**“Al Maratón con Serrano” abre sus grupos de entrenamiento para el Maratón Valencia con la presencia de los mejores maratonianos españoles**

* *Carles Castillejo, Azucena Díaz, Estela Navascués, Paula González Berodia y Rafa Iglesias participarán en estos encuentros preparatorios que se desarrollarán los sábados a las 9:00 horas, desde finales de septiembre y hasta la víspera del Maratón Valencia Trinidad Alfonso EDP.*
* *Las inscripciones a la actividad “Al Maratón con Serrano” ya están abiertas y las plazas son limitadas en sus tres sedes: 400 personas en Valencia y 150 en Madrid y Barcelona.*

**Valencia, 08-09-2016.** El **Maratón Valencia Trinidad Alfonso EDP** y **Cárnicas Serrano** presentan una nueva edición de su actividad “***Al Maratón con Serrano***” y este año, con más sabor olímpico que nunca. Los atletas de maratón que representaron a España en los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro serán los invitados de excepción a estos entrenamientos que se darán en las ciudades de **Valencia**, **Madrid** y **Barcelona** que acogerán estas jornadas preparatorias que comenzarán en el mes deseptiembre y que se celebrarán todos los sábados con la mente puesta en el próximo 20 de noviembre, cuando se dispute el Maratón Valencia Trinidad Alfonso EDP.

Este año, la actividad contará con los consejos previos de los olímpicos ***Carles Castillejo,* Estela Navascués y Azucena Díaz**. Además también participará la campeona de España de Maratón **Paula González Berodia**, quien no pudo correr en Rio 2016 por una lesión de última hora y el también internacional **Rafa Iglesias**. Cada sábado participará un atleta que, además de rodar junto al grupo, antes del entrenamiento contará su experiencia en los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro y brindará consejos a los participantes en estos grupos de apoyo a la preparación del Maratón Valencia Trinidad Alfonso EDP.

Los corredores participantes, en cada sesión, recibirán formación para guiar su preparación tanto física como mental para el Maratón, por lo que no solo se tratará de correr, sino que también se trabajarán aspectos como la recuperación, la alimentación, las intensidades y todas las variables que influyen en el entrenamiento de la distancia de los 42.195 metros. Y qué mejor que recibir estos consejos de la mano de los atletas más significativos del atletismo español del momento.

Las inscripciones para participar en “Al Maratón con Serrano” estarán **abiertas hasta el día 22 de septiembre** o hasta que se agoten las plazas ofertadasa través de la webmaratonvalencia.com. La participación en estas sesiones será gratuita y está reservadapara todos los *runners* que ya se hayan inscrito en el **Maratón Valencia Trinidad Alfonso EDP** – [a través de este enlace](http://www.valenciaciudaddelrunning.com/maraton/inscripciones-maraton/)- o bien, aquellos que formalicen ahora su inscripción al maratón valenciano, tendrán en el formulario la opción de apuntarse a esta actividad paralela.

En cuanto al número de inscritos, tanto en Madrid como en Barcelona las plazas estarán limitadas a **150 corredores**. Los participantes estarán coordinados por los atletas **Pablo Villalobos** en Madrid y por **Nacho Cáceres** en Barcelona. Por su parte, Valencia aumentará el número de *runners* inscritos en los entrenamientos “Al Maratón con Serrano” hasta los **400**.

La inauguración de Al Maratón con Serrano en Valencia tendrá lugar el sábado 24 de septiembre en el Salón de actos de La Petxina con una charla sobre cómo saber cuál es el ritmo adecuado de carrera para cada corredor. Toda la información sobre “Al Maratón con Serrano” la puedes encontrar aquí.