

GUÍA FORO MUNDIAL DE LA BICICLETA 2026

San Salvador, El Salvador

17–20 de septiembre de 2026

BIENVENIDA

¡Bienvenidas y bienvenidos a San Salvador!

Nos alegra recibirles en El Salvador para el Foro Mundial de la Bicicleta 2026, un espacio internacional de encuentro, diálogo, aprendizaje e intercambio de experiencias en torno a la bicicleta, la movilidad sostenible y la construcción de ciudades más humanas, inclusivas y accesibles.

Durante cuatro días compartiremos conferencias, talleres, actividades deportivas, recorridos y espacios de encuentro.

Queremos que esta experiencia vaya más allá del Foro. Por eso hemos preparado esta guía para que puedas encontrar fácilmente la información esencial para tu viaje y, al mismo tiempo, descubrir algunos de los sabores, lugares y experiencias que hacen especial a San Salvador.

Aquí encontrarás lo esencial para viajar, participar, moverte, comer y disfrutar tu estancia.

EL FORO EN UNA MIRADA

Fecha: 17 al 20 de septiembre de 2026

Ciudad: San Salvador, El Salvador

Sede principal: Villa Olímpica Universitaria – Universidad de El Salvador (UES)

Ciudad Universitaria "Dr. Fabio Castillo Figueroa", final de la Avenida Mártires Estudiantes del 30 de Julio, final 25 Avenida Norte, San Salvador, El Salvador.

Durante el Foro podrás participar en:

- Conferencias.
- Talleres.
- Actividades ciclistas.
- Espacios de intercambio.
- Actividades culturales.
- Encuentros con organizaciones y participantes de diferentes países.

Consulta la agenda del foro para conocer horarios y más detalles de las actividades.

ANTES DE VIAJAR RECUERDA VERIFICAR:

- Pasaporte O DNI vigente.
- Visa o autorización de entrada, si corresponde.
- Tiquete aéreo o terrestre.
- seguro de viaje.(indispensable).
- Carta de invitación, si corresponde.
- Información del alojamiento.
- Copia digital de tus documentos
- Medicamentos personales.
- Adaptador eléctrico, si lo necesitas.
- Protector solar
- Repelente.
- Ropa ligera y cómoda.
- Zapatos cómodos.
- Impermeable ligero.
- Botella reutilizable.
- Cargador y/o batería portátil.

Consejo: *guarda una copia de tu pasaporte, seguro de viajes y documentos importantes en tu teléfono y en un correo electrónico al que puedas acceder durante el viaje.*

DOCUMENTOS DE VIAJE

Las condiciones de entrada dependen de la nacionalidad de cada visitante, se recomienda verificar previamente si necesitan visa o tarjeta de turista, para evitar inconvenientes a su ingreso.

Las autoridades salvadoreñas indican que las personas extranjeras deben presentar un pasaporte vigente y en buen estado, se recomienda como regla general que el pasaporte debe contar con al menos seis meses de vigencia.

Importante

Los requisitos migratorios pueden cambiar, verifica requisitos antes de viajar

Consulta la información oficial de: Dirección General de Migración y Extranjería de El Salvador (<https://www.migracion.gob.sv/>) y la representación diplomática correspondiente a tu país.

LLEGADA A EL SALVADOR

Desde el aeropuerto

- Uber o Indrive
- Taxi autorizado. (*color amarillo*)
- Transporte privado.
- Vehículos oficiales del Foro. (*En caso de ser ponente o voluntario*)

Ruta recomendada:

Sal del aeropuerto por la Autopista a Comalapa (RN-5) hacia el norte con dirección a San Salvador. Continúa hacia el bulevar Los Héroes o la Diagonal Universitaria y empalma con la Final de la 25 Avenida Norte, donde se encuentra el campus central de la Universidad de El Salvador.

Costo estimado: Un taxi autorizado o un viaje por aplicación (como Uber) cuesta entre \$28 y \$40 USD.

