

25 - MAYO - 2024

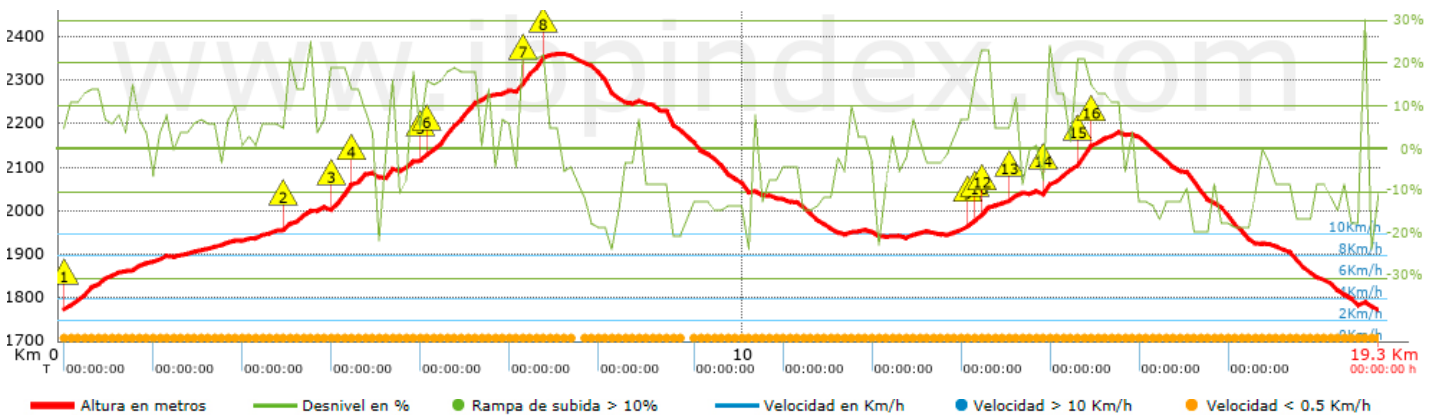
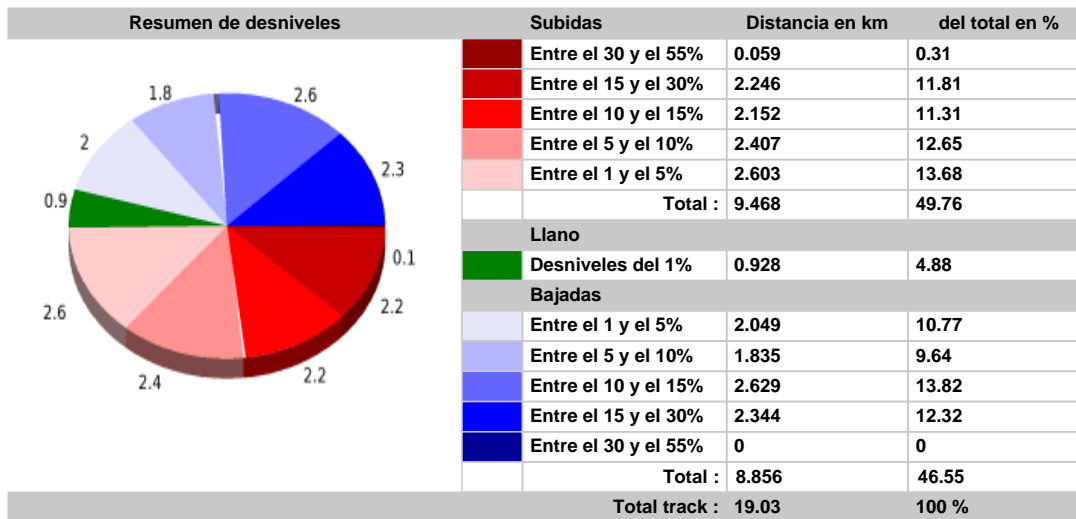
**PLATAFORMA - PUERTO DE CANDELEDA - REFUGIO DEL REY - MOREZÓN -  
LAGUNA GRANDE - LOS BARRERONES - PLATAFORMA**

|                     |          |
|---------------------|----------|
| Distancia total     | 19.03 Km |
| Distancia analizada | 19.03 Km |
| Distancia lineal    | 0 Km     |

|                           |           |
|---------------------------|-----------|
| Desn. de subida acumulado | 967.04 m  |
| Desn. de bajada acumulado | 966.2 m   |
| Altura máxima             | 2362.28 m |
| Altura mínima             | 1772 m    |
| Ratio de subida           | 10.21 %   |
| Ratio de bajada           | 10.91 %   |
| Desnivel positivo por km  | 50.82 m   |
| Desnivel negativo por km  | 50.77 m   |

