

17 - ABRIL - 2025

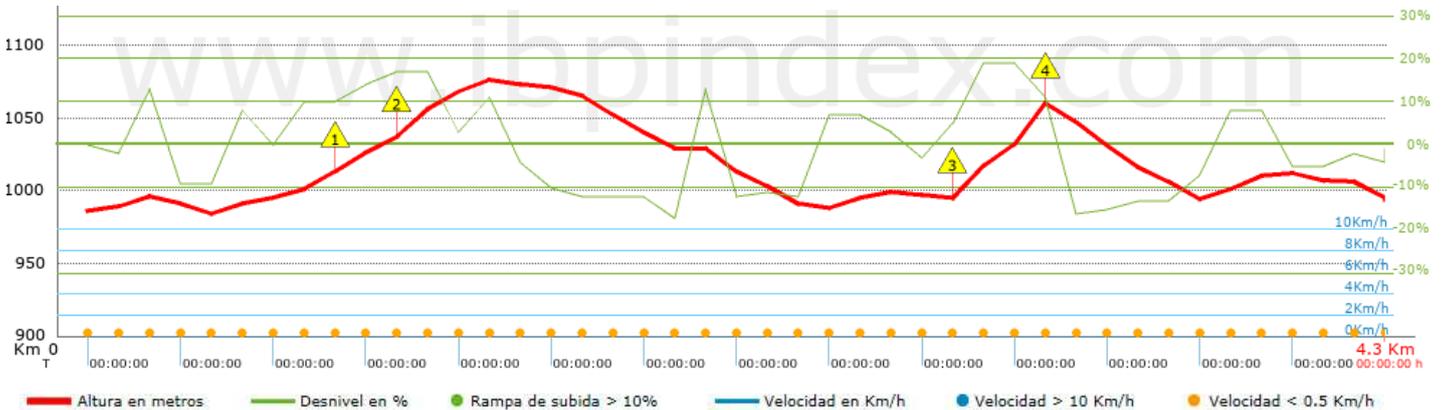
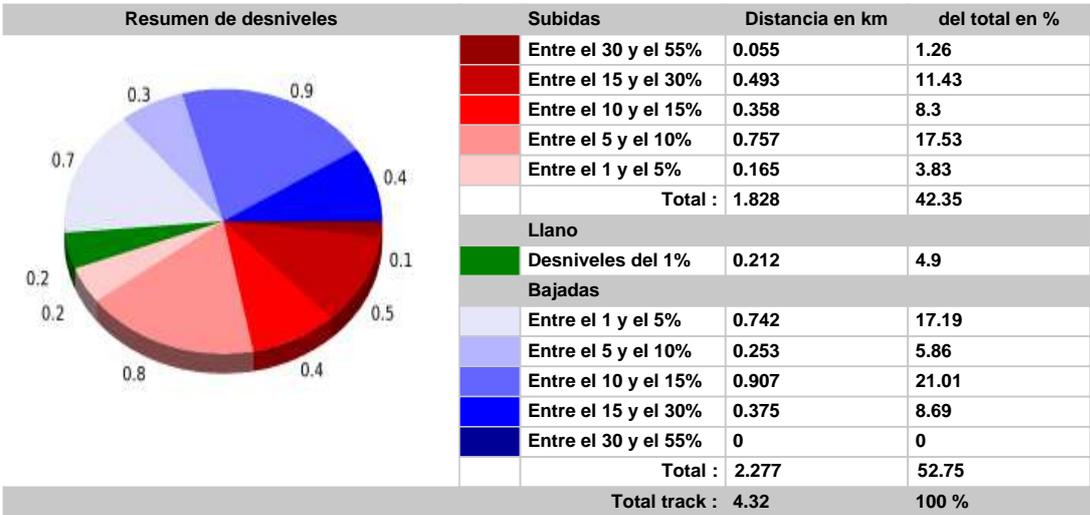
VADILLO CASTRIL - RÍO GUADALQUIVIR - CASCADA DE LINAREJOS - EL LANCHÓN - VADILLO CASTRIL

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?					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



Monte de Navahondona

El Valle

Linarejos

El Lanchón

Cascada de Linarejos

950

1039

1017

1046

1035

FINAL

H

INICIO

RIO GUADALQUIVIR

Loma de las So

1200

Cortijo del Coto del Valle

Medilla Castri