

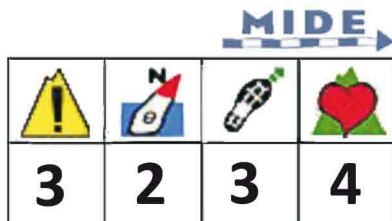
RUTA : CUMBRES VERDES - TREVENQUE - MONACHIL

**FICHA TÉCNICA - RESUMEN DE LA RUTA
APARTADO .- A**

HORA DE SALIDA	9,00 H.
LUGAR DE SALIDA	CALLEJÓN DEL PRETORIO
INICIO DE MARCHA	9,30 H
DISTANCIA	21,78
TIEMPO TOTAL	7,15 H.
DIFICULTAD TÉCNICA	MEDIA-ALTA
EXIGENCIA FÍSICA	“ “
TIPO DE SENDERO	COINCIDE CON: SULAYR PR-A 21 Y PR-A 20
FECHA	3 DE ABRIL 2011
COMIDA	POR PARTE DE LOS PARTICIPANTES
AGUA	POR PARTE DE LOS PARTICIPANTES (HAY VARIAS FUENTES)
TIPO DE PISO	PISTA - CAMINO DE HERRADURA - TERRENO IRREGULAR - ESCALONADO
OTROS USOS	EN ALGUNOS TRAMOS : BIKE - CABALLOS
COCHE DE APOYO	PUNTO DE INICIO - CANAL DE LA ESPARTERA - CASA FORESTAL LA CORTIJUELA - PUNTO FINAL

RECORRIDO

**CUMBRES VERDES
CORTIJO DEL HERVIDERO
CANAL DE LA ESPARTERA
CUERDA DEL TREVENQUE
TREVENQUE
CASA FORESTAL DE LA CORTIJUELA
EL COLLADO
LLANADA DEL CHOPO
CASETA FORESTAL
FUENTE FRÍA
LA UMBRIA
MONACHIL**



DIRECCIÓN..... - SALVADOR ARENAS LÓPEZ (656 38 26 26)
PABLO GARCÍA CARMONA (699 06 82 17)

TELÉFONO DE EMERGENCIAS 112

MUTUALIDAD GENERAL DEPORTIVA (TELÉFONO ASISTENCIA A FEDERADOS) 91 559 79 63

FICHA TÉCNICA - RESUMEN DE LA RUTA APARTADO .- B

Información sobre el archivo

Nombre del archivo	CUMBRES VERDES - TREVENQUE - MONACHIL VER.TRK
Formato	compegps
Puntos de track analizados	1456

Información general

Distancia total	21,78
Desn. de subida acumulado	1049,81
Desn. de bajada acumulado	1436,31
Altura máxima	2083,6
Altura mínima	795,6

Subidas	Km	% del total	Observaciones
Entre el 1 y el 5%	1,968	9,66	
Entre el 5 y el 10%	4,658	22,86	
Entre el 10 y el 15%	1,584	7,78	
Entre el 15 y el 30%	1,17	5,74	
Errores de track	0,526	2,41	
Total*	9,739	47,79	
Ratio de subida		10,78	

Bajadas	Km	% del total	Observaciones
Entre el 1 y el 30%	9,79	48,05	
Errores de track	0,7	3,21	
Total*	9,79	48,05	
Ratio de bajada		14,67	

* El total no ha de coincidir necesariamente con la suma de los parciales tras la corrección de errores

Llano	Km	% del total	Observaciones
Desniveles del 1%	0,439	2,16	

Tiempos	Km	Observaciones
Tiempo total	8:17:10	
Tiempo llaneando	0:07:05	
Tiempo subiendo	2:39:48	
Tiempo bajando	2:36:13	
Tiempo parado	2:26:50	

Velocidades	Km	Observaciones
Velocidad media	3,49	Descontado tiempo parado
Velocidad media total	2,46	
Velocidad máxima		

