








D+ 5962		Distancia 355 km		22	25	27	30	33	34	35	36	37	38
	HORA DE SALIDA	8:00											
LOCALIDAD	INDICACIONES	Km	FALTAN	HORAS DE PASO APROXIMADO SEGÚN VELOCIDAD MEDIA									
CABEZÓN DE LA SAL	PANCARTA DE SALIDA	0,00	355,00										
CARREJO	CA-180	1,00	354,00	8:02	8:02	8:02	8:02	8:01	8:01	8:01	8:01	8:01	8:01
CRUCE DE SANTA LUCIA	GIRAR IZQUIERDA POR CA-812	3,30	351,70	8:09	8:07	8:07	8:06	8:06	8:05	8:05	8:05	8:05	8:05
COS	CA-812	4,20	350,80	8:11	8:10	8:09	8:08	8:07	8:07	8:07	8:07	8:06	8:06
MAZCUERRAS	CA-812	7,00	348,00	8:19	8:16	8:15	8:14	8:12	8:12	8:12	8:11	8:11	8:11
CRUCE VIRGEN DE LA PEÑA	GIRAR IZQUIERDA POR N-634	9,30	345,70	8:25	8:22	8:20	8:18	8:16	8:16	8:15	8:15	8:15	8:14
CRUCE HONTORIA	GIRAR DERECHA POR CA-373	11,50	343,50	8:31	8:27	8:25	8:23	8:20	8:20	8:19	8:19	8:18	8:18
CRUCE BUSTABLADO	GIRAR IZQUIERDA POR CA-372	14,00	341,00	8:38	8:33	8:31	8:28	8:25	8:24	8:24	8:23	8:22	8:22
TOPORIAS	CA-372	15,00	340,00	8:40	8:36	8:33	8:30	8:27	8:26	8:25	8:25	8:24	8:23
CRUCE AL LLANO	GIRAR IZQUIERDA POR CA-373	16,20	338,80	8:44	8:38	8:36	8:32	8:29	8:28	8:27	8:27	8:26	8:25
EL LLANO	SEGUIR RECTO POR CA-375	17,30	337,70	8:47	8:41	8:38	8:34	8:31	8:30	8:29	8:28	8:28	8:27
CRUCE A LA VIRGEN	GIRAR DERECHA POR CA-374	18,60	336,40	8:50	8:44	8:41	8:37	8:33	8:32	8:31	8:31	8:30	8:29
LA VIRGEN	CA-374	19,70	335,30	8:53	8:47	8:43	8:39	8:35	8:34	8:33	8:32	8:31	8:31
COBIJON	GIRAR IZQUIERDA CA-376	20,90	334,10	8:57	8:50	8:46	8:41	8:38	8:36	8:35	8:34	8:33	8:33
RODEZAS	CA-376	21,50	333,50	8:58	8:51	8:47	8:43	8:39	8:37	8:36	8:35	8:34	8:33
PUMALVERDE	CA-376	22,90	332,10	9:02	8:54	8:50	8:45	8:41	8:40	8:39	8:38	8:37	8:36
VALORIA	CA-376	23,80	331,20	9:04	8:57	8:52	8:47	8:43	8:42	8:40	8:39	8:38	8:37
