

18 - ABRIL - 2025

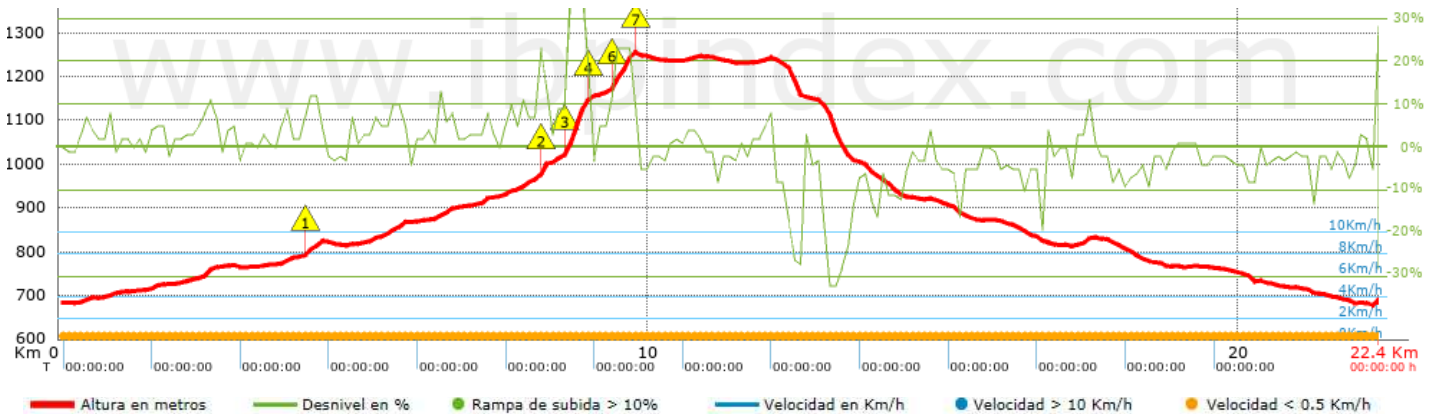
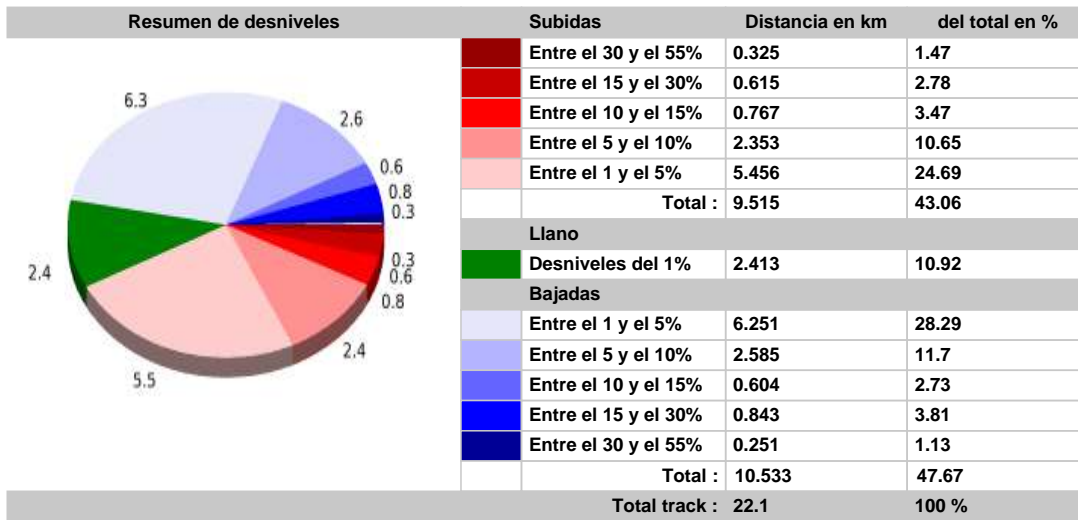
PARKING - GR 7 - FUENTE DE LOS ASTILLEROS - VADO ROSALES - CENTRAL ELÉCTRICA - SALTO DE LOS ÓRGANOS - MANANTIAL DE AGUAS NEGRAS - PUNTAL DE LA CERRADA - PARKING