Tiempo de viaje: Cerca de 45 a 50 minutos, dependiendo del tráfico

- **Autobús (Opción económica)**

Paso 1: Camina hacia la parada externa saliendo de la terminal del aeropuerto para tomar el microbús de la Ruta 138, que viaja hacia el centro de San Salvador. El costo aproximado es menor a \$2.00 USD y opera en horario diurno (última salida cerca de las 5:45 p.m.

Paso 2: Al llegar al centro de San Salvador (cerca de la Avenida Cuscatlán o zona del centro histórico), debes hacer transbordo a una ruta urbana de bus o microbús que te lleve directo a la UES (como la Ruta 44, 26, 30-A o 2-C).

Tiempo aproximado de viaje: 1 hora y 30 minutos o más, según las esperas.

Desde una terminal de buses

Consulta con la organización del evento con anticipación para recibir información personalizada dependiendo de la terminal prevista para tu llegada.

Si tienes consultas sobre cómo llegar o traslado ponte en contacto con:

José Edwin Ramirez: +503-7650 8072

Correo: fmbelsalvador@gmail.com

Ten en cuenta que si tus datos de contacto cambian, prevalecerá la información proporcionada por la organización antes del viaje, por tanto mantenlos actualizado

HOSPEDAJE

Las personas participantes como voluntarias y ponentes serán alojadas en:

Villa Olímpica Universitaria – UES (para obtener este beneficio deberá haber sido solicitado en el formulario de inscripción)

Dirección: Ciudad Universitaria "Dr. Fabio Castillo Figueroa", Final Avenida Mártires Estudiantes del, 30 de Julio Final 25 Avenida Norte San Salvador, El Salvador.

La asignación dependerá de la distribución final de participantes.

- Check-in: jueves 17 de septiembre desde las 4:00 p.m,
- Check-out: domingo 20 de septiembre 6:00 a.m.

Si llegas antes del horario de check-in, podrás dejar tu equipaje en resguardo de acuerdo con las indicaciones de la organización.

Hospedaje externo sugerido por la organización

Hotel Oasis +503 6986 1967

Casa Alexas +503 7885 1951

SEPTIEMBRE EN SAN SALVADOR

San Salvador tiene un clima cálido durante gran parte del año. Septiembre corresponde normalmente a la temporada lluviosa, por lo que es posible encontrar días cálidos, humedad elevada y lluvias, incluso intensas, durante determinados momentos del día.

La plataforma oficial de turismo describe el clima salvadoreño como cálido o tropical durante la mayor parte del año.

Recomendamos llevar:

Protector solar, Gorra o sombrero, Ropa ligera y transpirable, Zapatos cómodos, Impermeable ligero, Botella reutilizable, Repelente y Batería portátil

Para las actividades en bicicleta:

- Casco, luces, Ropa cómoda y reflectante.
- Protector solar
- Impermeable ligero.
- Una muda adicional si la actividad lo requiere

Consejo: en septiembre conviene salir preparado tanto para el sol como para la lluvia.

HUSO HORARIO

San Salvador utiliza: **GMT -6** No hay cambio estacional de horario.

ELECTRICIDAD

En El Salvador encontrarás principalmente enchufes:

Tipo A y B

El suministro eléctrico es de aproximadamente 110–120 V y 60 Hz.

Si vienes de un país con otro sistema eléctrico, te recomendamos llevar un adaptador universal. La información turística oficial también identifica el sistema eléctrico salvadoreño como 60 Hz.

INTERNET Y TELEFONÍA

Encontrarás conexión Wi-Fi en hoteles, restaurantes, cafeterías, centros comerciales y otros establecimientos.

La plataforma oficial de turismo señala que existe amplio acceso a Internet mediante Wi-Fi y paquetes de datos.

SIM / eSIM

Si necesitas datos móviles durante tu estancia puedes utilizar una SIM local o una eSIM. Entre los principales operadores se encuentran: Claro y Tigo.

Antes de viajar, revisa si tu teléfono:

- Está desbloqueado;
- Admite eSIM;
- Permite roaming internacional.

Consejo: si tu teléfono permite eSIM, puedes revisar las opciones disponibles antes de salir de tu país.