CRUCE A LA HAYUELA	GIRAR DERECHA POR CA-135	24,10	330,90	9:05	8:57	8:53	8:48	8:43	8:42	8:41	8:40	8:39	8:38
ALTO DE LA HAYUELA	CA-135	24,60	330,40	9:07	8:59	8:54	8:49	8:44	8:43	8:42	8:41	8:39	8:38
CANALES	CA-135	25,90	329,10	9:10	9:02	8:57	8:51	8:47	8:45	8:44	8:43	8:42	8:40
CRUCE A RUILOBUCA	GIRAR A LA DERECHA A CA-359	28,10	326,90	9:16	9:07	9:02	8:56	8:51	8:49	8:48	8:46	8:45	8:44
RUILOBUCA	CA-359	30,20	324,80	9:22	9:12	9:07	9:00	8:54	8:53	8:51	8:50	8:48	8:47
LA IGLESIA	CA-358	31,00	324,00	9:24	9:14	9:08	9:02	8:56	8:54	8:53	8:51	8:50	8:48
LIANDRES	GIRAR A LA IZQUIERDA A CA-131	32,40	322,60	9:28	9:17	9:12	9:04	8:58	8:57	8:55	8:54	8:52	8:51
CASASOLA	CA-131	33,80	321,20	9:32	9:21	9:15	9:07	9:01	8:59	8:57	8:56	8:54	8:53
CRUCE PLAYA COMILLAS	EN ROTANDA A CA-131	36,00	319,00	9:38	9:26	9:20	9:12	9:05	9:03	9:01	9:00	8:58	8:56
CRUCE SALIDA COMILLAS	EN ROTONDA A CA-131	36,80	318,20	9:40	9:28	9:21	9:13	9:06	9:04	9:03	9:01	8:59	8:58
LA RABIA	CA-131	38,40	316,60	9:44	9:32	9:25	9:16	9:09	9:07	9:05	9:04	9:02	9:00
CRUCE A OYAMBRE	GIRAR A LA DERECHA A CA-236	40,10	314,90	9:49	9:36	9:29	9:20	9:12	9:10	9:08	9:06	9:05	9:03
PLAYA DE OYAMBRE	CA-236	41,10	313,90	9:52	9:38	9:31	9:22	9:14	9:12	9:10	9:08	9:06	9:04
CRUCE SAN VICENTE DE LA BARQUERA	GIRAR A LA IZQUIERDA A N-634	46,80	308,20	10:07	9:52	9:44	9:33	9:25	9:22	9:20	9:18	9:15	9:13
LAMADRID	N-634	51,70	303,30	10:21	10:04	9:54	9:43	9:34	9:31	9:28	9:26	9:23	9:21
CRUCE DE TRECEÑO	GIRAR A LA DERECHA A CA-850	57,30	297,70	10:36	10:17	10:07	9:54	9:44	9:41	9:38	9:35	9:32	9:30
EL MAZO	CA-850	59,00	296,00	10:40	10:21	10:11	9:58	9:47	9:44	9:41	9:38	9:35	9:33
LA COCINA	CA-850	60,40	294,60	10:44	10:24	10:14	10:00	9:49	9:46	9:43	9:40	9:37	9:35



