







CARRETERA - MARCHA GRAN FONDO

ORGANIZADOR: CLUB DEPORTIVO ELEMENTAL LOS 10000 DEL SOPLAO
LOCALIDAD: CABEZÓN DE LA SAL
CATEGORÍA: MARCHA GRAN FONDO
CLASE: 1.30.4

FECHA: 1 DE JUNIO DE 2019
HORA: 8:00
KMS: 352,7

Recorrido	Ctra.	Tramo	Por rec.	Rec.	25	28	30
CABEZÓN DE LA SAL: SALIDA. Avd. General Pino		0,0	352,7	0,0	8:00:00	8:00:00	8:00:00
Girar a la izquierda en CA-813		0,1	352,6	0,1	8:00:21	8:00:19	8:00:18
Girar a la izquierda en N-634	CA-813	0,1	352,5	0,2	8:00:34	8:00:30	8:00:28
Rotonda. Girar a la izquierda en CA-180	N-634	0,2	352,3	0,4	8:00:58	8:00:52	8:00:49
CARREJO	CA-180	1,7	350,6	2,1	8:05:03	8:04:31	8:04:13
Girar a la izquierda en CA-812	CA-180	1,3	349,3	3,4	8:08:05	8:07:13	8:06:44
COS	CA-812	1,2	348,1	4,6	8:10:58	8:09:48	8:09:08
MAZCUERRAS	CA-812	1,2	346,9	5,8	8:13:51	8:12:22	8:11:32
VILLANUEVA DE LA PEÑA	CA-812	2,5	344,4	8,3	8:19:51	8:17:43	8:16:32
VILLANUEVA DE LA PEÑA: Seguir recto en CA-283	CA-812	0,1	344,4	8,3	8:20:02	8:17:53	8:16:41
VIRGEN DE LA PEÑA: Girar a la izquierda en N-634	CA-283	0,7	343,6	9,1	8:21:48	8:19:28	8:18:10
Rotonda. Seguir recto	N-634	2,1	341,5	11,2	8:26:51	8:23:58	8:22:22
CABEZÓN DE LA SAL	N-634	1,4	340,1	12,6	8:30:12	8:26:58	8:25:10
CABEZÓN DE LA SAL: Rotonda. Seguir recto	N-634	0,5	339,6	13,1	8:31:24	8:28:02	8:26:10
Rotonda. Girar a la derecha en CA-135	N-634	0,6	339,0	13,7	8:32:58	8:29:26	8:27:28
Rotonda. 3ª Salida. Dirección Comillas	CA-135	1,1	337,9	14,8	8:35:36	8:31:47	8:29:40
LA HAYUELA	CA-135	2,7	335,2	17,5	8:42:05	8:37:34	8:35:04
CANALES	CA-135	1,3	333,9	18,8	8:45:12	8:40:21	8:37:40
COMILLAS: Travesía, badenes	CA-135	5,3	328,6	24,1	8:57:55	8:51:43	8:48:16
COMILLAS: Cruce. Semaforo, seguir recto dir. puerto	CA-135	0,6	328,0	24,7	8:59:18	8:52:56	8:49:25
COMILLAS: Rotonda. Girar a la izquierda		0,7	327,3	25,4	9:00:53	8:54:21	8:50:44
COMILLAS: Rotonda. Girar a la izquierda en CA-131		0,2	327,2	25,5	9:01:19	8:54:45	8:51:06
COMILLAS: Rotonda. Seguir recto en CA-131	CA-131	0,9	326,3	26,4	9:03:22	8:56:35	8:52:49
Girar a la derecha	CA-131	3,4	322,9	29,8	9:11:32	9:03:52	8:59:37
OYAMBRE		0,8	322,1	30,6	9:13:23	9:05:32	9:01:09
GERRA Cambiar todo esto azul tejo,		1,8	320,3	32,4	9:17:43	9:09:23	9:04:45