DINERO Y FORMAS DE PAGO

Moneda: La moneda de uso oficial es el: **Dólar estadounidense (USD)**

Tarjetas: Visa y Mastercard son ampliamente aceptadas en establecimientos urbanos y turísticos.

Efectivo : Es recomendable llevar billetes pequeñas denominaciones: **\$1 – \$5 – \$10 – \$20**

Son especialmente útiles en: pupuserías; mercados; comedores; tiendas pequeñas y pequeños comercios.

Consejo: La mejor combinación para tu viaje es: Tarjeta + efectivo. Evita llevar todo tu dinero en un solo lugar.

PROPINAS

En restaurantes y bares es habitual una propina o cargo por servicio de alrededor del 10 %, aunque puede variar y en algunos establecimientos o ya aparece incluido en la cuenta. La plataforma oficial de turismo señala el 10 % como referencia habitual.

SALUD Y BIENESTAR

Antes de viajar:

- Lleva tus medicamentos personales.
- Conserva la receta o documentación médica cuando sea necesaria.
- Adquiere y lleva una copia de tu seguro de viaje.
- Guarda un contacto de emergencia.
- Informa previamente a la organización si tienes una necesidad de accesibilidad o apoyo relacionada con la logística del evento.

Hidratación

El clima cálido y las actividades al aire libre hacen importante mantenerse hidratado. Lleva siempre una botella reutilizable, especialmente durante las actividades ciclistas.

Agua

Para beber, recomendamos a visitantes que no estén familiarizados con el suministro local utilizar agua embotellada, filtrada o de una fuente confiable, preferentemente evita el plástico de un solo uso.

SEGURIDAD

San Salvador es una ciudad que requiere las mismas precauciones que cualquier capital y ciudad grande.

Recomendaciones básicas

- Evita caminar solo por lugares aislados o poco iluminados.
- Mantén tus pertenencias bajo control.
- Evita mostrar grandes cantidades de efectivo.
- Guarda el teléfono cuando no lo necesites.
- No dejes bolsos o cámaras sin vigilancia.
- Utiliza transporte confiable.
- Si sales de noche, procura desplazarte acompañado.
- Conserva tu pasaporte original en un lugar seguro.
- Lleva una copia digital o física del documento.

Para conocer la ciudad

Si no conoces San Salvador, consulta al equipo del Foro antes de realizar recorridos que no estén incluidos en la programación, nuestros voluntarios están atentos a brindarte cualquier información o recomendación .

Regla sencilla: Infórmate antes de salir, planifica tu regreso y evita desplazamientos improvisados por zonas que no conoces.

EMERGENCIAS

- Policía 911
- Bomberos 913
- Emergencias médicas 132

- [Contacto de coordinación del Foro](#)

José Edwin Ramirez: +503-7650 8072 y Ariel Martinez +503- 7290-8006

Correo: fmbelsalvador@gmail.com

MOVILIDAD EN SAN SALVADOR

Caminar

Caminar es una buena alternativa cuando los puntos que quieres visitar están próximos entre sí.

Para recorridos turísticos, planifica tu ruta previamente y evita caminar por lugares aislados.

Transporte por aplicación o taxi

Puede ser una alternativa práctica para desplazamientos individuales.

Antes de iniciar el viaje:

- verifica el destino;
- comprueba el vehículo;
- utiliza servicios confiables;
- comparte tu ubicación cuando sea necesario.

Transporte público

San Salvador cuenta con una amplia red de transporte colectivo.

Para quienes visitan la ciudad por primera vez, recomendamos utilizarlo con orientación local o en recorridos previamente planificados.

Bicicleta

La bicicleta será una de las protagonistas del Foro.

Durante las actividades oficiales, utiliza siempre el equipo de seguridad indicado y sigue las instrucciones del equipo de organización.

- Mantener la Ruta, Usar Casco, Luces y ropa reflectiva.

MAPA DEL PARTICIPANTE

- [Sede del Foro](#)



Se recomienda utilizar Google Maps y OpenStreetMap para navegación y actualización de ubicaciones.

LA GASTRONOMÍA SALVADOREÑA

Una visita a El Salvador no estaría completa sin probar su gastronomía.

