


























LOS 10000 DEL SOPLAO					VELOCIDADES MEDIAS EN Km / H									
BTT/GRAVEL/ E-BIKE BTT / E-BIKE GRAVEL - 118 Km D+ 3.500 m					10	11	12	14	16	18	20	22	24	26
		HORA DE SALIDA	8:00		8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00
LOCALIDAD	INDICACIONES		Km	FALTAN	HORAS DE PASO APROXIMADO SEGÚN VELOCIDAD MEDIA									
CABEZÓN DE LA SAL	 		0,00	118,00										
CARREJO	POR CARRETERA 		1,00	117,00	8:06	8:05	8:05	8:04	8:03	8:03	8:03	8:02	8:02	8:02
CRUCE DE MECA - DIRECCIÓN UCIEDA	 ABANDONO CARRETERA 		5,30	112,70	8:31	8:28	8:26	8:22	8:19	8:17	8:15	8:14	8:13	8:12
UCIEDA			6,40	111,60	8:38	8:34	8:32	8:27	8:24	8:21	8:19	8:17	8:16	8:14
EL MORAL	 		22,50	95,50	10:15	10:02	9:52	9:36	9:24	9:15	9:07	9:01	8:56	8:51
CRUCE DE JUZMEANA - DIRECCIÓN BARCENA MAYOR	 POR CARRETERA 		31,80	86,20	11:10	10:53	10:39	10:16	9:59	9:46	9:35	9:26	9:19	9:13
LLANO CASTRILLO			37,10	80,90	11:42	11:22	11:05	10:39	10:19	10:03	9:51	9:41	9:32	9:25
ALTO DE CRUZ DE FUENTES	 		51,60	66,40	13:09	12:41	12:18	11:41	11:13	10:52	10:34	10:20	10:09	9:59
OZCABA	  		61,00	57,00	14:06	13:32	13:05	12:21	11:48	11:23	11:03	10:46	10:32	10:20
ALTO DEL TAMBUEY			63,80	54,20	14:22	13:48	13:19	12:33	11:59	11:32	11:11	10:54	10:39	10:27
COLSA	POR CARRETERA 		71,60	46,40	15:09	14:30	13:58	13:06	12:28	11:58	11:34	11:15	10:59	10:45
CRUCE DE LA PUNVIEJA - DIRECCIÓN CORREPOCO	 POR CARRETERA 		75,50	42,50	15:33	14:51	14:17	13:23	12:43	12:11	11:46	11:25	11:08	10:54
CRUCE DE CORREPOCO - DIRECCIÓN LLENDEMOZÓ	 ABANDONO CARRETERA 		77,60	40,40	15:45	15:03	14:28	13:32	12:51	12:18	11:52	11:31	11:14	10:59
PUENTE LAS TRECHAS	CRUCE CON CARRETERA 		83,60	34,40	16:21	15:36	14:58	13:58	13:13	12:38	12:10	11:48	11:29	11:12
CRUCE DE RENEDO	  		84,20	33,80	16:25	15:39	15:01	14:00	13:15	12:40	12:12	11:49	11:30	11:14

 LOS 10000 DEL SOPLAO BTT/GRAVEL/ E-BIKE BTT / E-BIKE GRAVEL - 118 Km D+ 3.500 m				VELOCIDADES MEDIAS EN Km / H									
				10	11	12	14	16	18	20	22	24	26
HORA DE SALIDA				8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00
LOCALIDAD	INDICACIONES	Km	FALTAN	HORAS DE PASO APROXIMADO SEGÚN VELOCIDAD MEDIA									
ALTO DEL NEGREO LADO RENEDO	   	90,30	27,70	17:01	16:12	15:31	14:27	13:38	13:01	12:30	12:06	11:45	11:28
CRUCE DESVIO PUENTENANSA		93,20	24,80	17:19	16:28	15:46	14:39	13:49	13:10	12:39	12:14	11:53	11:35
CRUCE COLLADA DE CARMONA	CRUCE CON CARRETERA 	94,80	23,20	17:28	16:37	15:54	14:46	13:55	13:16	12:44	12:18	11:57	11:38
COLLADA DE MONTE A	 	103,60	14,40	18:21	17:25	16:38	15:24	14:28	13:45	13:10	12:42	12:19	11:59
CRUCE DE RUENTE - DIRECCIÓN CABEZÓN DE LA SAL 	POR CARRETERA 	111,20	6,80	19:07	18:06	17:16	15:56	14:57	14:10	13:33	13:03	12:38	12:16
CABEZÓN DE LA SAL	    	118,00	0,00	19:48	18:43	17:50	16:25	15:22	14:33	13:54	13:21	12:55	12:32