

TRANSGALAICA#1

AMES 2026

GUÍA DEL CICLISTA

TRANSGALAICA
CONCELLO DE AMES

10
DÉCIMA
EDICIÓN

1. MARZO. 2026
09:30H - PAZO DA PEREGRINA

MÁS INFO:
WWW.OSESFOLARROS.COM

Concello de AMES

TEAM LEVINOS DEPORTIVOS RELAY

Ciclismo Galego

DEPORTE GALEGO

OEA os escola arrós

Deputación DA CORUÑA

XUNTA DE GALICIA

NON

1. BIENVENIDA

BIENVENIDA DEL DIRECTOR DE LA PRUEBA

La **Transgalaica de Ames** cumple en esta edición **diez años de historia**, celebrándose de manera ininterrumpida desde sus inicios, a excepción del parón obligado en 2021 por la pandemia. A lo largo de esta década, la prueba se ha consolidado como una cita imprescindible dentro del calendario del **circuito TRANSGALAICA**, uno de los referentes del BTT en el noroeste peninsular.

En 2026, el circuito estará compuesto por **cinco pruebas repartidas por toda la geografía gallega**, siendo la de Ames la encargada de **dar el pistoletazo de salida a la temporada**. Una carrera que, año tras año, gana protagonismo gracias a la espectacularidad de su recorrido y al entorno privilegiado por el que discurre.

El **Pazo da Peregrina de Bertamiráns**, junto con los montes de **Liñaredo y San Marcos**, vuelven a ser el escenario principal de una prueba que combina a la perfección exigencia deportiva y belleza paisajística, ofreciendo un auténtico espectáculo del BTT autonómico y nacional.

La organización, formada por **Team Relay (TRANSGALAICA)**, el **Club Ciclista Os Esfola Arrós (OEA)** y el **Concello de Ames**, apuesta una vez más por un evento que une deporte y promoción del territorio, dando a conocer la riqueza natural y cultural de la zona y ofreciendo a participantes y acompañantes una amplia oferta de actividades paralelas.

Desde la organización queremos daros la bienvenida y agradecer os, un año más, vuestra confianza.

Esperamos que disfrutéis del gran ambiente ciclista que se vive en Bertamiráns durante toda la jornada.

Gracias y bienvenidos a la TRANSGALAICA DE AMES 2026.



2. AGENDA

DOMINGO 1 MARZO 2026

ACTIVIDAD	HORARIO	LUGAR pinchar enlace
Entrega de dorsales	08:00 – 09:00	Pazo da Peregrina (Bertamiráns)
Reunión técnica (previa salida)	09:00	Pazo da Peregrina (Bertamiráns)
Apertura y formación de cajones de salida	09:15 – 09:25	Pazo da Peregrina (Bertamiráns)
SALIDA TG#1 AMES	09:30	Pazo da Peregrina (Bertamiráns)
Paso estimado por meta 1ª vuelta	10:49 (25km/h media)	Pazo da Peregrina (Bertamiráns)
Apertura pabellón polideportivo Bertamiráns	11:30	Pabellón Polideportivo Bertamiráns
CIERRE PASO POR META 1ª VUELTA*	11:40 (2h10´) 15 km/h	Pazo da Peregrina (Bertamiráns)
META primer participante	12:03 (25km/h media)	Pazo da Peregrina (Bertamiráns)
ACTO PROTOCOLARIO ENTREGA PREMIOS	13:30 – 13:45	Pazo da Peregrina (Bertamiráns)

3. REGLAMENTO

1. COMPOSICIÓN DE PRUEBAS

- #1 01.03.26 Ames (Os Esfolá Arrós)
- #2 15.03.26 Silleda (C.C. Trasdeza)
- #3 29.03.26 Cerdedo-Cotobade (Monteferro Bike Club)
- #4 26.04.26 Friol (C.C.Friol)
- #5 10.05.26 Manzaneda Estación (Monteferro Bike Club)

2. PARTICIPACIÓN

Podrán participar todos los corredores con licencia de ciclismo en vigor de la temporada 2026 y los corredores sin licencia podrán tramitar licencia de 1 día en el momento de la inscripción. Suplemento participantes sin licencia de ciclismo: no federados: 15,00€ para la tramitación de la licencia federativa de 1 día.

