

**SÁBADO 6 DE SEPTIEMBRE DE 2025**

**CASA RURAL – PLAYA DEL MERÓN – SAN VICENTE DE LA  
BARQUERA – PRELLEZO – SERDIO – ABANILLAS – GANDARILLA –  
LA ACEBOSA**

|                                                                                                    |                                                                                         |                                                                                             |                                                                                              |            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Horarios ruta<br> | <b>4 h: 30 min.</b> (Estimado de marcha efectiva sin paradas)                           |                                                                                             |                                                                                              |            |
| Distancia y desniveles                                                                             |  40 km |  + 1.000 m |  - 1000 m |            |
| Dificultad                                                                                         | <b>Física</b>                                                                           | <b>3/5</b>                                                                                  | <b>Técnica</b>                                                                               | <b>3/5</b> |
| Teléfonos emergencias                                                                              | Emergencias:<br><b>112</b>                                                              | Emisora Club: Canal 14, subtono 30 DTCS (banda PMR).<br>Coordinadora: Carmen 679858334      |                                                                                              |            |

## TRACK



<https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/sabado-para-carmen-217529135>

**DOMINGO 7 DE SEPTIEMBRE DE 2025**

**REVILLA, MONTE CORONAS, ERMITA DE S. ESTEBAN, LA  
HAYUELA, MINAS DE UDÍA ERMITA Nª SRª DE LOS  
REMEDIOS, MIRADOR DE LA CORNEJA, COMILLAS, PLAYA  
DE RABIA, OYAMBRE, PLAYA DEL MERÓN**

|                                                                                                    |                                                                                         |                                                                                           |                                                                                             |            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Horarios ruta<br> | <b>4 h: 30 min.</b> (Estimado de marcha efectiva sin paradas)                           |                                                                                           |                                                                                             |            |
| Distancia y desniveles                                                                             |  44 km |  + 900 m |  - 900 m |            |
| Dificultad                                                                                         | <b>Física</b>                                                                           | <b>3/5</b>                                                                                | <b>Técnica</b>                                                                              | <b>3/5</b> |
| Teléfonos emergencias                                                                              | Emergencias:<br><b>112</b>                                                              | Emisora Club: Canal 14, subtono 30 DTCS (banda PMR).<br>Coordinadora: Carmen 679858334    |                                                                                             |            |

## TRACK

<https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/carmen-domingo-217528055>