Las Pupusas: son uno de los platos más representativos del país. Puedes encontrarlas de:

- Queso;
- Frijol Con Queso;
- Chicharrón;
- Loroco Con Queso;
- Revueltas;
- Y Otras Combinaciones exóticas.

Normalmente se acompañan de: **curtido + salsa de tomate.**

¿Cómo pedir las?

Puedes decir:

"Quisiera dos pupusas de queso y una revuelta, por favor."

MERCADOS: CONOCE EL SAN SALVADOR COTIDIANO

Los mercados son una forma de conocer otra dimensión de la ciudad: sus productos, comercio, alimentos y vida cotidiana.

- **Mercado Central de San Salvador**

Ubicado en el Centro de San Salvador.

Es una opción para quienes desean conocer un mercado tradicional y observar parte de la dinámica comercial de la ciudad.

- **Mercado San Miguelito**

Una alternativa para explorar comercio tradicional y productos locales.

- **Mercado de artesanías**

National Craft Market

Una opción especialmente interesante para quienes quieran comprar recuerdos y productos artesanales.

Recomendación: Para visitantes internacionales: visita los mercados durante el día.

CENTROS COMERCIALES

Los centros comerciales pueden resultar prácticos si necesitas combinar:

- Comida;
- Farmacia;
- Cajeros;
- Supermercados;
- Compras;
- Cafeterías;
- Servicios.

- **Metrocentro San Salvador**

Ubicado sobre el Boulevard de Los Héroes.

- **Galerías Mall**, Ubicado en Paseo General Escalón.
- **Multiplaza** Ubicado sobre la Carretera Panamericana.

Consejo: para una comida rápida y variedad de opciones, los centros comerciales pueden ser una alternativa cómoda para visitantes que prefieren un entorno más familiar.

¿QUÉ HACER SI SOLO TIENES 2 HORAS?

Opción: Centro Histórico

Una experiencia breve puede combinar:

Plaza principal → **arquitectura histórica** → **Biblioteca Nacional** → **comida o café**

Es una buena alternativa para quienes tienen poco tiempo y quieren conocer una parte representativa de San Salvador.

Recomendación

Consulta el mapa del Foro antes de salir y verifica el tiempo de desplazamiento.

¿QUÉ HACER DESPUÉS DE LAS CONFERENCIAS?

- **Si quieres comer**

Busca una pupusería o restaurante salvadoreño.

- **Si quieres conocer la ciudad**

Haz un recorrido por el Centro Histórico.

- **Si quieres descansar**

Visita una cafetería o espacio gastronómico.

- **Si quieres comprar**

Un centro comercial puede ser una alternativa práctica.

- **Si quieres pedalear**

Consulta con ciclistas locales recomendaciones de rutas en la ciudad.

SI TIENES MEDIO DÍA

El Boquerón y Ecoparque El Espino

El Parque Nacional El Boquerón, Ecoparque El Espino, ubicado en el volcán de San Salvador, ofrece una experiencia de naturaleza y vistas del entorno metropolitano.

Ideal para: naturaleza, fotografía y aire libre.

Tiempo recomendado: medio día.

SI TIENES UN DÍA COMPLETO

Si tu agenda te permite salir de San Salvador, puedes considerar:

La Libertad / Surf City: Para conocer la costa salvadoreña y disfrutar del paisaje del Pacífico.

☐ **Suchitoto:** Para conocer una ciudad de carácter histórico y cultural.

Ruta de las Flores: Para una experiencia más amplia de pueblos, gastronomía, naturaleza y cultura.

Lago de Coatepeque: Para conocer uno de los paisajes naturales más reconocidos de El Salvador.

Importante: antes de contratar o realizar una excursión, considera el tiempo total de traslado y verifica las condiciones climáticas.

SAN SALVADOR EN BICICLETA

Esta guía no busca solamente decirte dónde ir. Busca ayudarte a conocer la ciudad desde la bicicleta.

