

## 18 de setembro do 2021 Muras - Muras

Praza da Galeguidade

Llamada ciclistas: 13:50

| LOCALIDADE                   | PERCORRIDO   | KM+          | KM-          | ALT        | 35 Km/h      | 40 Km/h      |
|------------------------------|--|--------------|--------------|------------|--------------|--------------|
| <b>MURAS</b>                 | <b>SALIDA NEUTRALIZADA</b><br>Praza da Galeguidade Avd. Mourense, Rúa José Ferro<br><b>SALIDA REAL KM.0</b><br>En cruce con la LU-172. Giro der. por LU-172 a enlazar con la LU-540 dir. Viveiro       | <b>0</b>     | <b>149</b>   | <b>480</b> | <b>14:00</b> | <b>14:00</b> |
| <b>CABANA</b>                | Recto Viveiro por LU-540   | <b>3,3</b>   | <b>145,7</b> | <b>643</b> | <b>14:05</b> | <b>14:05</b> |
| <b>ALTO GAÑIDOIRA</b>        | Recto Viveiro por LU-540   | <b>5,8</b>   | <b>143,5</b> | <b>720</b> | <b>14:09</b> | <b>14:08</b> |
| <b>A CARRETERA</b>           | <b>PRECAUCIÓN!</b><br>Rotonda seguimos dirección Viveiro por LU-540  | <b>27,5</b>  | <b>121,5</b> | <b>19</b>  | <b>14:43</b> | <b>14:39</b> |
| <b>A PONTE</b>               | <b>PRECAUCIÓN!</b><br>Giro derecha dirección Ferreira por LU-161   | <b>28</b>    | <b>121</b>   | <b>10</b>  | <b>14:44</b> | <b>14:40</b> |
| <b>CALVOSO</b>               | <b>COMIENZA PREMIO MONTAÑA</b><br>Recto dirección Ferreira por LU-161  | <b>31</b>    | <b>118</b>   | <b>20</b>  | <b>14:49</b> | <b>14:44</b> |
| <b>AS LOBEIRAS</b>           | Recto dirección Ferreira por LU-161  | <b>39</b>    | <b>110</b>   | <b>400</b> | <b>15:02</b> | <b>14:54</b> |
| <b>AS LOBEIRAS</b>           | <b>PREMIO MONTAÑA 2ª</b><br>Recto dir Ferreira por LU-161. Bajada peligrosa !  | <b>43</b>    | <b>106</b>   | <b>450</b> | <b>15:08</b> | <b>15:01</b> |
| <b>FERREIRA DO VALADOURO</b> | <b>PRECAUCIÓN!</b> Limitadores de velocidade. Rúa Andrés López Palmeiro. Seguimos rectos dir Mondoñedo   | <b>51</b>    | <b>98</b>    | <b>90</b>  | <b>15:21</b> | <b>15:13</b> |
| <b>O VALADOURO</b>           | Rotonda rectos dirección Alfoz-Mondoñedo por LU-160  | <b>52</b>    | <b>97</b>    | <b>94</b>  | <b>15:23</b> | <b>15:14</b> |
| <b>A SEARA</b>               | <b>COMIENZA PREMIO MONTAÑA</b><br>Recto dirección Mondoñedo por LU-160   | <b>55</b>    | <b>94</b>    | <b>92</b>  | <b>15:27</b> | <b>15:19</b> |
| <b>COUBOEIRA</b>             | Recto dirección Mondoñedo por LU-160   | <b>59</b>    | <b>90</b>    | <b>250</b> | <b>15:33</b> | <b>15:24</b> |
| <b>MONDOÑEDO</b>             | <b>COMIENZA PREMIO MONTAÑA</b><br>Primera Rotonda recto, segunda Rotonda recto<br><b>META VOLANTE</b><br>Recto dir Vilalba por N-634a. A enlazar con la N-634 con giro izquierda dir Vilalba por N-634 | <b>72</b>    | <b>77</b>    | <b>143</b> | <b>15:54</b> | <b>15:43</b> |
| <b>SAN VICENTE</b>           | <b>PREMIO MONTAÑA 2ª</b> Recto Vilalba por N-634   | <b>79</b>    | <b>70</b>    | <b>580</b> | <b>16:05</b> | <b>15:53</b> |
| <b>A XESTA</b>               | Rotonda Recto dirección Vilalba por N-634  | <b>82</b>    | <b>67</b>    | <b>543</b> | <b>16:09</b> | <b>15:57</b> |
| <b>ABADIN</b>                | Recto a la salida población Rotonda Recto dir Vilalba por N-634  | <b>87</b>    | <b>62</b>    | <b>540</b> | <b>16:17</b> | <b>16:04</b> |
| <b>MARTIÑÁN</b>              | Recto dirección Vilalba por N-634  | <b>95</b>    | <b>54</b>    | <b>433</b> | <b>16:30</b> | <b>16:16</b> |
| <b>GOIRIZ</b>                | Recto dirección Vilalba por N-634  | <b>101</b>   | <b>48</b>    | <b>460</b> | <b>16:39</b> | <b>16:24</b> |
| <b>VILALBA</b>               | <b>PRECAUCIÓN!</b><br>P.K 623,1 DE LA N-634 Giro derecha dir Vilalba, zona de curvas cerradas, a 150 giro derecha dir Vilalba por LU-120   | <b>104</b>   | <b>45</b>    | <b>447</b> | <b>16:44</b> | <b>16:29</b> |
| <b>VILALBA</b>               | <b>META VOLANTE</b><br>Avda da Terra Chá , Rúa de Galicia, Rúa da Pravia<br>Izquierda a Rúa Placido Peña.<br>A 150m Derecha dir Lanzós por LU-P-6502   | <b>107</b>   | <b>42</b>    | <b>492</b> | <b>16:45</b> | <b>16:30</b> |
| <b>LANZÓS</b>                | Recto por LU-P-6502  | <b>109</b>   | <b>40</b>    | <b>482</b> | <b>16:50</b> | <b>16:38</b> |
| <b>MOREDA</b>                | <b>COMIENZA PREMIO MONTAÑA</b><br>Recto por LU-P-6502  | <b>115</b>   | <b>34</b>    | <b>477</b> | <b>17:02</b> | <b>16:44</b> |
| <b>A Balsa</b>               | Recto por LU-P-6502.<br><b>PRECAUCIÓN!</b> Bajada con curvas cerradas  | <b>125</b>   | <b>24</b>    | <b>705</b> | <b>17:17</b> | <b>16:56</b> |
| <b>VIVEIRO</b>               | Giro izquierda Zona estrecha dirección Paleira por LU-P-3402   | <b>133,5</b> | <b>15,5</b>  | <b>598</b> | <b>17:30</b> | <b>17:10</b> |

