

40 aniversario

CARRERA DEL ÁRBOL

impulsados por la misma causa

**21
JUNIO
2026**

**VALLECAS,
corre por tu barrio!!**



Club Deportivo El Árbol
Impulsados por la misma causa

CONTENIDO

- 03. Salida y horarios
- 04. Recomendaciones
- 05. VI Circuito Carreras de Barrio
- 07. Brujula
- 09. 17º Premios C.D. El Árbol
- 10. Collage 40º Aniversario
- 13. Patrocinadores Carrera
- 14. Proyecto Social
- 16. Colaborador@s 2025
- 17. 22ª Marcha por la Salud y la Inclusión
- 18. Patrocinadores Marcha
- 19. Recorridos Carrera y Marcha

A todas las personas que nos habéis ayudado, como voluntariado o colaborando puntualmente, a las entidades patrocinadoras o colaboradoras y a los centros de inscripción **Muchas gracias.** por hacerlo posible!

EQUIPO TÉCNICO CLUB

José Miguel Pardo
David Canseco
Tino Martínez

Diseño revista TMC

PRESENTACIÓN

¡40 años impulsados por la misma causa!

El siglo pasado vio nacer la Carrera del Árbol. En el año 1986 se daba la salida a la primera edición de esta carrera en nuestro querido barrio de **Puente de Vallecas**. La carrera ha ido creciendo, evolucionando y madurando cada edición en sus 40 años de andadura. Lo único que no ha cambiado es el carácter voluntario de sus organizadores y su afán de servicio a la sociedad

Esta carrera no competitiva, tiene como principal objetivo aunar el deporte y la ecología, de forma que todas las personas que llegan a la meta son obsequiadas con una planta o un plantón de árbol. Se viene realizando el primer domingo del mes de junio, desde hace más de 25 años, para hacerlo más cercano al 5 de junio, celebración del **"Día internacional del Medio Ambiente"**.

En estos 40 años hay dos cambios fundamentales que han marcado el carácter de esta carrera popular comunitaria e inclusiva. El primero es su afán de **incluir a todas las personas** en la práctica de una actividad física saludable; se crea la **Marcha por la Salud y la Inclusión** hace 24 años. El segundo fue que parte de la cuota de inscripción de la Carrera del Árbol de cada edición se destinara a un **proyecto social de cooperación al desarrollo, internacional, nacional o local** (Perú, Guatemala, El Salvador, India, Ucrania, fundación ADEMO Grupo Raíces, Avante 3, Asociación Mi Princesa RETT, Asociación DEBRA Piel de mariposa, Asociación ¡Si, Puedo! Colegio de EE. Los Álamos...)

Lo más importante en esta presentación es agradecer a todas las personas y entidades que han apoyado este proyecto año tras año sin pedir nada a cambio. Es emocionante comprobar cómo en cada edición más de 100 voluntarios y voluntarias, de todas las edades, tienen marcado en su calendario el primer domingo de junio para echar una mano a la Carrera del Árbol. Como miembro más antiguo del equipo técnico organizador de la carrera (hace más de 30 años), me siento complacido en poder expresar el más que justificado reconocimiento a todos los compañeros que han formado parte de este equipo en estos 40 años: Kato, Quique, Ángel Luis, Juanjo, Pepe, José Manuel, Lola, Cano, Budy, Israel, Carioco, Joaquín, Iván...Gracias

Y quiero enfatizar mi mayor agradecimiento y cariño a mis mejores amigos **Yiyi y Tino. Son los verdaderos motores de esta actividad, sin ellos no hubieran sido posible estos años. Y por supuesto a mi compañera y a mi hijo por su gran paciencia y comprensión.**

Un abrazo. Os quiero
1986-2026 CARRERA DEL ÁRBOL
José M. Pardo

SALIDAS Y HORARIOS

El **ARCO de SALIDA** estará situado en la **Av. Buenos Aires, esquina con C/ Arroyo del Olivar**.

