MILLA INTERNACIONAL DEL CANTABRICO

VIVEIRO · 2026

GUÍA DEL CORREDOR

Milla Internacional del Cantábrico · 10K Ciudad de Viveiro · MIC Kids

01 Oficina del corredor
02 Charla de élites
03 Las pruebas
05 Programa
07 Aparcamiento
08 Duchas
10 En carrera
11 Redes y contacto
12 Patrocinadores

OFICINA DEL CORREDOR

Recoge aquí tu dorsal-chip y resuelve cualquier duda antes de la carrera.

LUGAR	Templete de la Música	
VIERNES	18:00 – 20:00	
SÁBADO	11:00 – 13:00	15:30 – 17:30
DOMINGO	9:00 – 10:30	



CHARLA DE ÉLITES

Escucha de primera mano a los atletas internacionales que correrán la Milla Élite.

CUÁNDO	**Viernes · 19:00 – 20:30**
DÓNDE	**Teatro Pastor Díaz**
CON	Atletas élite internacionales de la Milla Élite
ENTRADA	Libre



LAS PRUEBAS

Cuatro carreras para todas las edades y niveles durante el fin de semana.

SÁBADO · 17:00	**MIC Kids®**	Carrera infantil gratuita
SÁBADO · 18:00	**Series populares MIC®**	1 milla (1.609 m) · Categorías abiertas
SÁBADO · 19:00	**Milla Élite**	Adrián Ben + internacionales
DOMINGO · 11:00	**10K Ciudad de Viveiro**	Puerta de Carlos V → Celeiro
SALIDA / META MILLA	Travesía de la Marina	
SALIDA / META 10K	Puerta de Carlos V	Apertura de la zona de salida a las 9:00 · Tiempo máximo 1 hora 15 minutos

TU AVENTURA COMIENZA AQUÍ



PROGRAMA DEL FIN DE SEMANA

Todo lo que pasa en Viveiro, día a día.

VIERNES
Previa

18:00
Recogida de dorsales
Oficina del corredor · hasta las 20:00

19:00
Charla de élites
Teatro Pastor Díaz · hasta 20:30

SÁBADO
El gran día

11:00
Recogida de dorsales
Oficina del corredor · hasta las 13:00

15:30
Recogida de dorsales
Oficina del corredor · hasta las 17:30

15:30
MIC Beats
por HAPP!

17:00
MIC Kids®
Carrera infantil gratuita

18:00
Series populares MIC®
Categorías abiertas

19:00
Milla Élite
Adrián Ben + internacionales

20:00
Entrega de premios MIC
Pódium + música en vivo

DOMINGO
La popular

09:00
Recogida de dorsales
Oficina del corredor · hasta las 10:30

09:00
Apertura zona de salida
Puerta de Carlos V

11:00
10K Ciudad de Viveiro
Puerta de Carlos V → Celeiro

11:30
Llegada primeros
Meta en Puerta de Carlos V

12:15
Llegada últimos
Meta en Puerta de Carlos V

13:30
Entrega de premios 10K
Clausura oficial


L
A
B
O
55·SNEAKERS
EST. 1955
IT`S
YOUR
TIME
BIONIC
asics
adidas
HOKA
salomon
Normal
Chiruca
226ERS
BUFF
LURBEL
joma
American SOCKS
näak
WWW.ALBOZAPATERIAS.COM

APARCAMIENTO RECOMENDADO

Te recomendamos aparcar aquí, al lado del centro neurálgico de la MIC.



DUCHAS

Disponibles para todos los participantes después de su carrera.

LUGAR	**Pabellón Antonio Tarrío**
SÁBADO	**18:00 – 20:30**
DOMINGO	**11:30 – 13:00**




Descubre
VIVEIRO
EL LUGAR QUE
LO TIENE
TODO
Concello
de Viveiro

EN CARRERA

Lo que necesitas saber el día de la prueba.

GUARDARROPA	Carpa MIC, al lado del Templete de la Música Para recoger tu bolsa será imprescindible mostrar el dorsal
AVITUALLAMIENTO MILLA	Líquido: agua
AVITUALLAMIENTO 10K	Km 5: líquido (agua) Meta: líquido (agua) y sólido (fruta)
CRONOMETRAJE	El chip va adherido a la parte trasera del dorsal: no lo despegues. Colócalo en el pecho con imperdibles, bien visible y sin doblarlo.
CLASIFICACIONES	Se publicarán en **CCnorte.com** al terminar cada prueba

REDES Y CONTACTO

Comparte tu experiencia y sigue todas las novedades de la carrera.

HASHTAGS MILLA	**#MIC** **#MILLAinternacionalCANTABRICO**
HASHTAG 10K	**#10KcV** 10K Ciudad de Viveiro
INSTAGRAM	@milla_internacional_cantabrico
FACEBOOK	@MILLAinternacionalCANTABRICO
DUDAS	millainternacionalcantabrico@gmail.com O en la Oficina del corredor, en su horario



MIC
MILLA INTERNACIONAL DEL CANTABRICO

16, 17 y 18 OCT'26

VIVEIRO

PATROCINADORES Y COLABORADORES

Concello de Viveiro

Xacobeo 2027

Deputación de Lugo

Galicia Calidade

Xunta de Galicia

Deporte Galego

Occident Aurelio Vega García

Varela