Algunas rutas en bicicleta sugeridas cercanas a puntos de interés son:

RUTA UES-PARQUE CUSCATLAN

 **Distancia:** 4 km

 **Duración estimada:** 30 min

 **Nivel de dificultad:** Fácil

 **Puntos de interés:** Museo de la Memoria y la Imagen, Fuente Luminosa, Monumento a la Memoria

 **Puntos de hidratación:** dentro del parque hay bebederos.

 **Puntos de estacionamiento:** dentro del parque hay bici parqueo.

UES -METRO CENTRO.

 **Distancia:** 2.9 km

 **Duración estimada:** 10 min

 **Nivel de dificultad:** Fácil

 **Puntos de interés:** Tiendas y restaurantes

 **Puntos de hidratación:** No hay bebederos, debes llevar o comprar

 **Puntos de estacionamiento:** No hay

RUTA UES-CENTRO HISTORICO

 **Distancia:** 5 km

 **Duración estimada:** 35 min

 **Nivel de dificultad:** Fácil

 **Puntos de interés:** Palacio Nacional, Iglesia El Rosario, Catedral, Teatro Nacional

 **Puntos de hidratación:** No hay bebederos, debes llevar o comprar.

 **Puntos de estacionamiento:** Hay biciparqueo en Plaza Morazán y frente a BINAES

Antes de salir

- Revisa la ruta.
- Lleva agua.
- Usa casco.
- Revisa el estado de tu bicicleta.
- Lleva el teléfono cargado.
- Consulta el pronóstico del tiempo.
- Informa a alguien de tu recorrido si sales fuera de una actividad oficial.

Mapa de la zona aledaña a la Sede del FMB: Universidad de El Salvador.

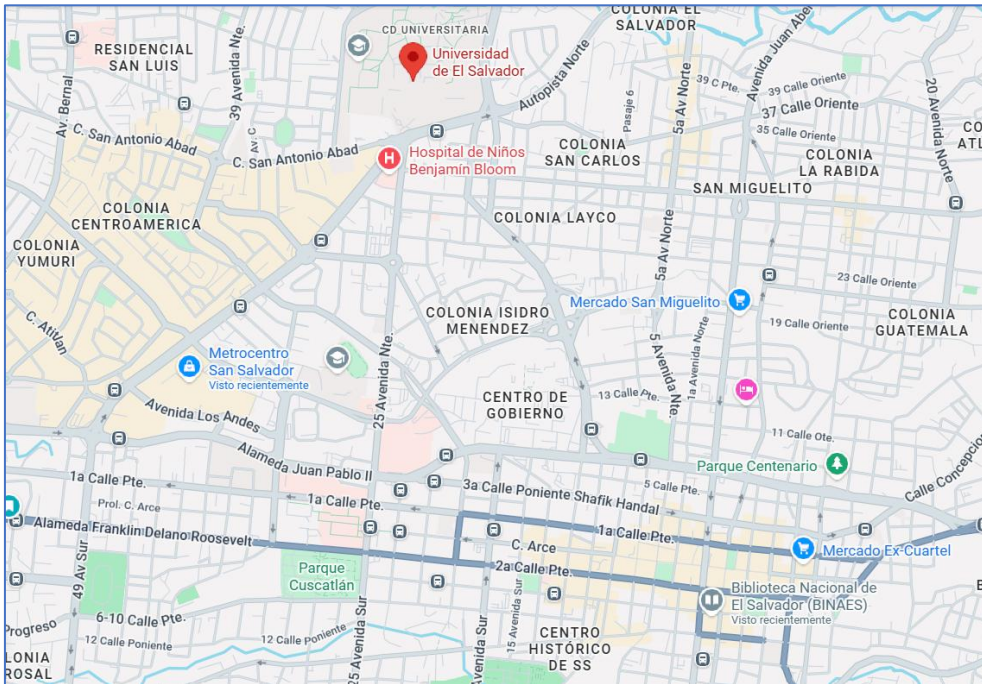


Imagen del portón 8. Entrada habilitada para ingreso de vehículos de participantes en el FMB.



Foto: La Prensa Gráfica.

RESPECTO Y CONVIVENCIA ¹

El Foro reúne personas de diferentes países, culturas y experiencias.