A las **9:30 h.** dará comienzo la **“Marcha por la Salud y la Inclusión”**. Y a las **10:30 h.** se dará salida a la **Carrera del Árbol 5km**, para participantes de **10 años en adelante** (los menores de 14 años que quieran realizar la carrera de 5km deberán hacerlo acompañados de un adulto).

Inmediatamente después de acabar ésta, en el **Polideportivo de Palomeras**, comenzarán las **Carreras Infantiles de 0 a 14 años** (a partir de las **11:30 horas aproximadamente**).



Este año, como novedad, hemos ampliado la edad de las carreras infantiles hasta los **14 años**, así como nuevas **distancias**, para que l@s participantes puedan decidir si seguir unos años más en las infantiles o hacer el **5km**.

L@s participantes deberán acudir, según el orden de salidas, al redil de entrada a pista, donde un grupo de monitores/as los llevarán a la zona de salida de carrera.

Los papás o mamás podrán acompañar, si lo desean, a sus hijos e hijas en el recorrido de la carrera de 0 a 2 años.

En todas las carreras habrá monitores que correrán con los niños y niñas, que los atenderán y ayudarán para que lleguen a la meta. Finalizada la carrera, la entrega de los niños se realizará de forma personalizada a los padres en el redil de salida.

Los menores de 14 años que participen en la Marcha por la Salud, o la Carrera del Árbol 5km, deberán realizarla acompañados de un adulto

Os rogamos sigáis las indicaciones del personal de la organización.

Toda la información y el REGLAMENTO 2026 en:

www.clubdeportivoelarbol.org



RECOMENDACIONES

AVITUALLAMIENTO EN META

Al finalizar la carrera se entregará a cada participante a su llegada a meta, una bolsa del corredor, con agua, zumos, barritas y varios productos donados por nuestros patrocinadores. Se establecerá una zona de eliminación de residuos, siendo importante que los/as participantes hagan uso de la misma.

Es labor de todos los participantes que al finalizar las pruebas, el polideportivo y alrededores quede lo más limpio posible. Utilizar los contenedores habilitados para ello, (envases, papel y restos orgánicos).

¡ RECICLA !



EVENTO SOSTENIBLE

La mejor forma de venir a la carrera es en **transporte público**, y así contribuir en la mejora de la calidad del aire y del planeta. Para llegar a la zona de salida de la **carrera de 5K y la marcha**, situada en las Av. de Buenos Aires, lo mejor es el **metro de Buenos Aires**, y para acceder al polideportivo de Palomeras el **metro Miguel Hernández o Sierra de Guadalupe y los autobuses 54, 58, 103**.

Y por supuesto, la mejor opción para los que viváis en los alrededores es andando.

Recuerda que si todos vamos en coche contaminaremos más y tendremos problemas para aparcar y también para salir al finalizar la carrera.

¡ VUESTRA AYUDA ES FUNDAMENTAL !

UNIÓN DE CARRERAS DE BARRIO

VI CIRCUITO DE CARRERAS DE BARRIO DE MADRID 2026

14 PRUEBAS · VARIAS DISTANCIAS (5, 6, 8,10, Y 21 KM)

Descubre el Madrid más auténtico con sus carreras de barrio.

Un año más, desde la creación del circuito, el **Club Deportivo el Árbol** vuelve a participar con la Unión de Carreras de Barrio de Madrid (UCBM) en el “**VI Circuito de Carreras de Barrio de Madrid 2026**”.

Desde Enero hasta Diciembre podrás disfrutar de **14 pruebas en 11 Distritos** y vivir un ambiente único e irrepetible, comprobar la esencia de las carreras de barrio, su historia, tradición, dinamización,.. y organizadas por agrupaciones deportivas y vecinales que ponen su ilusión y empeño en su celebración.

Participarán en el circuito de manera automática todos/as aquellos/as corredores/as que se inscriban en alguna prueba del circuito.