MARCHA GRAN FONDO





VELOCIDADES MEDIAS EN Km / H

D+ 5962		Distancia 355 km												
		HORA DE SALIDA		22 25 27 30 33 34 35 36 37 38										
		8:00												
LOCALIDAD	INDICACIONES	Km	FALTAN	HORAS DE PASO APROXIMADO SEGÚN VELOCIDAD MEDIA										
VILLANUEVA	CA-850	61,90	293,10	10:48	10:28	10:17	10:03	9:52	9:49	9:46	9:43	9:40	9:37	
ALTO DE LABARCES	 CA-850	63,70	291,30	10:53	10:32	10:21	10:07	9:55	9:52	9:49	9:46	9:43	9:40	
LABARCES DESVÍO A EL BARCENAL	GIRAR A LA DERECHA A CA-847	65,80	289,20	10:59	10:37	10:26	10:11	9:59	9:56	9:52	9:49	9:46	9:43	
EL BARCENAL	CA-847	69,00	286,00	11:08	10:45	10:33	10:18	10:05	10:01	9:58	9:55	9:51	9:48	
CRUCE AL HORTIGAL	SEGUIR RECTO A CA-843	72,60	282,40	11:18	10:54	10:41	10:25	10:12	10:08	10:04	10:01	9:57	9:54	
CRUCE EL HORTIGAL A GANDARILLA	GIRAR A LA IZQUIERDA A CA-846	73,10	281,90	11:19	10:55	10:42	10:26	10:12	10:09	10:05	10:01	9:58	9:55	
GANDARILLA	CA-846	75,60	279,40	11:26	11:01	10:48	10:31	10:17	10:13	10:09	10:06	10:02	9:59	
CRUCE	GIRAR A LA DERECHA A CA-850	78,30	276,70	11:33	11:07	10:54	10:36	10:22	10:18	10:14	10:10	10:06	10:03	
COLLADO DE BIELVA	 CA-850	80,00	275,00	11:38	11:12	10:57	10:40	10:25	10:21	10:17	10:13	10:09	10:06	
BIELVA	CA-850	83,10	271,90	11:46	11:19	11:04	10:46	10:31	10:26	10:22	10:18	10:14	10:11	
CRUCE PUENTE EL ARRUDO	GIRAR A LA IZQUIERDA A CA-181	84,30	270,70	11:49	11:22	11:07	10:48	10:33	10:28	10:24	10:20	10:16	10:13	
AVITUALLAMIENTO CELIS	 CA-181	88,80	266,20	12:02	11:33	11:17	10:57	10:41	10:36	10:32	10:28	10:24	10:20	
LAS BÁRCENAS	CA-181	90,40	264,60	12:06	11:36	11:20	11:00	10:44	10:39	10:34	10:30	10:26	10:22	
LA COTERA	CA-181	91,10	263,90	12:08	11:38	11:22	11:02	10:45	10:40	10:36	10:31	10:27	10:23	
PUENTE DE PRIMICIES	 CA-181	93,00	262,00	12:13	11:43	11:26	11:06	10:49	10:44	10:39	10:35	10:30	10:26	
CRUCE PUENTENANSA	GIRAR A LA DERECHA A CA-281	94,10	260,90	12:16	11:45	11:29	11:08	10:51	10:46	10:41	10:36	10:32	10:28	
COSIO	CA-281	97,20	257,80	12:25	11:53	11:36	11:14	10:56	10:51	10:46	10:42	10:37	10:33	
ROZADIO	CA-281	98,90	256,10	12:29	11:57	11:39	11:17	10:59	10:54	10:49	10:44	10:40	10:36	
CRUCE ENTRADA A SARCEDA	CONTINUAR CA-281	103,00	252,00	12:40	12:07	11:48	11:26	11:07	11:01	10:56	10:51	10:47	10:42	
SANTOTIS	CA-281	109,00	246,00	12:57	12:21	12:02	11:38	11:18	11:12	11:06	11:01	10:56	10:52	
LA LASTRA	CA-281	110,00	245,00	13:00	12:24	12:04	11:40	11:20	11:14	11:08	11:03	10:58	10:53	
EMBALSE DE LA COHILLA	CA-281	114,00	241,00	13:10	12:33	12:13	11:48	11:27	11:21	11:15	11:10	11:04	11:00	
LA LAGUNA	CA-281	117,00	238,00	13:19	12:40	12:20	11:54	11:32	11:26	11:20	11:15	11:09	11:04	
PEJANDA	CONTINUAR CA-281	119,00	236,00	13:24	12:45	12:24	11:58	11:36	11:30	11:24	11:18	11:12	11:07	
SANTA EULALIA	CONTINUAR CA-281	122,00	233,00	13:32	12:52	12:31	12:04	11:41	11:35	11:29	11:23	11:17	11:12	
CRUCE DE SALCEDA	CONTINUAR CA-281	124,00	231,00	13:38	12:57	12:35	12:08	11:45	11:38	11:32	11:26	11:21	11:15	
MIRADOR DEL JABALI	CA-281	128,00	227,00	13:49	13:07	12:44	12:16	11:52	11:45	11:39	11:33	11:27	11:22	
CRUCE A POTES	SEGUIR DE FRENTE C-627	129,00	226,00	13:51	13:09	12:46	12:18	11:54	11:47	11:41	11:35	11:29	11:23	
AVITUALLAMIENTO DE PUERTO PIEDRAS LUENGAS	 REAGRUPAMIENTO CÁPSULA DE SEGURIDAD SALIDA 13:15 H	132,50	222,50	14:01	13:18	12:54	12:25	12:00	11:53	11:47	11:40	11:34	11:29	