Girar a la izquierda en CA-364		4,1	316,2	36,5	9:27:33	9:18:10	9:12:57
Girar a la derecha en N-634	CA-364	0,1	316,1	36,6	9:27:50	9:18:25	9:13:11
Cruzar Puente de la Maza	N-634	0,0	316,1	36,6	9:27:50	9:18:25	9:13:11
S. VTE. DE LA BARQUERA: Rotonda. Girar derecha	N-634	0,5	315,6	37,1	9:29:08	9:19:35	9:14:17
S. VTE. DE LA BARQUERA: Travesía	N-634	0,4	315,2	37,5	9:30:04	9:20:25	9:15:03
Rotonda. Seguir recto	N-634	6,2	309,0	43,7	9:44:57	9:33:42	9:27:27
Girar a la derecha en CA-380	N-634	2,7	306,3	46,4	9:51:25	9:39:29	9:32:51
PECHON	CA-380	3,1	303,2	49,5	9:58:52	9:46:08	9:39:03
Rotonda. Seguir recto	CA-380	3,6	299,6	53,1	10:07:30	9:53:50	9:46:15
Rotonda. Girar a la izquierda en N-634	CA-380	0,2	299,4	53,3	10:07:59	9:54:16	9:46:39
PESUES	N-634	1,5	297,9	54,8	10:11:35	9:57:29	9:49:39
Girar a la derecha en CA-181	N-634	1,0	296,9	55,8	10:13:58	9:59:36	9:51:38
MUÑORRODERO (Avituallamiento Sólido y líquido) 	CA-181	1,4	295,5	57,2	10:17:19	10:02:36	9:54:26
Girar a la izquierda en CA-843	CA-181	3,6	291,9	60,8	10:25:58	10:10:19	10:01:38
ABANILLAS	CA-843	2,4	289,5	63,2	10:31:43	10:15:28	10:06:26
ESTRADA	CA-843	2,2	287,3	65,4	10:37:00	10:20:11	10:10:50
Girar a la derecha en CA-846 El barcenal	CA-843	3,7	283,6	69,1	10:45:53	10:28:06	10:18:14
EL BARCENAL	CA-846	2,4	281,2	71,5	10:51:38	10:33:15	10:23:02
Girar a la izquierda en CA-850	CA-850	4,7	276,5	76,2	11:02:55	10:43:19	10:32:26
Cruce dirección la Florida hacia el soplaio	CA-850	2,6	273,9	78,8	11:09:10	10:48:54	10:37:38
Cruce de bajada del soplaio hacia Rabago	S/N	2,2	271,7	81,0	11:14:26	10:53:36	10:42:02
RABAGO	CA-850	2,0	269,7	83,0	11:19:14	10:57:54	10:46:02
CELIS	CA-181	4,8	264,9	87,8	11:30:46	11:08:11	10:55:38
LA COTERA	CA-181	1,2	263,7	89,0	11:33:38	11:10:45	10:58:02
PUENTENANSA: Seguir recto en CA-281	CA-281	2,1	261,6	91,1	11:38:41	11:15:15	11:02:14
COSIO (Avituallamiento sólido y líquido) 	CA-281	2,8	258,8	93,9	11:45:24	11:21:15	11:07:50
LA LASTRA	CA-281	13,2	245,6	107,1	12:17:05	11:49:32	11:34:14
LA LAGUNA	CA-281	6,5	239,1	113,6	12:32:41	12:03:28	11:47:14
PEJANDA	CA-281	2,2	236,9	115,8	12:37:58	12:08:11	11:51:38
Piedras Luengas (1ª) (Avituallamiento Sólido y líquido) 	CA-281	17,2	219,7	133,0	13:19:14	12:45:02	12:26:02
VAÑES	CL-627	9,5	210,2	142,5	13:42:02	13:05:24	12:45:02
CERVERA PISUERGA	P-210	8,0	202,2	150,5	14:01:14	13:22:32	13:01:02
VENTANILLA	P-210	7,0	195,2	157,5	14:18:02	13:37:32	13:15:02
SANTIBAÑES DE RESOBA	P-210	6,0	189,2	163,5	14:32:26	13:50:24	13:27:02
Alto La Varga (Avituallamiento sólido y líquido) 	P-210	4,0	185,2	167,5	14:42:02	13:58:58	13:35:02
LA LASTRA	P-210	3,0	182,2	170,5	14:49:14	14:05:24	13:41:02
BARRIO CASTRO	P-210	7,0	175,2	177,5	15:06:02	14:20:24	13:55:02
CARDAÑO	P-210	7,0	168,2	184,5	15:22:50	14:35:24	14:09:02
CORREPOCO DE ALBA	P-210	5,0	163,2	189,5	15:34:50	14:46:06	14:19:02

