

**17 - ABRIL - 2025**

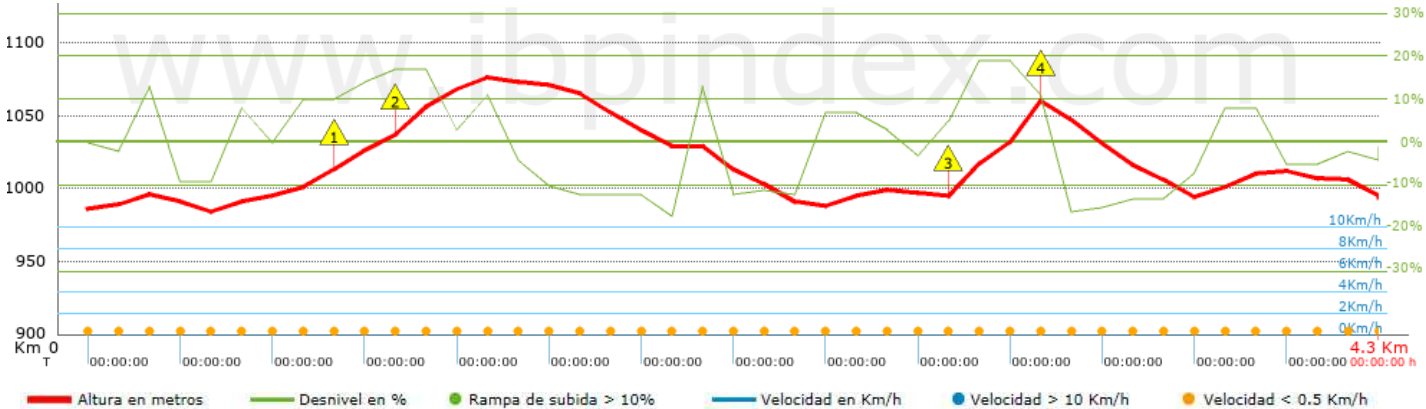
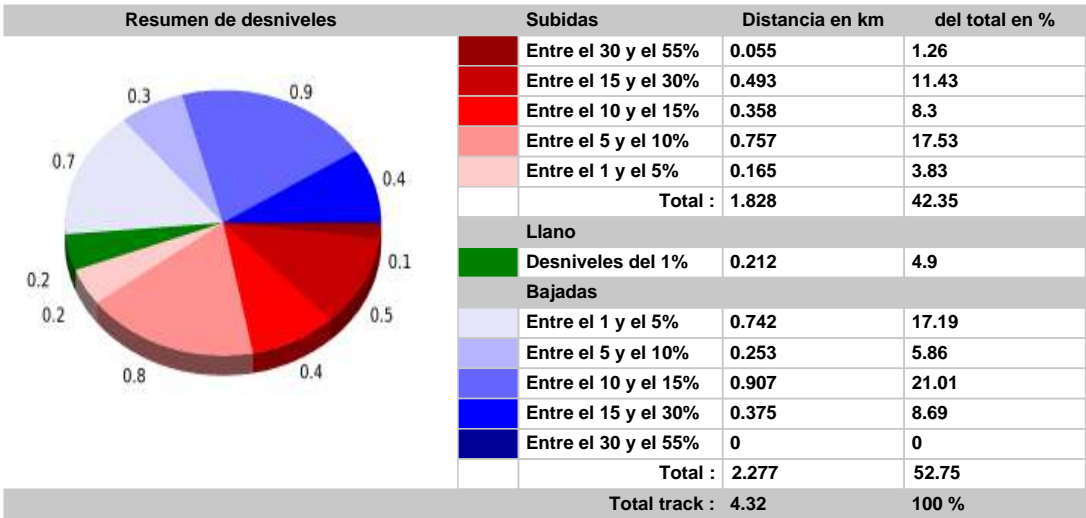
**VADILLO CASTRIL - RÍO GUADALQUIVIR - CASCADA DE LINAREJOS - EL LANCHÓN - VADILLO CASTRIL**

Distancia total	4.32 Km
Distancia analizada	4.32 Km
Distancia lineal	0 Km

**TELÉFONOS DE CONTACTO**

**CAM 689 635 147    DARÍO 665 519 285**  
**PABLO 659 954 926    PACO 640 759 688**  
**VICTOR 671 975 436    COSTINEL 627 120 278**  
**DAVID 683 425 172**

Desn. de subida acumulado	217.95 m
Desn. de bajada acumulado	217.97 m
Altura máxima	1079.77 m
Altura mínima	983.02 m
Ratio de subida	11.92 %
Ratio de bajada	9.57 %
Desnivel positivo por km	50.45 m
Desnivel negativo por km	50.46 m



**¿Cuál es mi preparación física?**

	Muy baja	Baja	Media	Alta	Muy alta	Para mí esta ruta será
¿Cuál es el ibp?	¿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



# Monte de Navahondona

El Valle

Linarejos

El Lanchón

Cascada de Linarejos

950

1000

1017

1046

1035

FINAL

INICIO

Loma de las So

1200