**TELÉFONOS DE CONTACTO**

**CAM 689 635 147    DARÍO 665 519 285**  
**PABLO 659 954 926    PACO 640 759 688**  
**VICTOR 671 975 436    DAVID 635 166 073**



| ¿Cuál es mi preparación física? |                  |                  |                  |                  | Para mí esta ruta será |
|---------------------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------------|
| Muy baja                        | Baja             | Media            | Alta             | Muy alta         |                        |
| ¿Cuál es el ibp?                | ¿Cuál es el ibp? | ¿Cuál es el ibp? | ¿Cuál es el ibp? | ¿Cuál es el ibp? |                        |
| <b>ibp 0 - 6</b>                | <b>0 - 13</b>    | <b>0 - 25</b>    | <b>0 - 50</b>    | <b>0 - 100</b>   | <b>Muy fácil</b>       |
| <b>ibp 7 - 13</b>               | <b>14 - 25</b>   | <b>26 - 50</b>   | <b>51 - 100</b>  | <b>101 - 200</b> | <b>Fácil</b>           |
| <b>ibp 14 - 19</b>              | <b>26 - 38</b>   | <b>51 - 75</b>   | <b>101 - 150</b> | <b>201 - 300</b> | <b>Media</b>           |
| <b>ibp 20 - 25</b>              | <b>39 - 50</b>   | <b>76 - 100</b>  | <b>151 - 200</b> | <b>301 - 400</b> | <b>Dura</b>            |
| <b>ibp &gt; 25</b>              | <b>&gt; 50</b>   | <b>&gt; 100</b>  | <b>&gt; 200</b>  | <b>&gt; 400</b>  | <b>Muy dura</b>        |

**25 - MAYO - 2024**

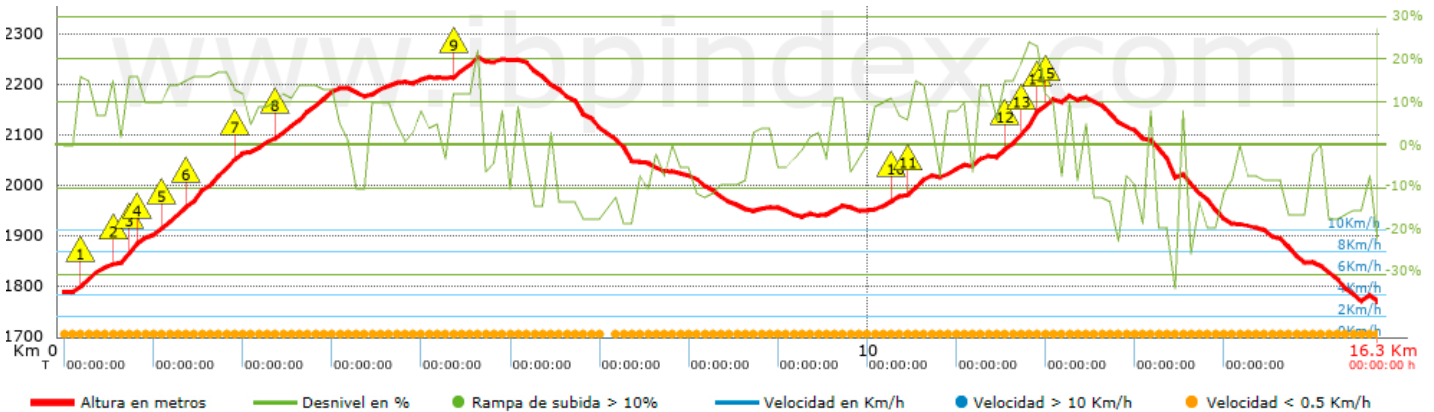
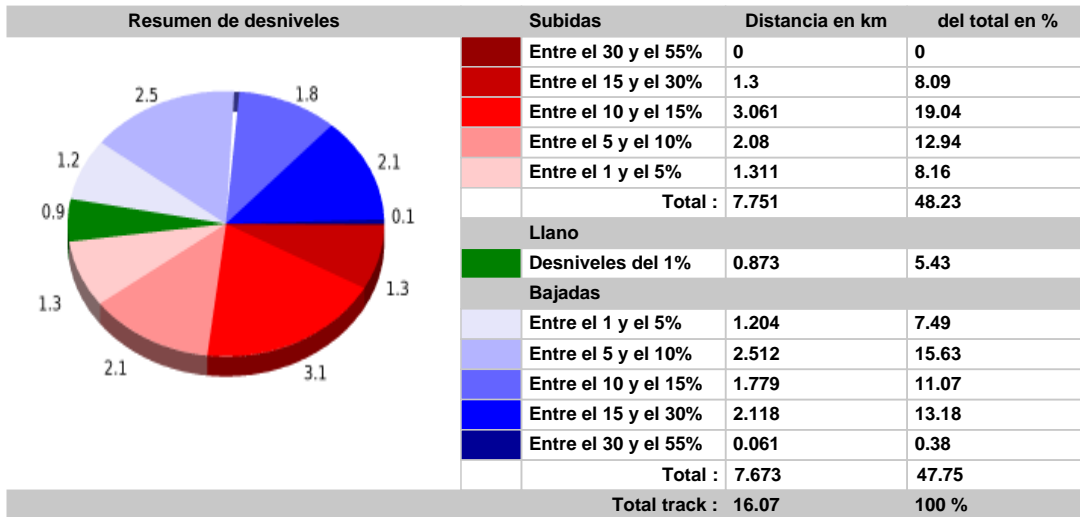
**PLATAFORMA - REFUGIO DEL REY - LAGUNA GRANDE -  
LOS BARRERONES - PRADO DE LAS POZAS - PLATAFORMA**