3. CATEGORÍAS

Se podrá participar en las siguientes categorías según el tipo de licencia:

- Masculina Absoluta (S23, Elite, M30, M40, M50, M60)
- Femenina Absoluta (S23, Elite y Master)
- Transgalaica do Futuro (Junior federados masc./fem.)
- Open (Cicloturistas y Licencias de 1 día)

4. INSCRIPCIONES

La inscripción se cerrará el miércoles previo a la disputa de cada prueba a las 23:59 horas. El precio de la inscripción será de 20,00 euros (excepto los federados Junior que competirán en la Transgalaica Futuro a un coste de 0€). No se admiten inscripciones el día de la prueba. Para los no federados el coste será de 35 euros (20€ de inscripción + 15€ licencia de 1 día). No se efectuarán devoluciones del importe de la inscripción una vez cerrada la misma. Se podrá solicitar la devolución del importe de la inscripción hasta el momento del cierre de las mismas con una penalización de 5,00€ en concepto de gastos de gestión. No se efectuarán devoluciones del importe de la inscripción una vez cerrada la misma.

5. FORMATO DE INSCRIPCIONES

La inscripción y el correspondiente pago se hace a través de la web www.magmasports.es

6. TOMA DE TIEMPOS

En todas las pruebas habrá sistema de cronometraje mediante transponder (chip), si las condiciones técnicas no lo permiten se establecerá un cronometraje mediante otros medios.

7. FORMATO DE CLASIFICACIONES INDIVIDUALES

I. Clasificaciones en cada prueba:

- Individual absoluta masculina (5 primeros scratch)
- Individual absoluta femenina (5 primeras scratch)
- Individual Transgalaica do Futuro (5 primeros scratch)

Los 3 primeros clasificados en sus respectivas sub-categoría de cada prueba recibirán un trofeo:

- Masculina (S23, Elite, M30, M40, M50 y M60)
- Femenina (Elite-S23 y Master)

II. Clasificación general:

- General masculina
- General femenina
- General Transgalaica do Fututro

III. Puntuaciones

Para la *clasificación general individual* puntuarán los 75 primeros de la clasificación absoluta de cada prueba. A mayores se establecerá una *clasificación por categorías* en la cual puntuarán los 25 primeros de cada categoría. En caso de empate clasificará primero el corredor que más victorias tenga, de continuar el empate el siguiente criterio será el mayor número de segundos puestos y así sucesivamente

hasta desempatar. En caso de persistir el empate el vencedor será el que se haya clasificado delante en la última prueba.

IV. Carrera sprint

Sólo dará puntos para la clasificación general absoluta. Puntuarán los 25 primeros en pasar por meta en la primera vuelta. El 1º recibirá 50 ptos, 2º 48... y el 25º 2ptos.

8. FORMATO DE CLASIFICACIONES POR EQUIPOS

Se obtiene por la suma de los tiempos de los tres primeros corredores de cada equipo que hayan realizado el recorrido completo en cada prueba.

9. ORDEN DE SALIDA

El orden de salida estará determinado en sus 100 primeros puestos por los 100 primeros clasificados de la clasificación general absoluta de la Transgalaica. La organización se reserva también 10 dorsales de libre designación. El resto de corredores se colocarán por riguroso orden de inscripción. En la primera prueba se usará el ranking final del año anterior.

10. DORSALES

Todos los corredores deberán llevar en lugar visible el dorsal facilitado por la organización. Éste no se podrá doblar ni recortar, quedando descalificado el corredor que así lo haga.

11. AVITUALLAMIENTO Y ASISTENCIA TÉCNICA

La organización proporcionará el avituallamiento en carrera así como al finalizar la prueba. Las zonas de avituallamientos en carrera serán también los únicos puntos en donde se podrá prestar asistencia técnica.

12. MARCAJE DEL CIRCUITO

El recorrido estará señalizado mediante cintas y placas señalizadoras. No se trata de un circuito cerrado al tráfico, personas o animales por lo que es responsabilidad

de los corredores circular con prudencia prestando atención al entorno y señalización con el fin de evitar accidentes.

13. HORA DE SALIDA Y HORA DE CORTE

- Se establece como hora de salida de todas las pruebas las 09:30 horas.
- Hora de corte. La organización de la TG#1 Ames establece un punto de corte al paso por la 1ª vuelta en 2h 10´(15km/h).

14. OBLIGACIONES

Es obligatorio el uso de casco protector y muy recomendable el llevar teléfono móvil y material de reparación necesario para cualquier avería. No es obligación de la organización facilitar al corredor herramientas ni repuestos para la bicicleta. Cualquier duda surgida en el momento de la prueba y que no esté reflejada en este reglamento será resuelta por el Comité de Competición formado por el Juez Árbitro y la Organización.