FEBRERO 15 21,097 km MEDIO MARATÓN FUENCARRAL - ELPÁRDIO Organiza: Asociación de Vecinos Valverde de Fuencarral	FEBRERO 22 5 y 21,097 km MEDIO MARATÓN DE LATINA Organiza: Agrupación Deportiva Corebo	ABRIL 19 5 y 10 km CARRERA DEL PAU DE VALLECAS Organiza: Asociación Vecinal PAU del Ensanche de Vallecas	MAYO 10 5 y 10 km CARRERA POPULAR BARRIO DEL ZOFÍO Organiza: Asociación Vecinal Barrio Zofío	JUNIO 7 5 km CARRERA DEL ÁRBOL (40 Aniversario) Organiza: Club Deportivo El Árbol	JUNIO 14 10 km CARRERA DEL RAYISMO Organiza: Federación Peñas Rayo Vallecano y Plataforma ADRV
JULIO 26 10 km TROFEO SAN LORENZO DE LAVAPIÉS Organiza: ARA y Asociación Vecinal La Corrala	SEPTIEMBRE 6 o 13 10 km CARRERA POPULAR DE LAS FIESTAS DE LA ELIPA Organiza: Asociación Vecinal La Nueva Elipa	OCTUBRE 18 10 km CARRERA POPULAR BUTARQUE-VILLAVEVERDE Organiza: Asociación Vecinal Independiente de Butarque (AVIB)	NOVIEMBRE 8 6 km TROFEO MARATHON DE CAMPO A TRAVÉS Organiza: Agrupación Deportiva Marathon	NOVIEMBRE 29 10 km TROFEO JOSÉ CANO - C. POPULAR DE CÁNILLEJAS Organiza: CAPOCA	NOVIEMBRE 29 6 km CROSS SALVAR EL PINAR DE LA ELIPA Organiza: Asociación Vecinal La Nueva Elipa
DICIEMBRE 27 5 km SAN SILVESTRE DE VILLAVEVERDE ALTO Organiza: Asociación Vecinal La Incolora y Club de Atletismo Villaverde	DICIEMBRE 31 8 km SAN SILVESTRE VICÁLVAREÑA Organiza: Asociación Vecinal de Vicálvaro				www.carrerasdebarrio.es



redpiso

Servicios Inmobiliarios

Relájate

**De la venta de tu vivienda,
nos encargamos nosotros**

www.redpiso.es

BRÚJULA

Servicio de Guías de atletismo inclusivo de la Asociación Brújula
Brújula para la Inclusión: apoyo para la inclusión en el deporte de las personas con distintas capacidades



Un año más, el **Club Deportivo el Árbol** contará con el apoyo de la **Asociación Brújula**, con el **Servicio de Guías de atletismo inclusivo**, que consiste en proporcionar un guía cualificado al corredor con diversidad funcional que lo necesite.

Brújula es una asociación sin ánimo de lucro, de ámbito estatal, que nace de la inquietud de un grupo de personas que busca concienciar a la sociedad de que la inclusión

es posible en todos los ámbitos, facilitando a las personas con diversidad funcional su participación en carreras populares, escolares u otros eventos similares. Los guías y voluntarios colaboradores aportan a este fin su entusiasmo por el deporte y su compromiso a transmitir este entusiasmo con los atletas y sus familias.



CENTRO NATURISTA "AILIM"

Avda. Pablo Neruda 120, Local 1-28018 Madrid - Tel: 91 777 66 72
E-mail: ailim@telefonica.net



TERAPIAS ALTERNATIVAS

NATUROPATÍA - DIETAS - QUIROMASAJE
REFLEXOLOGÍA PODAL Y DIGITOPRESIÓN
FLORES DE BACH - REIKI - P.N.L.
ACUPUNTURA - REGRESIONES
REBIRTHING - MUSICOTERAPIA
IRIDOLOGÍA - SACROCRANEAL
ORIENTACIÓN NATURAL EMBARAZO
QUANTUM-SCIO

CONFERENCIAS GRATUITAS

TIENDA

FITOTERAPIA
ALIMENTACIÓN BIOLÓGICA
COSMÉTICA NATURAL
PRODUCTOS ECOLÓGICOS
LIBROS
COMERCIO JUSTO

CURSOS

Flores de Bach, Dietética y nutrición, Fitoterapia, Meditación.
Talleres de fin de semana ...