|                |   |              |            |            |              |              |
|----------------|---|--------------|------------|------------|--------------|--------------|
| <b>VIVEIRÓ</b> | <b>PREMIO MONTAÑA 3ª</b> Recto a enlazar con la LU-540 . giro derecha a 50 m izquierda dirección Vilalba P.K.27   | <b>137</b>   | <b>12</b>  | <b>804</b> | <b>17:36</b> | <b>17:16</b> |
| <b>CABANA</b>  | Recto por LU-540  | <b>142</b>   | <b>7</b>   | <b>700</b> | <b>17:44</b> | <b>17:23</b> |
| <b>MURAS</b>   | P.K. 31 de la LU-540 giro izquierda dirección Muras casco urbano por LU-172                                       | <b>144</b>   | <b>5</b>   | <b>500</b> | <b>17:47</b> | <b>17:26</b> |
| <b>MURAS</b>   | Cruce con Rúa José Ferro Mourense, giro izquierda dir Muras Casco urbano. <b>PRECAUCIÓN! Bajada muy peligrosa</b> | <b>147,3</b> | <b>1,7</b> | <b>536</b> | <b>17:52</b> | <b>17:30</b> |
| <b>MURAS</b>   | <b>META</b> Praza da Galeguidade  | <b>149</b>   | <b>0</b>   | <b>480</b> | <b>17:56</b> | <b>17:35</b> |