4. SERVICIOS DE LA PRUEBA

- Dispositivo de señalización del circuito.
- Dispositivo de seguridad en toda la etapa.
- Seguro de accidentes.
- Seguro de Responsabilidad Civil.
- Servicios médicos- Sanitarios. (2 ambulancias SVB, SVA, técnicos y médico)
- Zona limpieza bici en Pabellón Polideportivo
- Servicio de avituallamiento en etapa y final de etapa
- Zona de duchas en Pabellón Polideportivo
- Regalos conmemorativos variados y bolsa del corredor.
- Trofeos a los primeros de cada categoría y general (Masc y fem)



5. ZONA CARPAS EQUIPOS

Como todos los años, en la recta de salida, los equipos que así lo deseen podrán solicitar espacio para colocar su carpa de equipo. El espacio es limitado y para garantizar el orden y seguridad de la zona se deberá enviar un mail al club, reservando dicho espacio. En caso contrario no garantizamos que los servicios de seguridad dejen colocar carpas ese día.

Email: osesfolaarros@gmail.com

Asunto: Reserva zona técnica TG#1 AMES



Concello de AMES

6. ACCESOS A PUNTOS IMPORTANTES

RECOGIDA DE DORSALES – SALIDA – META (OFICINA PERMANENTE)

GPS: <https://goo.gl/maps/8RzRkdn1VsCu2nv28>



DUCHAS Y LAVADO DE BICICLETAS (DISPONIBLE DESDE 11:30 A 15:00)

GPS: <https://goo.gl/maps/T1f4W9knfNad23GS9>



ZONA ASISTENCIA TÉCNICA CORREDORES PIÑEIRO (KM 14,9 – 45,9)

GPS: <https://maps.app.goo.gl/DWfrxboqvxe29PP16>

HORAS DE PASO: (10:05 A 10:45 - Vuelta 1) (11:20 a 12:45 Vuelta 2)



ZONA ASISTENCIA TÉCNICA CORREDORES PAZO DA PEREGRINA (KM 0 – 33)

GPS: <https://maps.app.goo.gl/gyqxxk2oKD2VdERFN9>

HORAS DE PASO: (10:49 A 11:42 – Paso por meta vuelta 1 para 2)



ZONA ESPECTÁCULO TRIALERAS ALDEA NOVA E BAIXADA ALTA TENSIÓN

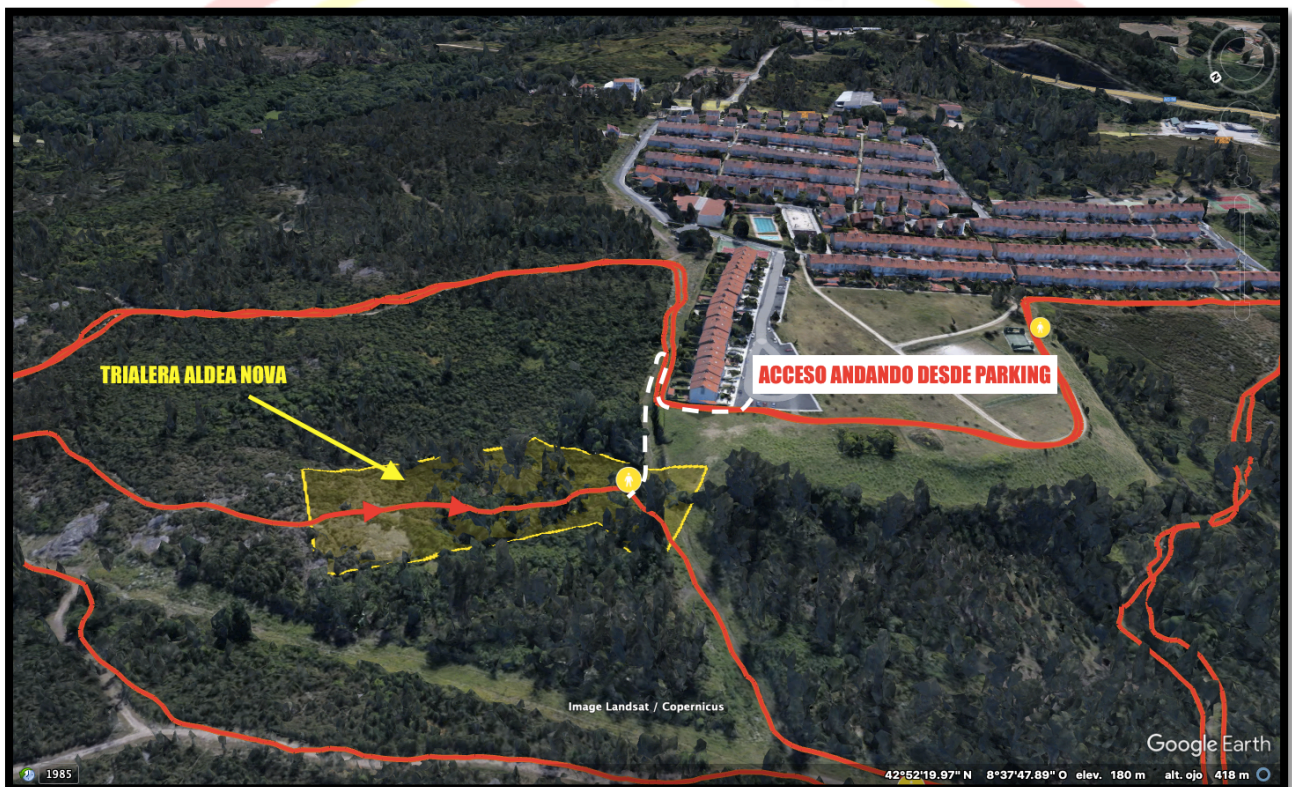
Muy próximas a Bertamiráns, tenemos dos zonas en las que el público podrá ver y animar a los ciclistas. Son pasos en los que la pericia y el espectáculo está asegurado. Para acceder debemos ir en coche y una vez en los puntos caminar unos metros para llegar a los tramos. *(Para cualquier duda ponerse en contacto con la organización).*