Especialistas en salud visual

Pon tu salud visual en manos de expertos

José M^a Arroyo

Óptico y Audioprotesista

Nº Coleg.: 11.927

Pedro Segura

Óptico-optometrista

Nº Coleg.: 6.329

Servicios profesionales

Audiometría

Contactología

Optometría

Visión infantil

Orto-K

Reeducación

Tonometría

Topografía

Hnos. García Noblejas, 170
28037 Madrid

Tel. 917 54 51 22



federópticos

García Noblejas

17º PREMIOS C. D. EL ÁRBOL

El Club Deportivo el Árbol concede un premio simbólico todos los años a aquellas personas o entidades que durante años han destacado por su apoyo al Club, a la Carrera del Árbol y a la Marcha por la Salud y la Inclusión, y este año 2026 se realizará la entrega de premios a:

- UCBM
- Antiguos Miembros del Club



Fotografías premios 2025 que se entregaron a:

FUNDACIÓN VALORA

ANTENAS DEYCE



FRUTAS HERRERO



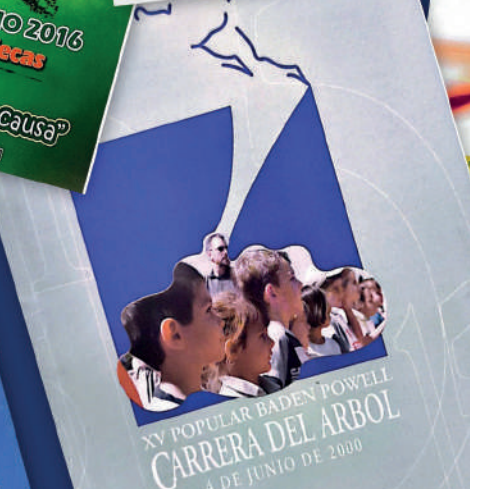
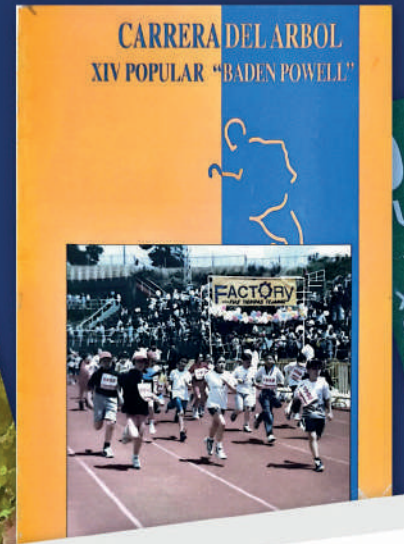
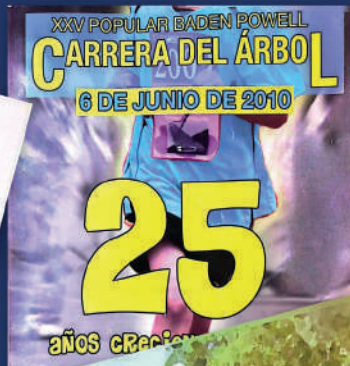
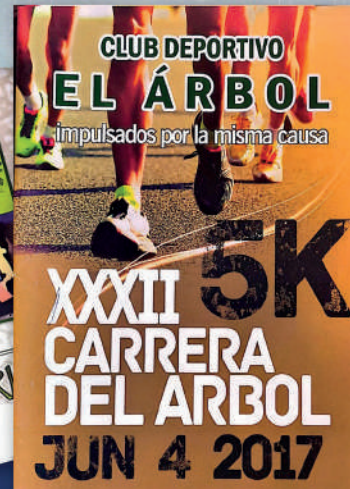
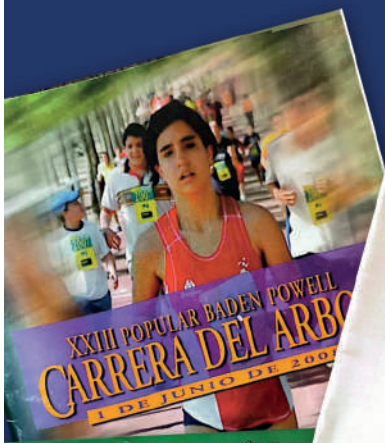
C/ LUIS MARIN, 7 - C/VILLARTA, 2



