

13 - ABRIL - 2025

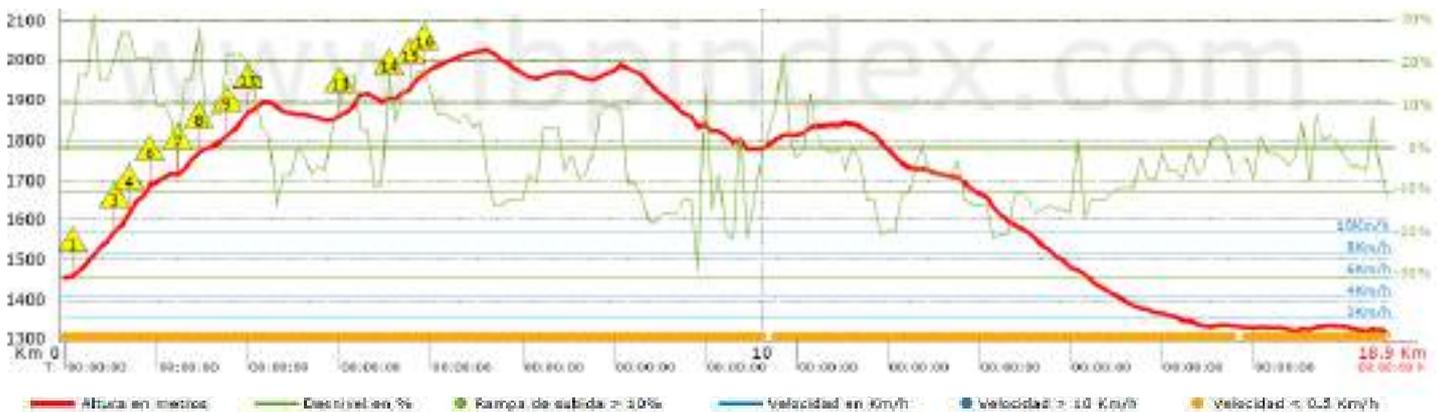
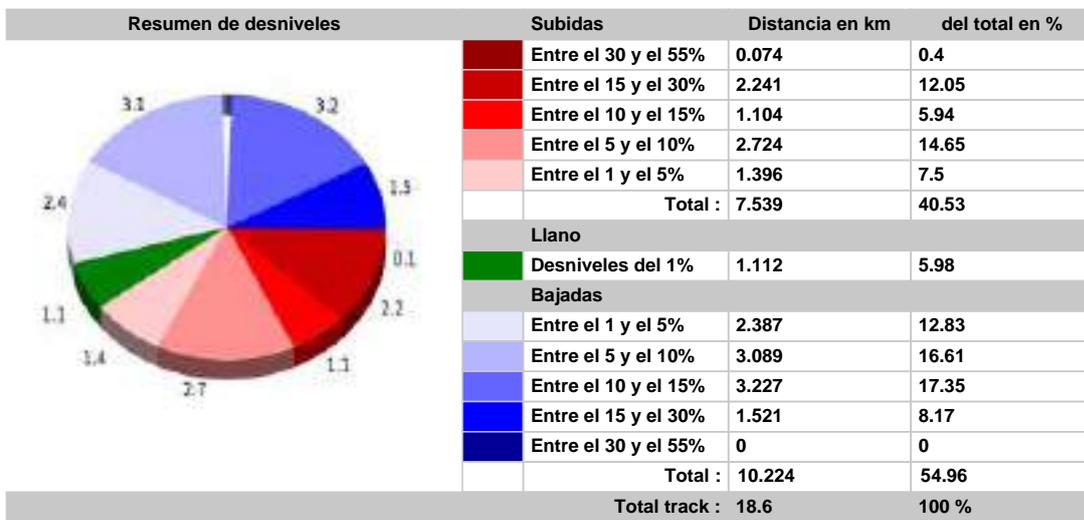
ERMITA DE HONTANARES - CERRO GORDO - LA BUITRERA - ALTO DEL PARREJÓN - RIOFRÍO DE RIAZA

Distancia total	18.6 Km
Distancia analizada	18.6 Km
Distancia lineal	4.34 Km

Desn. de subida acumulado	839.39 m
Desn. de bajada acumulado	978.1 m
Altura máxima	2029.23 m
Altura mínima	1319 m
Ratio de subida	11.13 %
Ratio de bajada	9.57 %
Desnivel positivo por km	45.13 m
Desnivel negativo por km	52.59 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?