|                     |          |
|---------------------|----------|
| Distancia total     | 16.07 Km |
| Distancia analizada | 16.07 Km |
| Distancia lineal    | 0 Km     |

|                           |           |
|---------------------------|-----------|
| Desn. de subida acumulado | 840.48 m  |
| Desn. de bajada acumulado | 860.57 m  |
| Altura máxima             | 2255.08 m |
| Altura mínima             | 1769.9 m  |
| Ratio de subida           | 10.84 %   |
| Ratio de bajada           | 11.21 %   |
| Desnivel positivo por km  | 52.3 m    |
| Desnivel negativo por km  | 53.55 m   |

**TELÉFONOS DE CONTACTO**

**CAM 689 635 147    DARÍO 665 519 285**  
**PABLO 659 954 926    PACO 640 759 688**  
**VICTOR 671 975 436    DAVID 635 166 073**



| ¿Cuál es mi preparación física? |                  |                  |                  |                  | Para mí esta ruta será |
|---------------------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------------|
| Muy baja                        | Baja             | Media            | Alta             | Muy alta         |                        |
| ¿Cuál es el ibp?                | ¿Cuál es el ibp? | ¿Cuál es el ibp? | ¿Cuál es el ibp? | ¿Cuál es el ibp? |                        |
| ibp 0 - 6                       | 0 - 13           | 0 - 25           | 0 - 50           | 0 - 100          | Muy fácil              |
| ibp 7 - 13                      | 14 - 25          | 26 - 50          | 51 - 100         | 101 - 200        | Fácil                  |
| ibp 14 - 19                     | 26 - 38          | 51 - 75          | 101 - 150        | 201 - 300        | Media                  |
| ibp 20 - 25                     | 39 - 50          | 76 - 100         | 151 - 200        | 301 - 400        | Dura                   |
| ibp > 25                        | > 50             | > 100            | > 200            | > 400            | Muy dura               |



1958

Refugio FINAL  
Reguelo Llano

INICIO  
Plataforma

Llano Barbellido

1902

Risco del Faccioso  
1883  
1878

Los Colgadizos

Camino de la Laguna

Prado de las Pozas

Paredes Negras

La Pasiega

Prado Puerto

Refugio Pradopuerto

Prado de Barbellido

1893

2011  
2011

Manantial de las Pozas

2128

Barrera de las Pozas

ancheras de las Pozas

Cuerda del Refugio del Rey

Risco de la Vuelta

Alto del Pa

SIERRA DE GREDOS

Refugio del Rey

a Cagarruta  
2299

2137

Majada Somera

1951

2059

SIERRA DE GREDOS

Regajos Llanos

2007

2029

2011  
2022  
2015  
Puerto de Candeleda

ile

2075

Lomo de Majada

