

**Hora comienzo Prueba:** 09:30

**Distancia 1ª vuelta:** 32 km

**Distancia 2ª vuelta:** 32 km

T. META 1 V	11:38	11:16	10:57	10:46
T. META 2 V	13:46	13:03	12:24	12:03
V. CALCULOS	15	18	22	25

ORDEN	DESCRIPCION DEL PUNTO	KM				
0	Pazo da Peregrina (V1) SAIDA	0,1	09:30	09:30	09:30	09:30
1	Desvío dereita "Casa de Mallo" (V1)	0,9	09:33	09:33	09:32	09:32
2	Inicio subida Aldea Nova (V1)	1	09:34	09:33	09:32	09:32
3	Desvío dereita hacia sendeiro Aldea Nova (V1)	2,1	09:38	09:37	09:35	09:35
4	Parque Aldea Nova (V1)	2,8	09:41	09:39	09:37	09:36
5	Cruce de camiños hacia Ventosa (V1)	4,7	09:48	09:45	09:42	09:41
6	Cruce de Ventosa (AC-543) (V1)	5,3	09:51	09:47	09:44	09:42
7	Cruce Urb. Pedra Dourada (V1)	5,4	09:51	09:48	09:44	09:42
8	Cruce "Casa do Portugués" (V1)	7	09:58	09:53	09:49	09:46
9	Inicio subida Mte. San Marcos (V1)	8,7	10:04	09:59	09:53	09:50
10	Muro Mte. San Marcos (V1)	9,8	10:09	10:02	09:56	09:53
11	Curva saída Mte. San Marcos (V1)	11,2	10:14	10:07	10:00	09:56
12	Desvío dereita hacia Liñaredo (paso regato)	11,6	10:16	10:08	10:01	09:57
13	Alto do Liñaredo (V1)	13,4	10:23	10:14	10:06	10:02
14	Alto de Cortegada (V1)	14,3	10:27	10:17	10:09	10:04
15	Salida a pista arriba (previo eucalipto de Kiko) (V1)	15,4	10:31	10:21	10:12	10:06
16	Desvío dereita Eucalipto de Kiko (CORTE 2ª volta) (V1)	15,9	10:33	10:23	10:13	10:08
17.1	Desvío esquerda alto de Mercuto	16,4	10:35	10:24	10:14	10:09
18.1	Desvío dereita en intersección pista de Piñeiro (V1)	18,2	10:42	10:30	10:19	10:13
19.1	Desvío esquerda (curva renunciada) en Aeroclub (V1)	18,8	10:45	10:32	10:21	10:15
20.1	Salida a pista en Piñeiro (V1)	19,5	10:48	10:35	10:23	10:16
21	Saída a pista subida de Piñeiro (calzada Romana) (V1)	21,3	10:55	10:41	10:28	10:21
22	Cruce Alto de Vilouta (V1)	22,8	11:01	10:46	10:32	10:24
23	Baixada perigosa "Pozo PARRIBEIRA" (V1)	24,2	11:06	10:50	10:36	10:28
24	"Pozo PARRIBEIRA"	24,7	11:08	10:52	10:37	10:29
25	Sendeiro "muiños de Riamonte"	24,9	11:09	10:53	10:37	10:29
26	Desvío esquerda hacia "sendeiro a Lamas" (V1)	25,8	11:13	10:56	10:40	10:31
27	Aldea de Lamas (V1)	26,5	11:16	10:58	10:42	10:33
28	Cruce "Aldea de Lamas" (V1)	26,7	11:16	10:59	10:42	10:34
29	Cruce "Casa da Avoa" (V1)	28	11:22	11:03	10:46	10:37
30	Cruce de Augapesada AC-453 (V1)	28,3	11:23	11:04	10:47	10:37
31	Cruce de Pousada (Desvío alternativo) (V1)	29,6	11:28	11:08	10:50	10:41
32	Puente madeira sendeiro Pousada (V1)	30	11:30	11:10	10:51	10:42
33	Cruce da "Cochinera" (V1)	30,7	11:32	11:12	10:53	10:43
2	Saída sendeiro río hacia Pazo Peregrina (V1)	31,1	11:34	11:13	10:54	10:44
