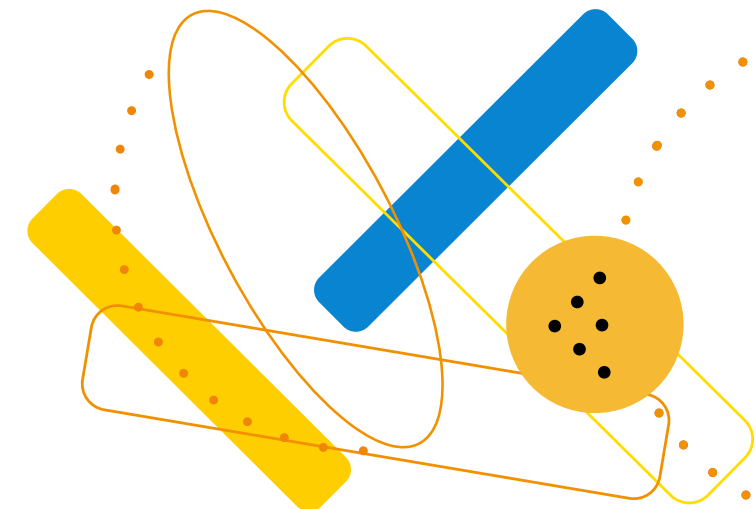


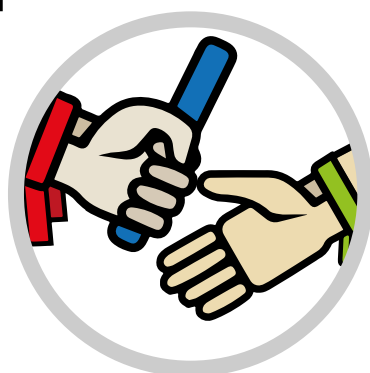
*Semana*  
**Mundo Unido**  
MAYO 2026

# Características del R4U



## Pasar el testigo.

“Recoger el testigo” con una llamada o un mensaje, de los chicos que corren en la zona horaria anterior y «pasar el testigo» a los que que corren después de nosotros.



## Una hora de carrera.

En cada punto del planeta, de las **11:00 a las 12:00 horas**, recorreremos un tramo de camino corriendo, a pie o en bicicleta, con rollers, en canoas, etc.



## El Time-Out.

A las 12 del mediodía, nos detenemos por un minuto de silencio o de oración por la paz.



## La Regla de oro.

«Haz a los demás lo que quieras que te hagan a ti»: viviéndola se contribuye a construir un mundo más unido.



• Inspira, involucra,  
• conecta...

