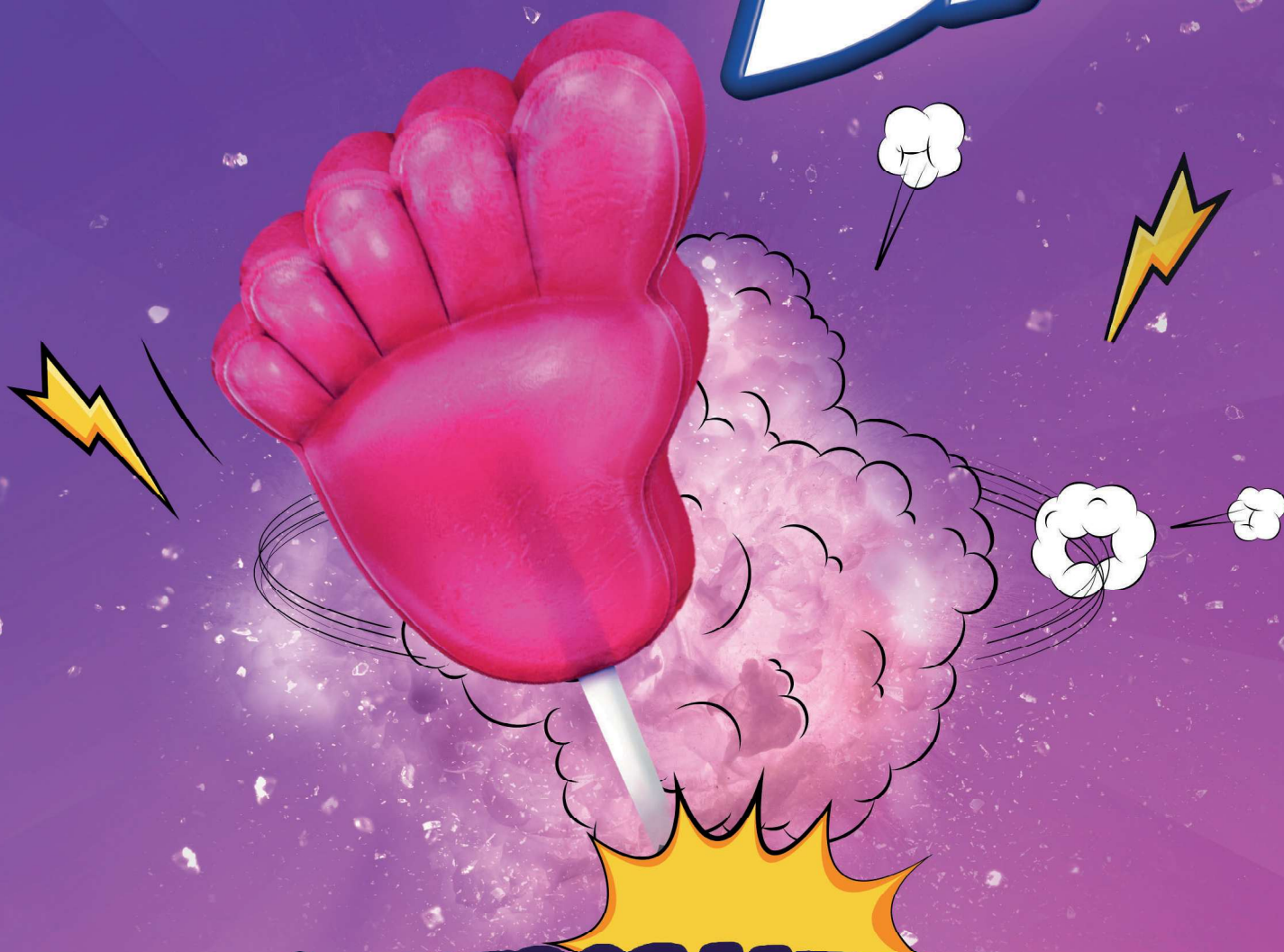


Estos son algunos de los beneficios que podrás disfrutar.  
Consulta todos los beneficios en  
[asdeporte.com/cuenta/beneficios](https://asdeporte.com/cuenta/beneficios)





# CRAZY DIPS



## KILÓMETROS LLENOS DE DIVERSIÓN

IMÁGENES ILUSTRATIVAS  
ALIMÉNTATE SANAMENTE





## IMPORTANTE



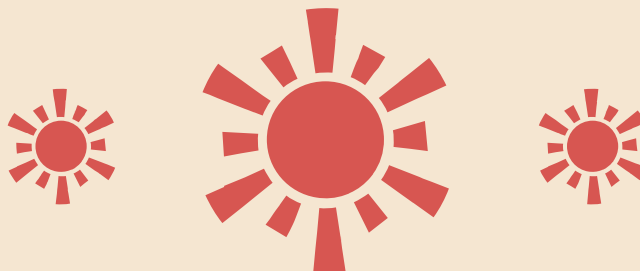
Considera tus tiempos, ya que el arranque de la carrera se hará de manera puntual.

Cada participante es responsable de conocer y familiarizarse con la ruta, al menos a través de los mapas publicados. El comité organizador coloca señalización, personal e indicaciones para apoyar a los corredores, te sugerimos estar atento a ellas.

Disfruta tu carrera, te recomendamos no utilizar audífonos.

Por tu seguridad y la de los demás no corras con mascotas.





*Peñafiel*  
**Twist**

Circuito de las  
**ESTACIONES**



**ARBOLEDAS**

**SIGUE NUESTRAS REDES SOCIALES Y DISFRUTA  
DEL CONTENIDO QUE CIRCUITO ESTACIONES Y  
ASDEPORTE TIENE PARA TI.**



@AsDeporteOficial



@AsDeporte



@asdeporte



**Cinemex**

**INOVASPORT**

**mentos**