

D+ 2.397 m

Distancia 49 km

3

4

5

6

7

8

9






11

12

13

HORA DE SALIDA

8:00

LOCALIDAD	INDICACIONES	Km	FALTAN	HORAS DE PASO APROXIMADO SEGÚN VELOCIDAD MEDIA										
CABEZÓN DE LA SAL 		0,00	49,00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00
ERMITA DE SANTA LUCIA		3,06	45,94	9:01	8:45	8:36	8:30	8:26	8:22	8:20	8:16	8:15	8:14	
PICO PIRALBA		5,10	43,90	9:42	9:16	9:01	8:51	8:43	8:38	8:34	8:27	8:25	8:23	
PICO CANTO REDONDO		6,85	42,15	10:17	9:42	9:22	9:08	8:58	8:51	8:45	8:37	8:34	8:31	
INICIO CORTAFUEGOS	PRECAUCIÓN EN LA BAJADA	7,34	41,66	10:26	9:50	9:28	9:13	9:02	8:55	8:48	8:40	8:36	8:33	
FIN CORTAFUEGOS		7,86	41,14	10:37	9:57	9:34	9:18	9:07	8:58	8:52	8:42	8:39	8:36	
RUENTE		10,40	38,60	11:28	10:36	10:04	9:44	9:29	9:18	9:09	8:56	8:52	8:48	
CASA DEL MONTE 	CIERRE DE CONTROL HORA 14:00. Los participantes que no hayan pasado a esta hora tendrán que pasar a la modalidad PLATA y NO hacer el bucle de LA RUTA DE LOS PUENTES.	18,86	30,14	14:17	12:42	11:46	11:08	10:41	10:21	10:05	9:42	9:34	9:27	
CRUCE DE PISTA DEL MORAL		20,11	28,89	14:42	13:01	12:01	11:21	10:52	10:30	10:14	9:49	9:40	9:32	
CABAÑA DE COLO		21,37	27,63	15:07	13:20	12:16	11:33	11:03	10:40	10:22	9:56	9:46	9:38	
ENTRADA RUTA DE LOS PUENTES		21,80	27,20	15:16	13:27	12:21	11:38	11:06	10:43	10:25	9:58	9:49	9:40	
CRUCE DE ROZAS		24,13	24,87	16:02	14:01	12:49	12:01	11:26	11:00	10:40	10:11	10:00	9:51	
DESCANSO DE LA COTERA 	CIERRE DE CONTROL HORA 17:00. Los participantes que no hayan pasado a esta hora, NO podrán continuar la marcha, SIENDO OBLIGATORIO ENTREGAR EL DORSAL.	30,40	18,60	18:08	15:36	14:04	13:04	12:20	11:48	11:22	10:45	10:32	10:20	
BRAÑA ZARZA (ENLACE MARATON Y ULTRA)		32,04	16,96	18:40	16:00	14:24	13:20	12:34	12:00	11:33	10:54	10:40	10:27	
ALTO DEL TORAL		34,09	14,91	19:21	16:31	14:49	13:40	12:52	12:15	11:47	11:05	10:50	10:37	
AVITUALLAMIENTO DEL CEREZO 		38,00	11,00	20:40	17:30	15:36	14:20	13:25	12:45	12:13	11:27	11:10	10:55	
PRADO REDONDO		40,00	9,00	21:20	18:00	16:00	14:40	13:42	13:00	12:26	11:38	11:20	11:04	
LA ASOMÁ		41,00	8,00	21:40	18:15	16:12	14:50	13:51	13:07	12:33	11:43	11:25	11:09	
DESVÍO MAZCUERRAS		42,40	6,60	22:08	18:36	16:28	15:04	14:03	13:18	12:42	11:51	11:32	11:15	
MAZCUERRAS		44,20	4,80	22:44	19:03	16:50	15:22	14:18	13:31	12:54	12:01	11:41	11:24	
PUENTE DE MADERA		45,46	3,54	23:09	19:21	17:05	15:34	14:29	13:40	13:03	12:07	11:47	11:29	
CRUCE DE CARREJO		47,00	2,00	23:40	19:45	17:24	15:50	14:42	13:52	13:13	12:16	11:55	11:36	
CABEZÓN DE LA SAL 	CIERRE DE CONTROL HORA 24:00.	49,00	0,00	0:20	20:15	17:48	16:10	15:00	14:07	13:26	12:27	12:05	11:46	