	Muy baja	Baja	Media	Alta	Muy alta	Para mí esta ruta será
¿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

13 - ABRIL - 2025

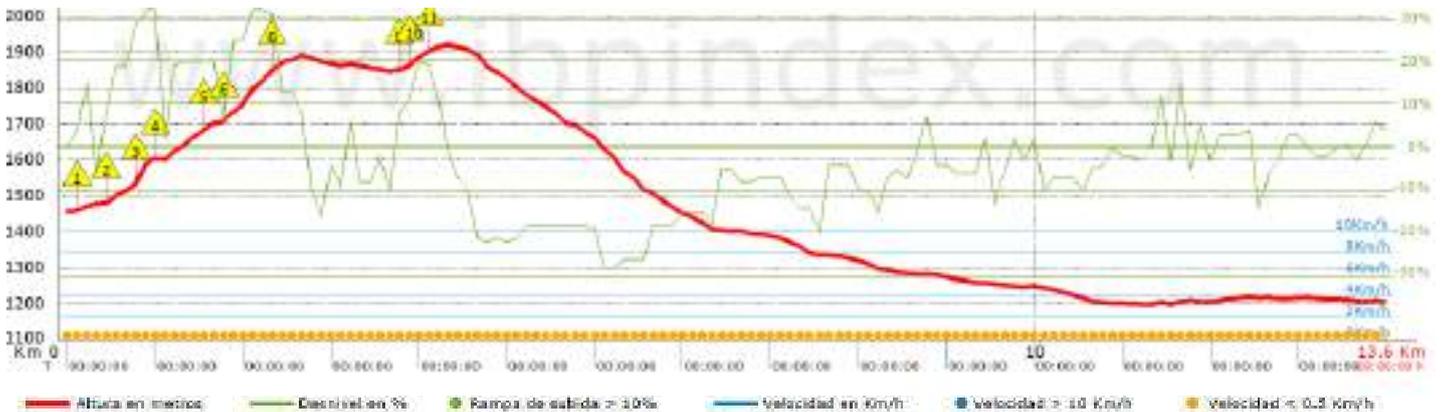
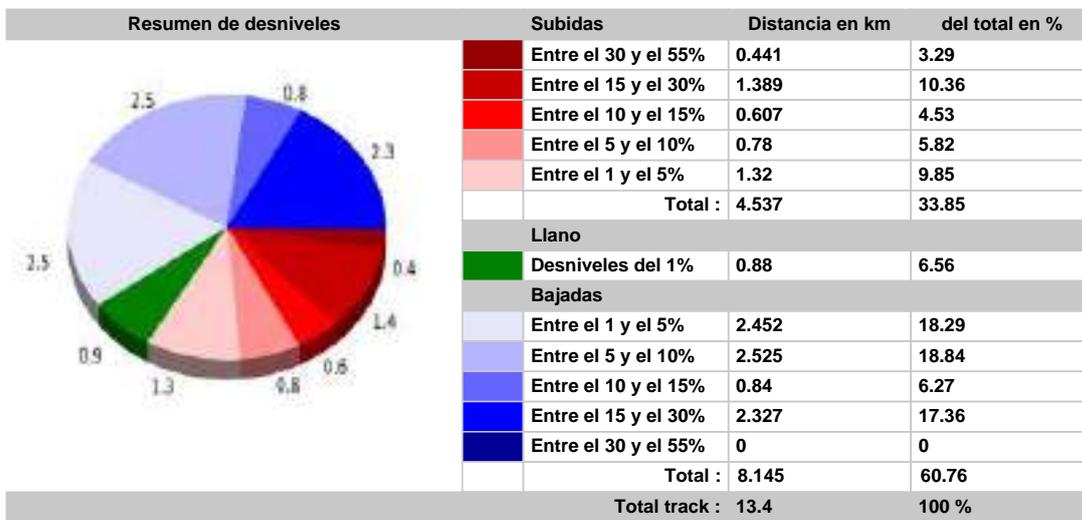
ERMITA DE HONTANARES - LA ROMEROSA - CERRO GORDO - RIOFRÍO DE RIAZA - RIAZA

Distancia total	13.4 Km
Distancia analizada	13.4 Km
Distancia lineal	3.67 Km

Desn. de subida acumulado	600.29 m
Desn. de bajada acumulado	851.87 m
Altura máxima	1921.27 m
Altura mínima	1195.67 m
Ratio de subida	13.23 %
Ratio de bajada	10.46 %
Desnivel positivo por km	44.8 m
Desnivel negativo por km	63.57 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?