ACCESO COCHE TRIALERA ALDEA NOVA

GPS: <https://maps.app.goo.gl/96SSG6unnCyyJUkN6>

NOTA: una vez en este punto nos desplazaremos andando unos 300m y nos encontraremos con el descenso de los ciclistas. Habrá miembros de la organización para cualquier duda. Seguir andando la línea de puntos blanca de la imagen.

HORAS DE PASO: (10:41 A 11:28 - Vuelta 1) (11:55 a 13:32 Vuelta 2)



ACCESO COCHE ALTA Tensión

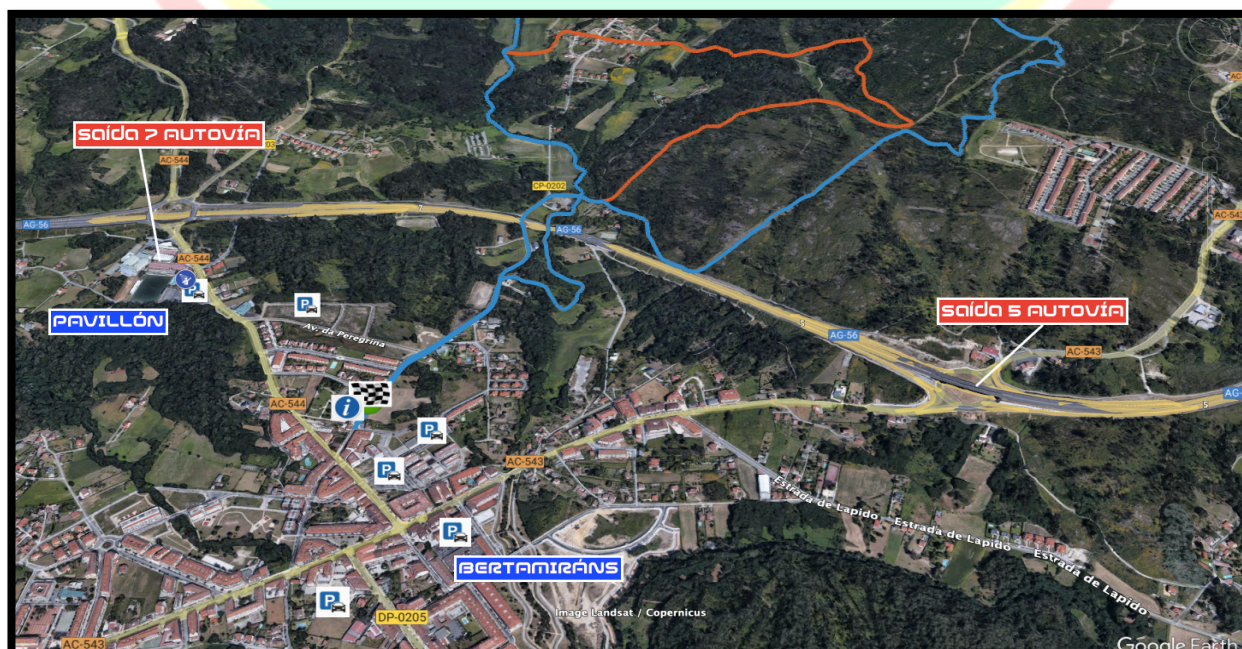
GPS: <https://maps.app.goo.gl/7Sy8aE3vX8STCyQL7>