OTERO DE GUARDO	P-210	7,0	156,2	196,5	15:51:38	15:01:06	14:33:02
VELILLA DEL RIO CARRIÓN	P-215	9,0	147,2	205,5	16:13:14	15:20:24	14:51:02
BESANDE	LE-215	10,0	137,2	215,5	16:37:14	15:41:49	15:11:02
PUERTO DE LOS PICONES (Avituallamiento sólido y líquido)	LE-215	4,0	133,2	219,5	16:46:50	15:50:24	15:19:02
SIERO DE LA REINA	LE-215	3,0	130,2	222,5	16:54:02	15:56:49	15:25:02
BOCA DE HUERGANO	N-621	6,0	124,2	228,5	17:08:26	16:09:41	15:37:02
BARRIEDO DE LA REINA	N-621	4,0	120,2	232,5	17:18:02	16:18:15	15:45:02
PORTILLA DE LA REINA	N-621	8,0	112,2	240,5	17:37:14	16:35:24	16:01:02
LLANAVES DE LA REINA	N-621	5,0	107,2	245,5	17:49:14	16:46:06	16:11:02
PUERTO DE SAN GLORIO (Avituallamiento sólido y líquido)	N-621	4,0	103,2	249,5	17:58:50	16:54:41	16:19:02
BORES	N-621	16,0	87,2	265,5	18:37:14	17:28:58	16:51:02
VEGA DE LIEBANA	N-621	3,0	84,2	268,5	18:44:26	17:35:24	16:57:02
OJEDO: Rotonda. Girar a la derecha en N-621	N-621	6,0	78,2	274,5	18:58:50	17:48:15	17:09:02
TAMA	N-621	2,2	76,0	276,7	19:04:07	17:52:58	17:13:26
LA HERMIDA: Girar a la derecha en CA-282	N-621	12,6	63,4	289,3	19:34:22	18:19:58	17:38:38
LINARES	CA-282	5,3	58,1	294,6	19:47:05	18:31:19	17:49:14
Collada de Hoz (2ª) (Avituallamiento sólido y líquido)	CA-282	5,4	52,7	300,0	20:00:02	18:42:54	18:00:02
LAFUENTE	CA-282	4,3	48,4	304,3	20:10:22	18:52:06	18:08:38
SOBRELAPENA	CA-282	2,8	45,6	307,1	20:17:05	18:58:06	18:14:14
QUINTANILLA DE LAMASON	CA-282	2,0	43,6	309,1	20:21:53	19:02:24	18:18:14
Collada de Ozalba (2ª)	CA-282	5,0	38,6	314,1	20:33:53	19:13:06	18:28:14
OBESO	CA-282	2,7	35,9	316,8	20:40:22	19:18:54	18:33:38
PEDREO	CA-282	0,9	35,0	317,7	20:42:31	19:20:49	18:35:26
PUENTENANSA: Girar a la izquierda en CA-281	CA-282	1,3	33,7	319,0	20:45:38	19:23:36	18:38:02
PUENTENANSA: Girar a la derecha en CA-182	CA-281	0,1	33,6	319,1	20:45:53	19:23:49	18:38:14
CARMONA (Avituallamiento Sólido y líquido)	CA-182	3,9	29,7	323,0	20:55:14	19:32:11	18:46:02
Collada de Carmona (2ª)	CA-182	6,6	23,1	329,6	21:11:05	19:46:19	18:59:14
VALLE DE CABUERNIGA: Girar Recto CA-280	CA 280	11,0	12,1	340,6	21:37:29	20:09:54	19:21:14
VALLE DE CABUERNIGA: Girar izquierda en CA-180	CA-180	0,2	11,9	340,8	21:37:58	20:10:19	19:21:38
SOPENA	CA-180	1,0	10,9	341,8	21:40:22	20:12:28	19:23:38
BARCENILLAS	CA-180	1,2	9,7	343,0	21:43:14	20:15:02	19:26:02
RUENTE	CA-180	2,7	7,0	345,7	21:49:43	20:20:49	19:31:26
UCIEDA	CA-180	2,0	5,0	347,7	21:54:31	20:25:06	19:35:26
Puente de Santa Lucia	CA-180	2,2	2,8	349,9	21:59:48	20:29:49	19:39:50
Carrejo	CA-180	1,8	1,0	351,7	22:04:07	20:33:41	19:43:26
La Pesa	CA-180	1,0	0,0	352,7	22:06:31	20:35:49	19:45:26
CABEZÓN DE LA SAL: META	CA-180	0,0	0,0	352,7	22:06:31	20:35:49	19:45:26