MARCHA GRAN FONDO












VELOCIDADES MEDIAS EN Km / H

D+ 5962		Distancia 355 km		22	25	27	30	33	34	35	36	37	38
	HORA DE SALIDA	8:00											
LOCALIDAD	INDICACIONES	Km	FALTAN	HORAS DE PASO APROXIMADO SEGÚN VELOCIDAD MEDIA									
PIEDRAS LUENGAS	C-627	133,00	222,00	14:02	13:19	12:55	12:26	12:01	11:54	11:48	11:41	11:35	11:30
CAMASOBRES	C-627	139,00	216,00	14:19	13:33	13:08	12:38	12:12	12:05	11:58	11:51	11:45	11:39
AREÑOS	C-627	142,00	213,00	14:27	13:40	13:15	12:44	12:18	12:10	12:03	11:56	11:50	11:44
CRUCE	SEGUIR DE FRENTE C-627	144,00	211,00	14:32	13:45	13:20	12:48	12:21	12:14	12:06	12:00	11:53	11:47
SAN SALVADOR DE CATANUDA	C-627	145,00	210,00	14:35	13:48	13:22	12:50	12:23	12:15	12:08	12:01	11:55	11:48
CRUCE EMBALSE DE REQUEJADA	CRUZAR PUENTE C-627	151,00	204,00	14:51	14:02	13:35	13:02	12:34	12:26	12:18	12:11	12:04	11:58
VAÑES	C-627	152,00	203,00	14:54	14:04	13:37	13:04	12:36	12:28	12:20	12:13	12:06	12:00
ALTO CAMPERAS DE NUESTRA SEÑO 	C-627	153,00	202,00	14:57	14:07	13:40	13:06	12:38	12:30	12:22	12:15	12:08	12:01
CRUCE ENTRADA CERVERA DE PISUERGA	DESPUES DE CRUZAR PUENTE IZQUIERDA A CALLE SAN ROQUE	159,00	196,00	15:13	14:21	13:53	13:18	12:49	12:40	12:32	12:25	12:17	12:11
CERVERA DE PISUERGA	CALLE SAN ROQUE HASTA CALLE DEL PARADOR A LA DERECHA P-210	160,00	195,00	15:16	14:24	13:55	13:20	12:50	12:42	12:34	12:26	12:19	12:12
VENTANILLA	P-210	167,00	188,00	15:35	14:40	14:11	13:34	13:03	12:54	12:46	12:38	12:30	12:23
SANTIBAÑEZ DE RESOBA	P-210	173,00	182,00	15:51	14:55	14:24	13:46	13:14	13:05	12:56	12:48	12:40	12:33
ALTO DE LA VARGA 	P-210	175,00	180,00	15:57	15:00	14:28	13:50	13:18	13:08	13:00	12:51	12:43	12:36
LA LASTRA	P-210	180,00	175,00	16:10	15:12	14:40	14:00	13:27	13:17	13:08	13:00	12:51	12:44
AVITUALLAMIENTO DE TRIOLLO 	SEGUIR EN P-210	181,00	174,00	16:13	15:14	14:42	14:02	13:29	13:19	13:10	13:01	12:53	12:45
ALBA DE CARDAÑOS	P-210	186,00	169,00	16:27	15:26	14:53	14:12	13:38	13:28	13:18	13:10	13:01	12:53
CRUCE	SEGUIR DE FERNTE EN P-210	193,00	162,00	16:46	15:43	15:08	14:26	13:50	13:40	13:30	13:21	13:12	13:04
CARDAÑO DE ABAJO	P-210	194,00	161,00	16:49	15:45	15:11	14:28	13:52	13:42	13:32	13:23	13:14	13:06
CAMPORREDONDO DE ALBA	P-210	199,00	156,00	17:02	15:57	15:22	14:38	14:01	13:51	13:41	13:31	13:22	13:14
OTERO DE GUARDO	P-210	206,00	149,00	17:21	16:14	15:37	14:52	14:14	14:03	13:53	13:43	13:34	13:25
VELILLA DEL RIO CARRIÓN	IZQUIERDA POR C/FUENTES CARRIONAS A C/ MAYOR . CRUCE POR AV AREÑOS . CRUZAR PUENTE A P-215	215,00	140,00	17:46	16:36	15:57	15:10	14:30	14:19	14:08	13:58	13:48	13:39
BESANDE	P-215 A LE-215	225,00	130,00	18:13	17:00	16:20	15:30	14:49	14:37	14:25	14:15	14:04	13:55
PUERTO DE LOS PICONES 	LE-215	227,00	128,00	18:19	17:04	16:24	15:34	14:52	14:40	14:29	14:18	14:08	13:58
SIERO DE LA REINA	LE-215	232,00	123,00	18:32	17:16	16:35	15:44	15:01	14:49	14:37	14:26	14:16	14:06
BOCA DE HUÉRGANO	EN EL CRUCE DERECHA A N-621	238,00	117,00	18:49	17:31	16:48	15:56	15:12	15:00	14:48	14:36	14:25	14:15
LOS ESPEJOS DE LA REINA	N-621	242,00	113,00	19:00	17:40	16:57	16:04	15:20	15:07	14:54	14:43	14:32	14:22
PORTILLA DE LA REINA	N-621	249,00	106,00	19:19	17:57	17:13	16:18	15:32	15:19	15:06	14:55	14:43	14:33
LLÁVANES DE LA REINA	N-621	254,00	101,00	19:32	18:09	17:24	16:28	15:41	15:28	15:15	15:03	14:51	14:41



