

**RUTA : VEREDA DE LA ESTRELLA-CUESTA PRESIDARIOS-CUCARACHA-ACERAL-JUNTA RÍOS**

**FICHA TÉCNICA - RESUMEN DE LA RUTA**

HORA DE SALIDA .....	8,00 H.
LUGAR DE SALIDA .....	PALACIO DE CONGRESOS
INICIO DE MARCHA .....	9,00 H
DISTANCIA .....	21,37 KMS.
TIEMPO TOTAL .....	7,15 H.
DIFICULTAD TÉCNICA .....	MEDIA-ALTA
EXIGENCIA FÍSICA .....	MEDIA-ALTA
TIPO DE SENDERO .....	CIRCULAR
FECHA .....	27 DE NOVIEMBRE DE 2011
COMIDA .....	POR PARTE DE LOS PARTICIPANTES
AGUA .....	POR PARTE DE LOS PARTICIPANTES
TIPO DE PISO .....	SENDA - CAMINO DE HERRADURA - TERRENO IRREGULAR
OTROS USOS .....	EN ALGUNOS TRAMOS : BIKE - CABALLOS
COCHE DE APOYO .....	DURANTE LA RUTA - NO DISPONIBLE -

RECORRIDO .....

**BARRANCO SAN JUAN**  
**VEREDA DE LA ESTRELLA**  
**GUARNÓN**  
**MINAS DE LA JUSTICIA**  
**JUNTA DE LOS RÍOS (VALDEINFIERNO Y VALDECASILLAS)**  
**CUEVA SECRETA**  
**REGRESO AL PUNTO DE INICIO MISMO RECORRIDO**

**OPCIONAL CUESTA DE LOS PRESIDARIOS :**

**VEREDA DE LA ESTRELLA**  
**CUESTA DE LOS PRESIDARIOS**  
**REFUGIO LA CUCARACHA**  
**REFUGIO DEL ACERAL**  
**PUNTAL DE LUCIA**  
**BARRANCO DE LUCIA**  
**JUNTA DE LOS RÍOS**  
**VEREDA DE LA ESTRELLA**

**MIDE** →

			
<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>

DIRECCIÓN.....- ANTONIO LÓPEZ RAMÍREZ  
SALVADOR ARENAS LÓPEZ

TELÉFONO DE EMERGENCIAS ..... 112

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

## FICHA TÉCNICA - RESUMEN DE LA RUTA

### Información sobre el archivo

Nombre del archivo	VEREDA LA ESTRELLA_CUESTA PRESIDARIOS_CUCARACHA_ACER/
Formato	compegps
Puntos de track analizados	1322



### Información general

Distancia total	21.372
Desn. de subida acumulado	878,94
Desn. de bajada acumulado	893,34
Altura máxima	1822,8
Altura mínima	1158,5

Subidas	Km	% del total
Entre el 1 y el 5%	2,805	14,29
Entre el 5 y el 10%	1,951	9,94
Entre el 10 y el 15%	1,134	5,78
Entre el 15 y el 30%	1,661	8,46
Errores de track	0,297	1,39
Total*	7,92	40,34
Ratio de subida		11,1

Bajadas	Km	% del total
Entre el 1 y el 30%	9,28	47,27
Errores de track	0,317	1,48
Total*	9,28	47,27
Ratio de bajada		9,63

\* 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%	2,306	11,74	

Tiempos	Km	Observaciones
Tiempo total	7:34:27	
Tiempo llaneando	0:30:27	
Tiempo subiendo	2:07:34	
Tiempo bajando	2:29:13	
Tiempo parado	2:03:25	Velocidad inferior a 1 Km/h o distancia entre puntos 0 m.

Velocidades	Km/h	Observaciones
Velocidad media	3,56	Descontado tiempo parado
Velocidad media total	2,59	
Velocidad máxima	12,84	Sostenida varios puntos de track