653084226 - 651684706

frutasherrero@orange.es - villarta@terra.com

40° ANIVERSARIO CA



CARRERA DEL ÁRBOL

XXVI CARRERA DEL ÁRBOL
5 KM
BUENOS AIRES
10.00 H.

XXIX CARRERA DEL ÁRBOL
Club Deportivo El Árbol
Impulsados por la misma causa
Sábado 10:00 h
Av. Buenos Aires
BUENOS AIRES
1 DE JUNIO//DOMINGO
Más INFO: www.clubdeportivoelarbol.org

XXI POPULAR BADEN POWELL CARRERA DEL ÁRBOL
1 DE JUNIO DE 2006

XVII CARRERA del ÁRBOL
Popular Baden Powell - 2 de Junio de 2002
Carlos, Cristina, Pilar, Juan, Merche
Luis, Rafa, Lola, José, Sara, Richi
M... Isa, Yoli, ... Belén
M... dres, Irel... Laura
Ja... a, Albert... Sanera

XXXIII CARRERA DEL ÁRBOL
5 KM
VALLECAS
JUNIO 03
SALIDA 20:00h
Av. Buenos Aires
Proyecto Social

XXXIV CARRERA DEL ÁRBOL
Club Deportivo El Árbol
Impulsados por la misma causa
Ven a celebrar con nosotros el Día Mundial del Medio Ambiente
Domingo Junio

XXVIII Carrera del Árbol
CLUB DEPORTIVO EL ÁRBOL
2 DE JUNIO

XXXIX CARRERA DEL ÁRBOL
Impulsados por la misma causa
1 junio 2025

XXXII POPULAR BADEN POWELL CARRERA DEL ÁRBOL
6 DE JUNIO DE 2004

XVII CARRERA DEL ÁRBOL
- SALIDA AV. BUENOS AIRES - 10:30H.
INFORMACIÓN EN: www.clubdeportivoelarbol.org

CARRERA DEL ÁRBOL
XIV POPULAR "BADEN POWELL"

VALLECAS

PROYECTO SOCIAL 2025 FUNDACIÓN TUBPAA
1€ de cada inscripción de la carrera de 5k será donado para luchar contra la enfermedad de LEUCODISTROFIA

EL 22 DE MAYO
Av. Buenos Aires
Polideportivo Palomeras

VALLECAS

siguenos en facebook


FACTORY

DACIA BIGSTER



prueba Dacia Bigster
hybrid 155 CV - 116 kW
etiqueta ECO en toda la gama



Gama BIGSTER - consumo mixto WLTP (L/100KM) 4,6-6,1. Emisiones WLTP CO₂ (g/km) 104-137.
*Garantía Dacia ZEN: 1 año de garantía para tu Dacia por cada revisión en Dacia Service. Cobertura máxima 7 años o 150.000km (lo que antes ocurra). Excepto taxis, VTC, autoescuelas, rac y servicio público. **Consulta condiciones en tu concesionario Dacia o dacia.es. Dacia recomienda  Castrol**

Dacia Jurado

Calle de Alcalá, 187
Madrid
www.daciajurado.com

Avda. de la Albufera, 319
Madrid

Calle de Seco, 4
Madrid



ENTIDADES COLABORADORAS 2026

ORGANIZA



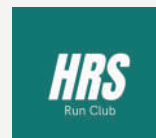
PATROCINA



COLABORAN



PARTICIPAN



PROYECTO SOCIAL 2026



¡Hola!!