NOTA: una vez en este punto de aparcamiento, nos desplazaremos andando unos 500m y nos encontraremos con el descenso de los ciclistas. Habrá miembros de la organización para cualquier duda. El acceso en coche es complicado salvo con vehículos todoterreno. Hay que seguir la pista de servicio de la autovía y llegaremos al final de la trialera. Seguir la línea blanca de la imagen.

HORAS DE PASO: (10:41 A 11:28 - Vuelta 1) (11:55 a 13:32 Vuelta 2)



ACCESOS A BERTAMIRÁNS POR AUTOVÍA SANTIAGO-NOIA



APARCAMIENTOS RECOMENDADOS DÍA DA PROBA



ZONA 1: ÁREA DEPORTIVA - PABELLÓN (600M SALIDA)

GPS: <https://maps.app.goo.gl/6NyGHD4KJfZpQKoKA>

ZONA 2: ZONA SIN URBANIZAR PRÓXIMA PABELLÓN (400M SALIDA)

GPS: <https://maps.app.goo.gl/D7E4zXrEH61ECdAQ7>

ZONA 3: PARKING CENTRO (PISCINA TELLEIRA) (200M SALIDA)

GPS: <https://maps.app.goo.gl/642Ux3ZaLDGMpopM8>

ZONA 4: CALLES ALREDEDOR PISCINA TELLEIRA (100M SALIDA)

GPS: <https://maps.app.goo.gl/NufSR1W8XxvTqHej9>

ZONA 5: PARKING CARREFOUR (500M SALIDA)

GPS: <https://maps.app.goo.gl/qebqQ4dAj71oQGA8>

ZONA 6: PARKING PRÓXIMO CASA CONCELLO (600M SALIDA)

GPS: <https://maps.app.goo.gl/MEKHHkWJEJmQg6U26>

6. RUTÓMETRO TRANSGALAICA AMES

Hora comienzo Prueba: 09:30

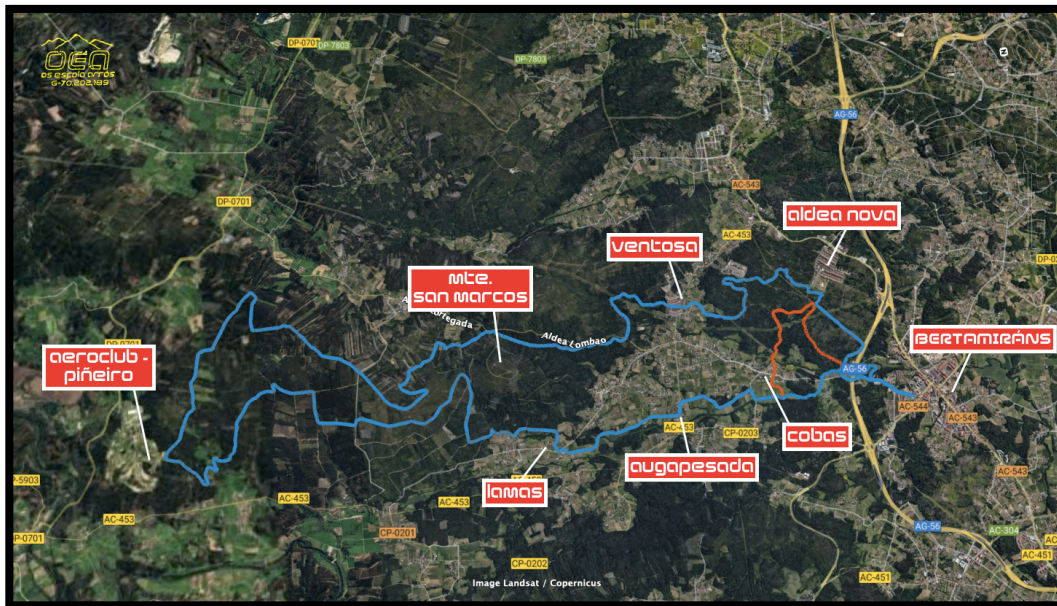
Distancia 1ª vuelta: 33 km
Distancia 2ª vuelta: 31 km