MARCHA GRAN FONDO

VELOCIDADES MEDIAS EN Km / H

D+ 5962		Distancia 355 km		22	25	27	30	33	34	35	36	37	38	
		HORA DE SALIDA	8:00											
LOCALIDAD	INDICACIONES	Km	FALTAN	HORAS DE PASO APROXIMADO SEGÚN VELOCIDAD MEDIA										
PUERO DE SAN GLORIO 	N-621	256,00	99,00	19:38	18:14	17:28	16:32	15:45	15:31	15:18	15:06	14:55	14:44	
CRUCE DE DOBARGENES	N-621	271,00	84,00	20:19	18:50	18:02	17:02	16:12	15:58	15:44	15:31	15:19	15:07	
CRUCE ENTERRIAS	N-621	273,00	82,00	20:24	18:55	18:06	17:06	16:16	16:01	15:48	15:35	15:22	15:11	
BORES	N-621	274,00	81,00	20:27	18:57	18:08	17:08	16:18	16:03	15:49	15:36	15:24	15:12	
VADA	N-621	275,00	80,00	20:30	19:00	18:11	17:10	16:20	16:05	15:51	15:38	15:25	15:14	
LA VEGA	N-621	278,00	77,00	20:38	19:07	18:17	17:16	16:25	16:10	15:56	15:43	15:30	15:18	
NAROA	N-621	281,00	74,00	20:46	19:14	18:24	17:22	16:30	16:15	16:01	15:48	15:35	15:23	
VALMEO	N-621	282,00	73,00	20:49	19:16	18:26	17:24	16:32	16:17	16:03	15:50	15:37	15:25	
POTES	EN CRUCE SEGUIR N-621	285,00	70,00	20:57	19:24	18:33	17:30	16:38	16:22	16:08	15:55	15:42	15:30	
CRUCE DE OJEDO	ROTONDA A N-621	286,00	69,00	21:00	19:26	18:35	17:32	16:40	16:24	16:10	15:56	15:43	15:31	
AVITUALLAMIENTO DE TAMA    		CIERRE DE CONTROL 18:30 H	288,00	67,00	21:05	19:31	18:40	17:36	16:43	16:28	16:13	16:00	15:47	15:34
PUENTE DE LEBEÑA	N-621	293,00	62,00	21:19	19:43	18:51	17:46	16:52	16:37	16:22	16:08	15:55	15:42	
LA HERMIDA	GIRAR A LA DERECHA A CA-282	300,00	55,00	21:38	20:00	19:06	18:00	17:05	16:49	16:34	16:20	16:06	15:53	
CALDAS	CA-282	303,00	52,00	21:46	20:07	19:13	18:06	17:10	16:54	16:39	16:25	16:11	15:58	
LINARES	CA-282	306,00	49,00	21:54	20:14	19:20	18:12	17:16	17:00	16:44	16:30	16:16	16:03	
PIÑERES	SEGUIR CA-282	309,00	46,00	22:02	20:21	19:26	18:18	17:21	17:05	16:49	16:35	16:21	16:07	
COLLADO DE HOZ 	CA-282	312,00	43,00	22:10	20:28	19:33	18:24	17:27	17:10	16:54	16:40	16:25	16:12	