Lo primero de todo, **GRACIAS AL CLUB DEPORTIVO EL ÁRBOL** por pensar en nosotros, en la **FUNDACIÓN TUBB4A**.

¿Qué quiénes somos? ¿Qué es la Leucodistrofia Tubb4a?

Las leucodistrofias son enfermedades que afectan a la materia blanca del cerebro. Hay más de 50 tipos. La nuestra, **Tubb4a**, afecta al gen que le da su nombre. Se produce una mutación de novo, es decir, no es una enfermedad heredada, sino que se produce una alteración en la época embrionaria. La enfermedad se da en la infancia, pudiendo aparecer los primeros síntomas desde el nacimiento hasta la adolescencia. En el caso de este tipo de leucodistrofia es **hipomielinizante**, es decir no se produce la suficiente mielina que necesitan las neuronas para transmitir la información.



El aspecto que más destaca es el retraso en el neurodesarrollo o regresión de un individuo que previamente parecía sano.

En el mundo hay aproximadamente 300 casos, en España de momento 12, aunque se cree que está infradiagnosticada.

La **FUNDACIÓN LEUCODISTROFIA TUBB4A** es una fundación formada por varias familias afectadas, constituida en 2022, cuya misión principal es encontrar la cura de esta enfermedad, apoyando a las investigaciones en marcha que ya hay en **EEUU**.

Actualmente no hay cura para esta leucodistrofia, pero gracias a la **INVESTIGACIÓN** hay luces de esperanza muy tangibles. La más esperanzadora, que no curaría pero si frenaría el avance de la enfermedad y mejoraría considerablemente la vida de estos pequeños, es la **terapia ASO** (oligonucleótidos antisentido), ya en marcha en EEUU.



El objetivo por el que actualmente estamos luchando es por poder traer un ensayo a España, de la mano de unos investigadores y clínicos de varios hospitales españoles de referencia en este tipo de enfermedades, de esa terapia ASO, ya administrada en Estados Unidos y con buen resultado en los niños afectados a los que se les está administrando. Por medio hay pasos administrativos que dar, pero estamos en el camino..

PROYECTO SOCIAL 2026

Gracias a la ayuda que nos brindó el **Club**, con la **CARRERA DEL ÁRBOL**, contribuís a ese empujón para la investigación que en este país es tan complicada.

Nos podéis seguir en nuestra página: www.fundaciontubb4a.org y en RRSS como **Instagram (fundaciontubb4aoficial)** y **Facebook (fundaciontubb4a)**



NOS VEMOS EL 7 DE JUNIO EN LA CARRERA DEL ÁRBOL.

¡¡¡Gracias por vuestra participación!!!



PROYECTO SOCIAL 2025

Entrega del cheque a la familia, acompañados de la trabajadora Social del **12 de Octubre** y un miembro de **Fundación Seur**, ambas entidades fueron las que propusieron esta iniciativa para el proyecto de la Carrera del Árbol 2025.



EQUIPO COLABORADOR@S 2025



22º MARCHA POR LA SALUD Y LA INCLUSIÓN

“Un año más, se acerca el primer domingo de junio, una fecha que en Vallecas tenemos siempre marcada en el calendario. Son ya 21 años los que disfrutamos de la Marcha por la Salud y la Inclusión, junto con su hermana mayor, la Carrera del Árbol.

