

13 - ABRIL - 2025

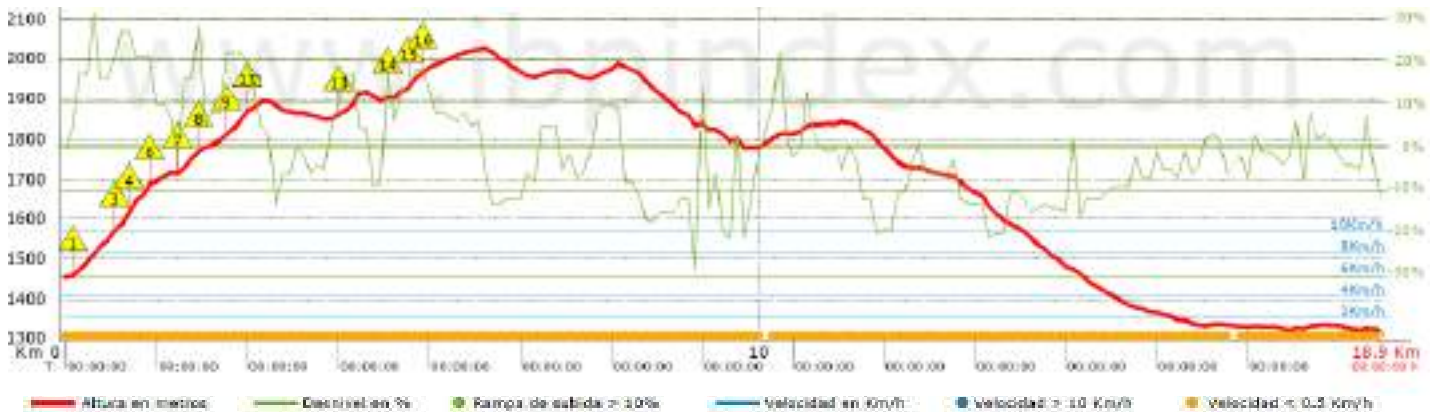
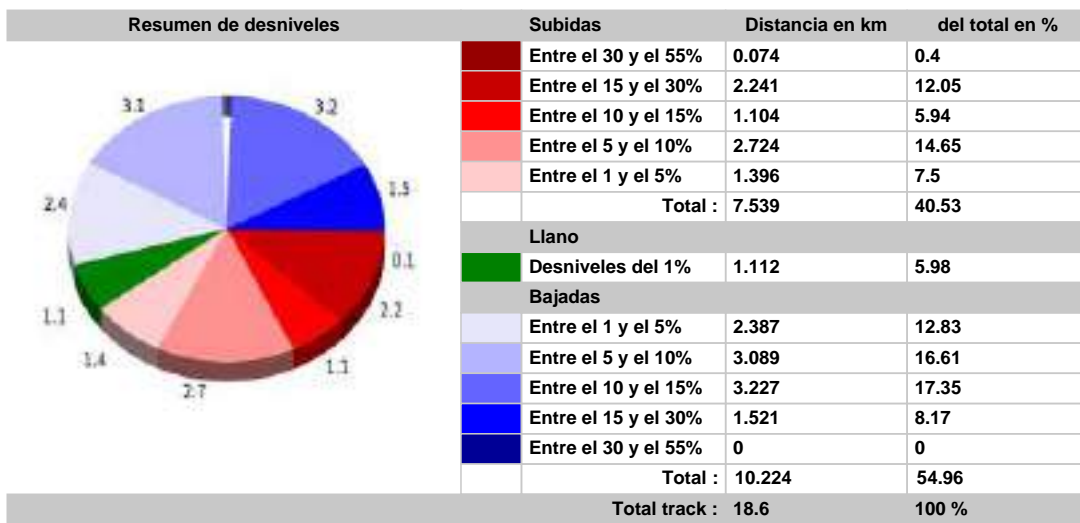
ERMITA DE HONTANARES - CERRO GORDO - LA BUITRERA - ALTO DEL PARREJÓN - RIOFRÍO DE RIAZA

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?	¿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

13 - ABRIL - 2025

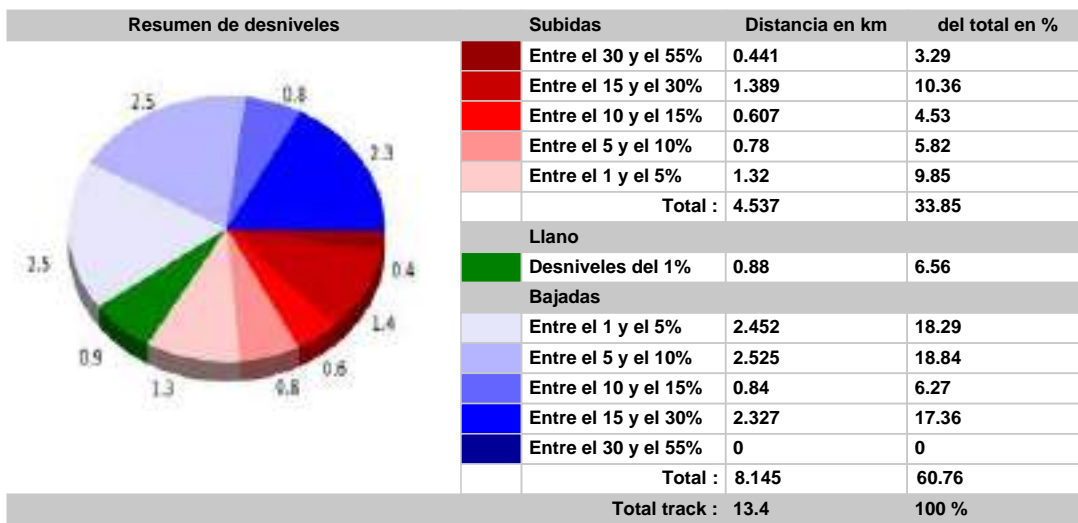
ERMITA DE HONTANARES - LA ROMEROSA - CERRO GORDO - RIOFRÍO DE RIAZA - RIAZA

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?					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