Distancia total	22.1 Km
Distancia analizada	22.1 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	666.58 m
Desn. de bajada acumulado	674.07 m
Altura máxima	1254.92 m
Altura mínima	674 m
Ratio de subida	7.01 %
Ratio de bajada	6.4 %
Desnivel positivo por km	30.16 m
Desnivel negativo por km	30.5 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?	
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

18 - ABRIL - 2025

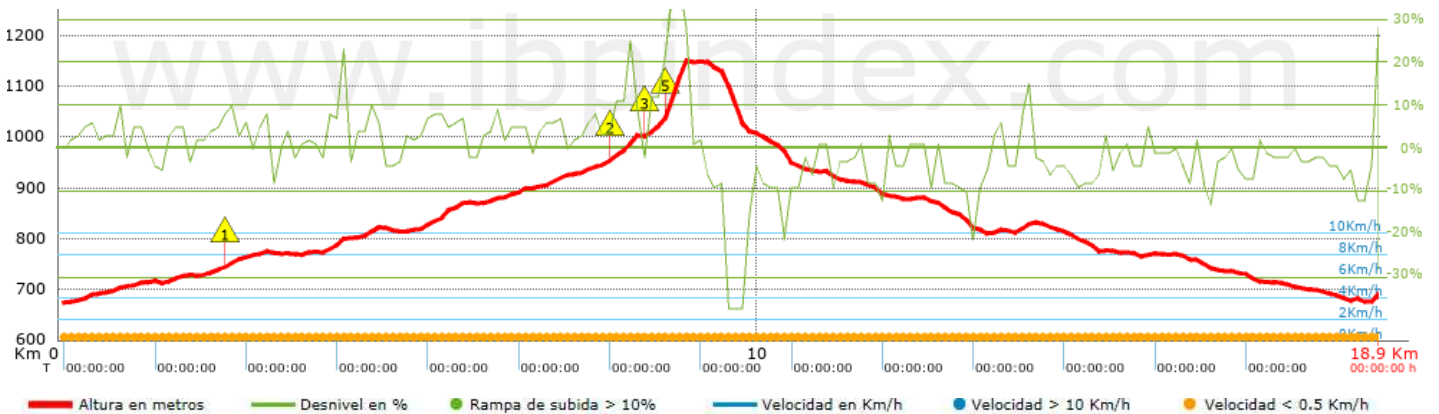
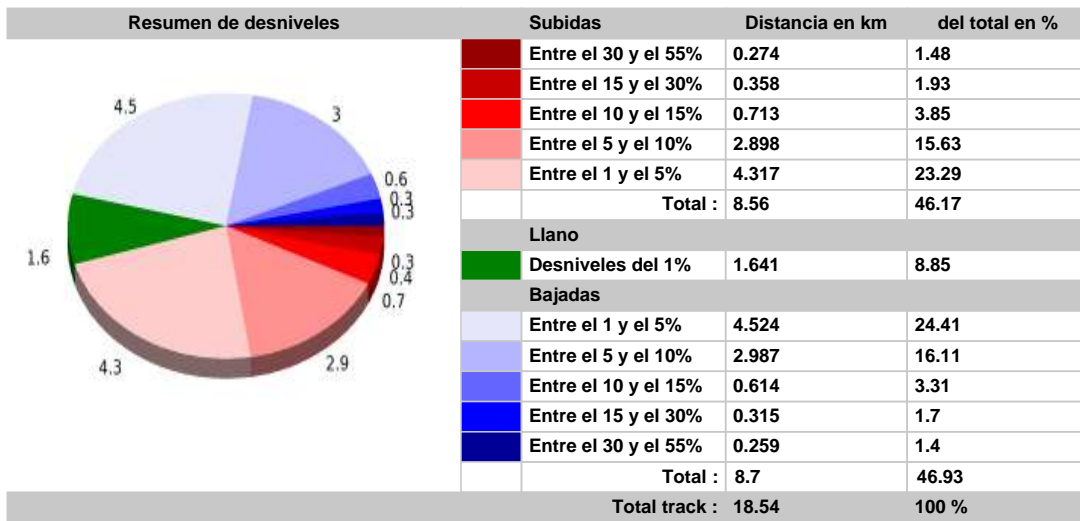
PARKING - GR 7 - FUENTE DE LOS ASTILLEROS - VADO ROSALES - CENTRAL ELÉCTRICA - SALTO DE LOS ÓRGANOS - PUNTA DE LA CERRADA - PARKING