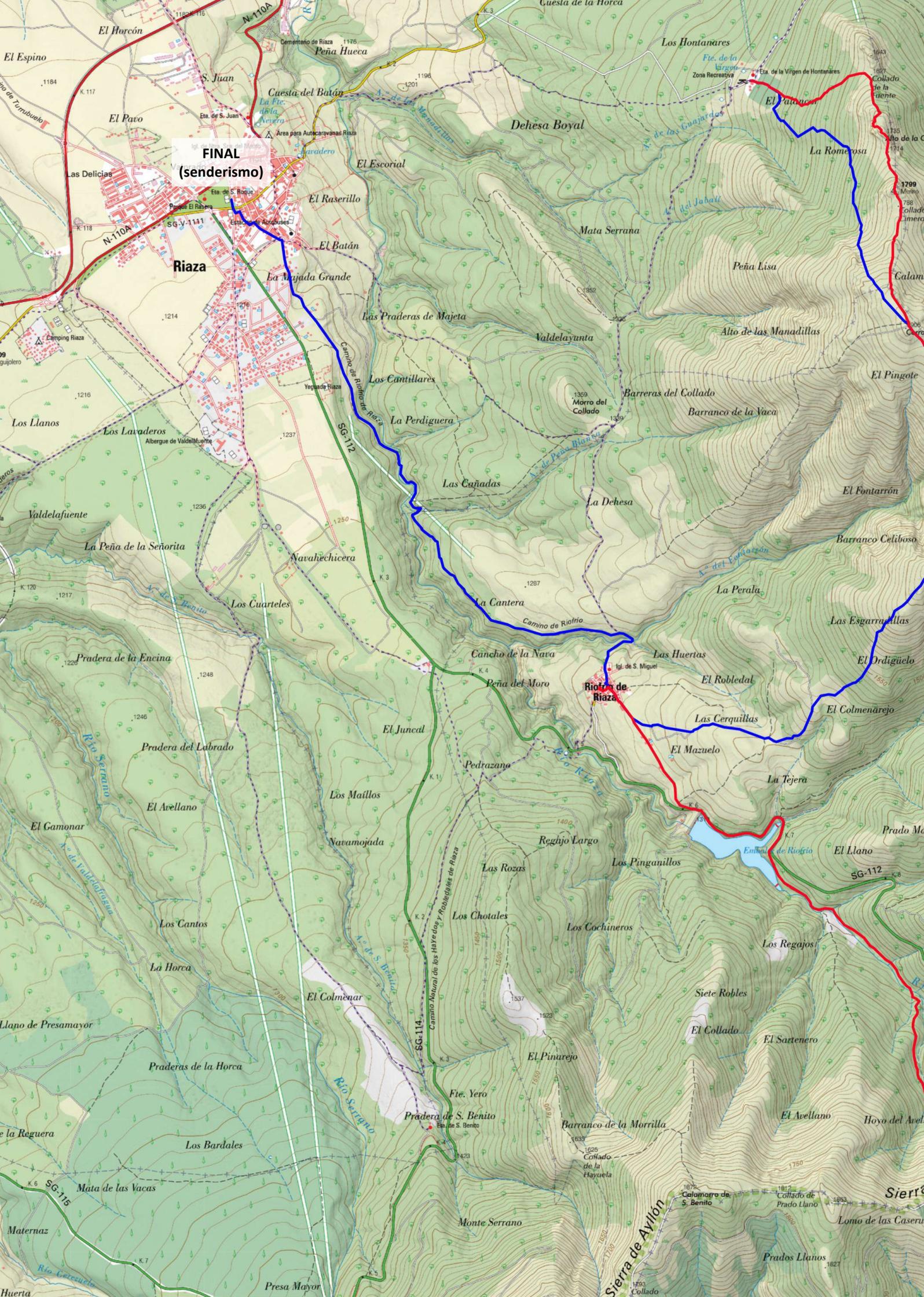
	Muy baja	Baja	Media	Alta	Muy alta	Para mí esta ruta será
¿Cuál es el ibp?						
ibp	0 - 6	0 - 13	0 - 25	0 - 50	0 - 100	Muy fácil
ibp	7 - 13	14 - 25	26 - 50	51 - 100	101 - 200	Fácil
ibp	14 - 19	26 - 38	51 - 75	101 - 150	201 - 300	Media
ibp	20 - 25	39 - 50	76 - 100	151 - 200	301 - 400	Dura
ibp	> 25	> 50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



INICIO

**FINAL
(montaña)**





FINAL
(senderismo)

Riiza

Sierra de Ayllón