Queremos que todas las personas puedan participar en un ambiente seguro y respetuoso.

Durante el evento:

- Trata a todas las personas con respeto.
- Respeta los límites personales.
- Evita comentarios discriminatorios.
- No toleramos el acoso ni la violencia.
- Respeta las diferencias culturales.
- Cuida los espacios utilizados por el Foro.

SOSTENIBILIDAD

La guía busca reflejar los principios del propio Foro.

Durante tu estancia:

- **Reduce residuos:** Utiliza una botella, taza o vaso reutilizable.
- **Muévete de forma sostenible:** Cuando sea posible, camina, utiliza bicicleta o comparte transporte.
- **Separa tus residuos:** Utiliza los contenedores disponibles.
- **Evita desperdiciar comida:** Sirve solamente lo que consumirás.
- **Consume local:** Compra productos y servicios de emprendimientos locales.
- **Cuida los espacios naturales:** No dejes residuos y respeta las áreas protegidas.

PEQUEÑO DICCIONARIO SALVADOREÑO

Algunas palabras que puedes escuchar durante tu visita:

- **Pupusa:** tortilla gruesa de maíz o arroz rellena.
- **Curtido:** ensalada de repollo, zanahoria y otros ingredientes, sumergido en vinagre tradicionalmente servida con pupusas.
- **Chero:** amigo
- **Pisto:** dinero.
- **Chivo:** algo bueno o agradable, o un "estoy de acuerdo"
- **¿Qué ondas?:** saludo informal equivalente a "¿cómo estás?" o "¿qué tal?".
- ***No necesitas aprenderlas para viajar, pero pueden ayudarte a familiarizarte con el español local.***

¹ Revisar Protocolo de Convivencia publicado en: <https://www.foromundialdelabicietasv.org/>

CHECKLIST PARA CADA DÍA

Antes de salir:

- ✓ Teléfono cargado.
- ✓ Agua.
- ✓ Identificación.
- ✓ Dinero/tarjeta
- ✓ Protector solar.
- ✓ Gorra.
- ✓ Impermeable, si hay posibilidad de lluvia
- ✓ Casco, si corresponde.
- ✓ Dirección de regreso.
- ✓ Contacto del Foro.

ANTES DE REGRESAR A CASA

- ✓ Antes de salir de El Salvador:
- ✓ Pasaporte.
- ✓ Equipaje.
- ✓ Documentos.
- ✓ Tiquetes.
- ✓ Cargadores.
- ✓ Objetos personales.
- ✓ Confirmación del transporte al aeropuerto o terminal.
- ✓ Revisar la habitación antes de retirarte.

INFORMACIÓN OFICIAL

Para información turística actualizada:

El Salvador Travel – plataforma oficial de turismo

[Información oficial para visitantes de El Salvador](#)

Para requisitos migratorios:

[Dirección General de Migración y Extranjería](#)

Para emergencias policiales:

[Policía Nacional Civil – Sistema 911](#)

CONTACTOS ESENCIALES

Organización

Contacto general del Foro

Jesus Lopez + 6218-9598 y +503 7206 7276

Correo: fmbelsalvador@gmail.com

Transporte y traslados

José Edwin Ramirez: +503-7650 8072

Emergencias del evento

Ariel Martinez +503- 7290-8006

Emergencias

Policía: 911

Bomberos: 913

Emergencias médicas: 132

NOS VEMOS EN SAN SALVADOR

Esperamos que estos cuatro días sean mucho más que un encuentro alrededor de la bicicleta.

Queremos que sean una oportunidad para: **conocer, compartir, aprender, pedalear y descubrir.**

Que puedas llevarte ideas nuevas para transformar nuestras ciudades, nuevas amistades y también un recuerdo especial de El Salvador.

Disfruta nuestra gastronomía, conoce nuestra cultura, recorre nuestras calles y descubre los lugares que hacen de San Salvador una ciudad llena de contrastes y posibilidades.

**¡Bienvenidas y bienvenidos al Foro Mundial de la
Bicicleta 2026!**

Comité Organizador