

 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	8:00
LOCALIDAD	INDICACIONES	Km	FALTAN	HORAS DE PASO APROXIMADO SEGÚN VELOCIDAD MEDIA									
CABEZÓN DE LA SAL	 	0,00	118,00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00
CARREJO (MOLINO DE CARREJO)	POR CARRETRA 	2,20	115,80	8:13	8:12	8:11	8:09	8:08	8:07	8:06	8:06	8:05	8:05
ERMITA DE SANTA LUCIA		3,00	115,00	8:18	8:16	8:15	8:12	8:11	8:10	8:09	8:08	8:07	8:06
PUENTE DE SANTA LUCIA		3,30	114,70	8:19	8:18	8:16	8:14	8:12	8:11	8:09	8:09	8:08	8:07
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
CAMPA DE UCIEDA		11,00	107,00	9:06	9:00	8:55	8:47	8:41	8:36	8:33	8:30	8:27	8:25
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
BARCENA MAYOR		36,30	81,70	11:37	11:18	11:01	10:35	10:16	10:01	9:48	9:39	9:30	9:23
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
LOS TOJOS		73,80	44,20	15:22	14:42	14:09	13:16	12:36	12:06	11:41	11:21	11:04	10:50

 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	8:00
LOCALIDAD	INDICACIONES	Km	FALTAN	HORAS DE PASO APROXIMADO SEGÚN VELOCIDAD MEDIA										
CRUCE DE LA PUNVIEJA - DIRECCIÓN CORREPOCO 	POR CARRETERA CA-817	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 CA 816	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	 17:00 H CA-280	84,20	33,80	16:25	15:39	15:01	14:00	13:15	12:40	12:12	11:49	11:30	11:14	
ALTO DEL NEGRO 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 CA 182	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 CA-180	111,20	6,80	19:07	18:06	17:16	15:56	14:57	14:10	13:33	13:03	12:38	12:16	
PUENTE DE SANTA LUCIA	CA-180	115,90	2,10	19:35	18:32	17:39	16:16	15:14	14:26	13:47	13:16	12:49	12:27	
CARREJO (MOLINO DE CARREJO)	POR CARRETRA CA 180	117,00	1,00	19:42	18:38	17:45	16:21	15:18	14:30	13:51	13:19	12:52	12:30	
CABEZÓN DE LA SAL	    24:00 H	118,00	0,00	19:48	18:43	17:50	16:25	15:22	14:33	13:54	13:21	12:55	12:32	