LAFUENTE	CA-282	315,00	40,00	22:19	20:36	19:40	18:30	17:32	17:15	17:00	16:45	16:30	16:17	
SOBRELAPEÑA	CA-282	316,50	38,50	22:23	20:39	19:43	18:33	17:35	17:18	17:02	16:47	16:33	16:19	
CRUCE A QUINTANILLA	GIRAR A LA DERECHA CA-282	316,00	39,00	22:21	20:38	19:42	18:32	17:34	17:17	17:01	16:46	16:32	16:18	
AVITUALLAMIENTO DE QUINTANILLA   		CA-282	317,00	38,00	22:24	20:40	19:44	18:34	17:36	17:19	17:03	16:48	16:34	16:20
COLLADO DE OZALBA 	CA-282	320,00	35,00	22:32	20:48	19:51	18:40	17:41	17:24	17:08	16:53	16:38	16:25	
PEDREO	CA-282	326,00	29,00	22:49	21:02	20:04	18:52	17:52	17:35	17:18	17:03	16:48	16:34	
PUENTENANSA CRUCE	GIRAR IZQUIERDA A CA -281	328,00	27,00	22:54	21:07	20:08	18:56	17:56	17:38	17:22	17:06	16:51	16:37	
PUENTENANSA CRUCE	GIRAR A DERECHA A CA-182	328,20	26,80	22:55	21:07	20:09	18:56	17:56	17:39	17:22	17:07	16:52	16:38	
CARMONA	CA-182	332,00	23,00	23:05	21:16	20:17	19:04	18:03	17:45	17:29	17:13	16:58	16:44	
COLLADA DE CARMONA 	CA-182	337,00	18,00	23:19	21:28	20:28	19:14	18:12	17:54	17:37	17:21	17:06	16:52	
CRUCE DE VALLE	GIRAR A LA IZQUIERDA A CA-180	343,00	12,00	23:35	21:43	20:42	19:26	18:23	18:05	17:48	17:31	17:16	17:01	
SOPEÑA	CA-180	344,00	11,00	23:38	21:45	20:44	19:28	18:25	18:07	17:49	17:33	17:17	17:03	
BARCENILLAS	CA-180	345,00	10,00	23:40	21:48	20:46	19:30	18:27	18:08	17:51	17:35	17:19	17:04	
RUENTE	CA-180	347,00	8,00	23:46	21:52	20:51	19:34	18:30	18:12	17:54	17:38	17:22	17:07	



MARCHA GRAN FONDO

VELOCIDADES MEDIAS EN Km / H

D+ 5962		Distancia 355 km		22	25	27	30	33	34	35	36	37	38
		HORA DE SALIDA	8:00										
LOCALIDAD	INDICACIONES	Km	FALTAN	HORAS DE PASO APROXIMADO SEGÚN VELOCIDAD MEDIA									
CRUCE PUENTE SANTA LUCIA	SEGUIR POR CA-180	352,00	3,00	0:00	22:04	21:02	19:44	18:40	18:21	18:03	17:46	17:30	17:15
CABEZÓN DE LA SAL		355,00	0,00	0:08	22:12	21:08	19:50	18:45	18:26	18:08	17:51	17:35	17:20