INICIO

**FINAL
(montaña)**

Est. de la Virgen de Hontanares

El Pinar

La Romerosa

Peña Lisa

Alto de las Manadillas

Barreras del Collado

La Dehesa

La Nava

Riostro de Riaza

Las Cerquillas

El Mazuelo

Los Cochineros

Siete Robles

El Collado

El Sartenero

El Avellano

Collado de la Fuente

Alto de la Cruz

Calamorro

El Pingote

El Fontarrón

Barranco Celiboso

Las Esgarruillas

El Ordigué

El Colmenarejo

El Llano

Los Regajos

El Avellano

Hoyo del Avellano

Prados Llanos

1799

1788

1806

1873

1856

1856

1732

1734

1732

1734

1732

1732

1732

1732

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

1856

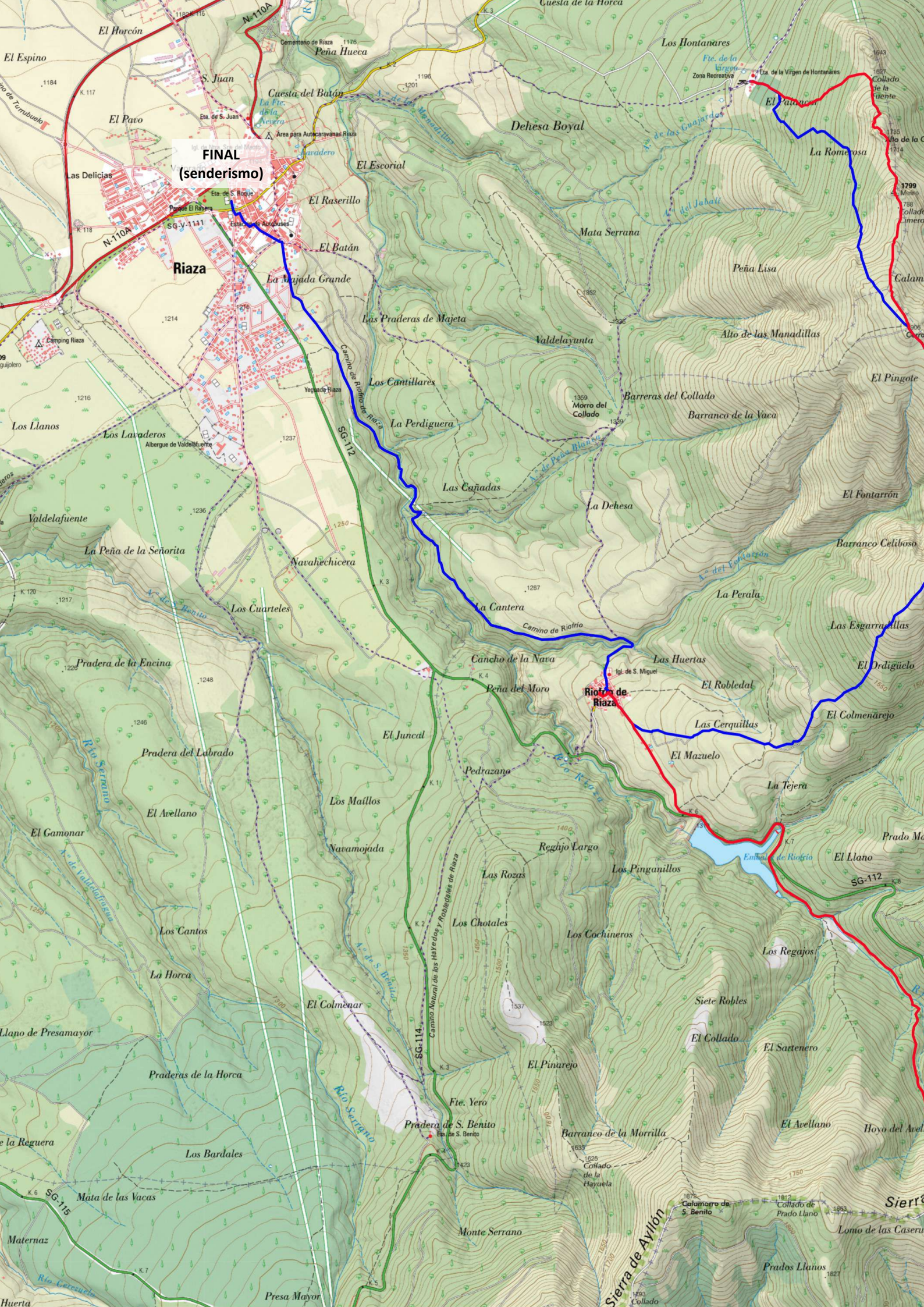
1856

1856

1856

1856

1856



FINAL
(senderismo)

Riiza

Riiza de Riiza

Pradera de S. Benito

Sierra de Ayllón