0	Pazo da Peregrina (V1) INICIO VOLTA 2	32	11:38	11:16	10:57	10:46
1	Desvío dereita "Xardíns Barcia" (V2)	32,5	11:40	11:18	10:58	10:48
2	Inicio subida Aldea Nova (V2)	33,4	11:43	11:21	11:01	10:50
3	Desvío dereita hacia sendeiro Aldea Nova (V2)	34,5	11:48	11:25	11:04	10:52
4	Parque Aldea Nova (V2)	35,1	11:50	11:27	11:05	10:54
5	Cruce de camiños hacia Ventosa (V2)	37,1	11:58	11:33	11:11	10:59
6	Cruce de Ventosa (AC-543) (V2)	37,6	12:00	11:35	11:12	11:00
7	Cruce Urb. Pedra Dourada (V2)	37,8	12:01	11:36	11:13	11:00
8	Cruce "Casa do Portugués" (V2)	39,4	12:07	11:41	11:17	11:04
9	Inicio subida Mte. San Marcos (V2)	41,1	12:14	11:47	11:22	11:08
10	Muro Mte. San Marcos (V2)	42,1	12:18	11:50	11:24	11:11
11	Curva saída Mte. San Marcos (V2)	43,6	12:24	11:55	11:28	11:14
12	Desvío dereita hacia Liñaredo (paso regato) (V2)	44	12:26	11:56	11:30	11:15
13	Alto do Liñaredo (V2)	45,7	12:32	12:02	11:34	11:19
14	Alto de Cortegada (V2)	46,6	12:36	12:05	11:37	11:21
15	Salida a pista arriba (previo eucalipto de Kiko) (V2)	47,8	12:41	12:09	11:40	11:24
16	Desvío izquierda Eucalipto de Kiko (CORTE 2ª volta) (V2)	48,3	12:43	12:11	11:41	11:25
21	Desvío izquierda hacia carretera Vilouta (CORTE 2ª volta)	49,1	12:46	12:13	11:43	11:27
22	Cruce Alto de Vilouta (V2)	50,6	12:52	12:18	11:48	11:31
23	Baixada perigosa "Pozo PARRIBEIRA" (V2)	51,9	12:57	12:23	11:51	11:34
24	"Pozo PARRIBEIRA" (V2)	52,4	12:59	12:24	11:52	11:35
25	Sendeiro "muiños de Riamonte" (V2)	52,6	13:00	12:25	11:53	11:36
26	Desvío esquerda hacia "sendeiro a Lamas" (V2)	53,5	13:04	12:28	11:55	11:38
27	Aldea de Lamas (V2)	54,2	13:06	12:30	11:57	11:40
28	Cruce "Aldea de Lamas" (V2)	54,3	13:07	12:31	11:58	11:40
29	Cruce "Casa da Avoa" (V2)	55,6	13:12	12:35	12:01	11:43
30	Cruce de Augapesada AC-453 (V1)	56,1	13:14	12:37	12:03	11:44
31	Cruce de Pousada (Desvío alternativo) (V1)	57,3	13:19	12:41	12:06	11:47
32	Puente madeira sendeiro Pousada (CORTE 2ª volta)	57,8	13:21	12:42	12:07	11:48
34.2	Cruce Aldea de Capeáns (V2)	58,1	13:22	12:43	12:08	11:49
35.2	Cruce pista ancha inicio subida Aldea Nova (V2)	59,4	13:27	12:48	12:12	11:52
3	Doble carril alta tensión Subida (V2)	60,6	13:32	12:52	12:15	11:55
5	Inicio trialera "aldea nova" (V2)	61,2	13:34	12:54	12:16	11:56
4	Final "1ª trialera Aldea Nova"	61,5	13:36	12:55	12:17	11:57
3	Doble carril alta tensión Baixada (V2)	61,6	13:36	12:55	12:18	11:57
36.2	Pedra "Baixada Alta Tensión"	62,1	13:38	12:57	12:19	11:59
37.2	Final baixada "Alta Tensión Aldea Nova" V2	62,5	13:40	12:58	12:20	12:00
1	Saída "Casa de Mallo" (V2)	62,9	13:41	12:59	12:21	12:00
0	Pazo da Peregrina (V2) META	64	13:46	13:03	12:24	12:03