Como su nombre nos deja entrever, se trata de una actividad que tiene el claro objetivo de compartir. Es una excusa para que esa mañana de domingo sea un día de encuentro, en el que nadie, insistimos, nadie, se quede fuera. Cualquiera puede ser parte de este día: personas de distintas edades, con capacidades muy diferentes... no hay ningún motivo o característica que impida disfrutar de esta mañana. En este barrio somos personas expertas en estos conceptos. Expertas en compartir e incluir. Nuestra historia está llena



de momentos y movimientos compartidos que han ido creando el barrio que somos hoy. Desde los momentos en los que se construía el barrio entre los vecinos, mano a mano, hasta otros más recientes, en los que diferentes situaciones que nos ha tocado presenciar como sociedad (la DANA que arrasó Valencia, diferentes guerras como la de Ucrania...), han logrado que volvamos a unirnos para arrimar el hombro. Este Club forma parte de este impulso de barrio que tanto nos gusta. No perdemos de vista que celebramos con

DISTINTAS CAPACIDADES, MISMOS DERECHOS

22º MARCHA POR LA SALUD y la INCLUSIÓN

7 junio 2026

Nuevo recorrido **4km**

Salida BUENOS AIRES
09:30h.
Av. Buenos Aires
Meta;
Pold. Palomeras

Inscripciones: del 23 marzo al 22 de mayo

Vallecas

ORGANIZA: Club Deportivo el Árbol

COLABORAN: AHORRAMAS, JURADO, ALE-HOP, Macaria Sur, Grupo EXTER

PATROCINA: redpiso, BARRICA, FOLIA, DECORAFES, Club Deportivo el Árbol, distrito pueño de vallecas, MADRID

Más información y puntos de inscripciones en www.clubdeportivoelarbol.org y en www.deporticket.com

esta actividad, además, el día del medio ambiente. Al terminar nuestro paseo, la planta que reciben los participantes es una bonita excusa para seguir cuidando juntas, y regando entre todas, gota a gota, una sociedad más ecológica, y como no, más inclusiva.

En esta 22 edición, la Marcha viene con una pequeña novedad, modificación que parte de escuchar las sugerencias de las personas que habéis participado en ediciones anteriores: se ha ampliado y cambiado el recorrido, pasando a ser de 4km, en lugar de los 3km que eran hasta ahora. 1 km más. 1 km más para compartir.

¡Nos vemos el domingo 7 de junio!

Alicia

COLABORADORES MARCHA 2026



La 40ª Carrera del Árbol y 22ª Marcha por la Salud y la Inclusión, están subvencionadas parcialmente por la Dirección General de deporte del Ayuntamiento de Madrid y por la Junta Municipal de Distrito Puente de Vallecas para el Fomento del Asociacionismo.

CARRERAS INFANTILES

40º CARRERA DEL ÁRBOL 2026



HORARIO	CATEGORÍA	DISTANCIA	VUELTAS
11:30H APROX.	0 A 5 AÑOS	200 M.	1/2
12:15H APROX.	6 A 8 AÑOS	400 M.	1
12:45H APROX.	9 A 10 AÑOS	600 M.	1,5
13:15H APROX.	11 A 12 AÑOS	800 M.	2
13:30H APROX.	13 A 14 AÑOS	1000 M.	2,5

RECORRIDOS CARRERA Y MARCHA

- SALIDA DE LA CARRERA Y MARCHA POR LA SALUD AV. DE BUENOS AIRES CON C/ ARROYO DEL OLIVAR.
- ⓘ META DE LA CARRERA Y LA MARCHA POR LA SALUD POLIDEPORTIVO DE PALOMERAS
- ▶ RECORRIDO DE LA MARCHA POR LA SALUD Y LA INCLUSIÓN
- ▶ RECORRIDO DE LA CARRERA DEL ÁRBOL



Si deseas información o tarifas para insertar en la revista del club la publicidad de tu negocio envía un email a: info@clubdeportivoelarbol.org

DESDE
21€

NATACIÓN PARA:

- ✓ BEBÉS
- ✓ PEQUES
- ✓ JÓVENES
- ✓ ADULTOS



Cursos Intensivos

J U L I O 2 0 2 6

AQUA  **SPORT**
ESCUELA DE NATACIÓN

RESERVA YA TU PLAZA

913 31 30 80

aquasport.cc