Distancia total	18.54 Km
Distancia analizada	18.54 Km
Distancia lineal	0 Km

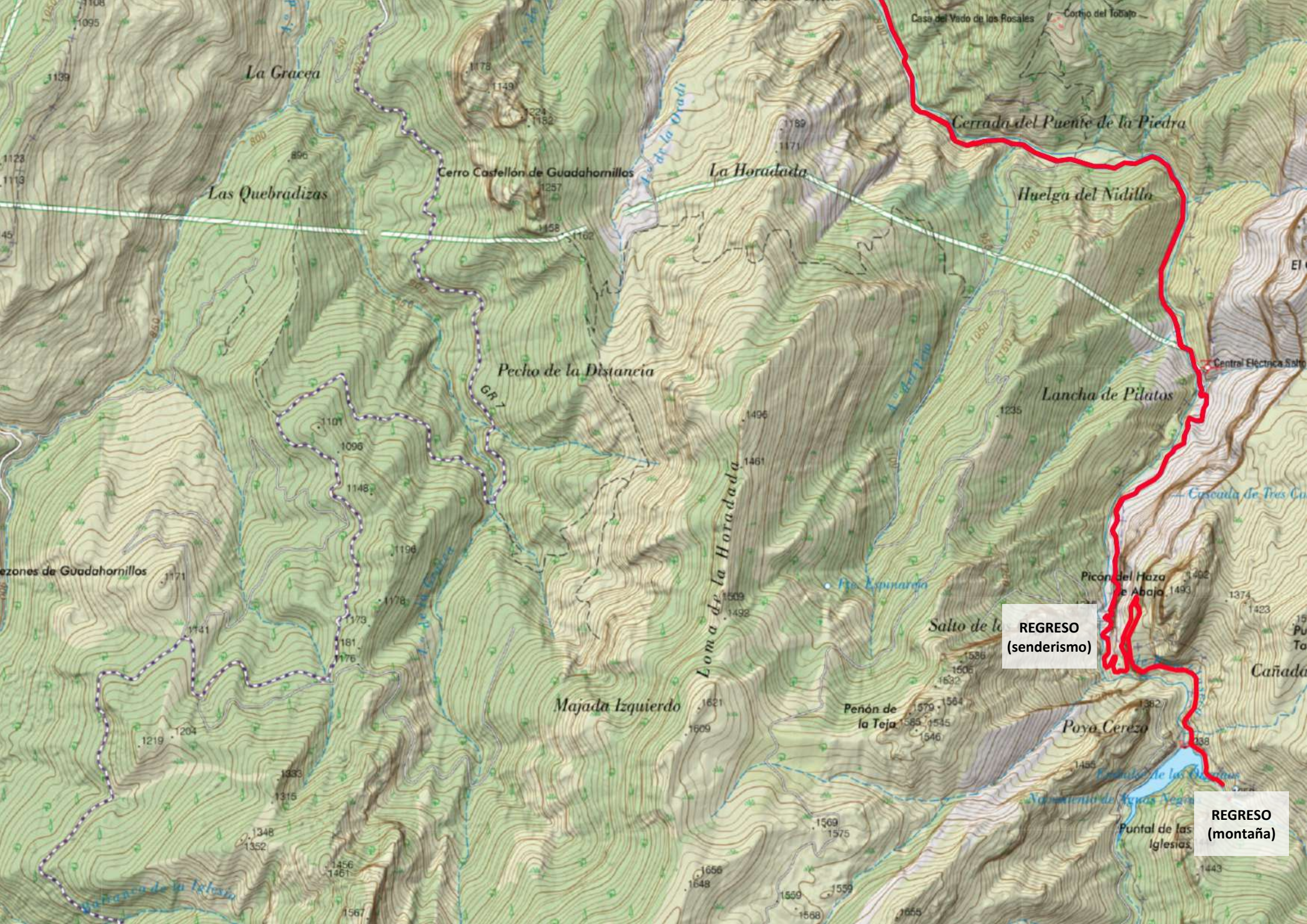
Desn. de subida acumulado	607.92 m
Desn. de bajada acumulado	597.32 m
Altura máxima	1150.1 m
Altura mínima	674 m
Ratio de subida	7.1 %
Ratio de bajada	6.87 %
Desnivel positivo por km	32.79 m
Desnivel negativo por km	32.22 m

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



¿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



REGRESO
(senderismo)

REGRESO
(montaña)