T. META 1 V	11:42	11:20	11:00	10:49
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) SAÍDA	0				
1	Desvío derecha "Casa de Mallo" (V1)	0,9	09:33	09:33	09:32	09:32
2	Inicio subida Alda Nova (entramos monte) (V1)	1,1	09:34	09:33	09:32	09:32
3	Desvío esquerda hacia pista terra (V1)	2,2	09:38	09:37	09:36	09:35
4	Cruce esquerda hacia pista (V1)	2,7	09:40	09:39	09:37	09:36
5.1	Salida a pista asfalto seguimos hacia direita (V1)	3,4	09:43	09:41	09:39	09:38
5.2	Seguimos recto en pista asfalto (V1)	3,5	09:44	09:41	09:39	09:38
5.3	Cruce con estrada de Covas - Bertamirans, seguimos recto (V1)	3,7	09:44	09:42	09:40	09:38
6	Baixa resbaladiza cemento (precaución) e curva esquerda	3,8	09:45	09:42	09:40	09:39
7	Curva derecha hacia sendeiro "Rego dos Pasos" - Puente estreito	4,1	09:46	09:43	09:41	09:39
8.1	Salida a pista asfalto seguimos hacia direita (V1)	4,5	09:48	09:45	09:42	09:40
8.2	Cruce esquerda hacia pista terra (V1)	4,6	09:48	09:45	09:42	09:41
9	Giro esquerda en AC-453 (Cruce Augapitada) (V1)	5,6	09:52	09:48	09:45	09:43
10.1	Cruce de Augapitada AC-453 - P. LOCAL (V1)	5,7	09:52	09:49	09:45	09:43
10.2	Cruce de Augapitada AC-453 - P. LOCAL giro derecha (V1)	5,8	09:53	09:49	09:45	09:43
11	Desvío esquerda en cruce "Casa da Avoa" hacia pista local (V1)	6,2	09:54	09:50	09:46	09:44
12.1	Salida a pista asfalto giramos hacia direita (V1)	7,4	09:59	09:54	09:50	09:47
12.2	Giro esquerda en cruce con estrada local dirección "Lamas" (V1)	7,5	10:00	09:55	09:50	09:48
12.3	Giro derecha hacia interior aldea de Lamas (V1)	7,6	10:00	09:55	09:50	09:48
13	Giro derecha en interior de Lamas - (I. Puerto) (V1)	7,7	10:00	09:55	09:51	09:48
14	Giro pronunciado derecha hacia "Sendeiro Riamonte" (V1)	8,4	10:03	09:58	09:52	09:50
15	Giro esquerda hacia pista terra - Precaución rampa (V1)	8,8	10:05	09:59	09:54	09:51
16	Lixeiro desvío esquerda hacia subida pronunciada - Pozo (V1)	9,9	10:09	10:03	09:57	09:53
17.1	Cruce con estrada local e giro esquerda (Fin Puerto) (V1)	11,7	10:16	10:09	10:01	09:58
17.2	Giro derecha hacia pista terra - Precaución (V1)	11,7	10:16	10:09	10:01	09:58
18	Cruce de camiños giro esquerda e giro derecha (V1)	13,2	10:22	10:14	10:06	10:01
19	Avituallamiento - Zona técnica Piñico (V1)	14,9	10:29	10:19	10:10	10:05
19.1	Cruce con pista asfalto giro esquerda (I. Puerto) (V1)	14,9	10:29	10:19	10:10	10:05
19.2	Giro derecha hacia sendeiro (V1)	15,1	10:30	10:20	10:11	10:06
20.1	Salida pista terra en Aeroclub - giro derecha (V1)	15,8	10:33	10:22	10:13	10:07
20.2	Lixeiro desvío esquerda seguindo pista (V1)	16,5	10:36	10:25	10:15	10:09
21	Cruce con pista seguimos derecha (V1)	18,2	10:42	10:30	10:19	10:13
22.1	Cruce con pista terra curva pronunciada esquerda (V1)	18,7	10:44	10:32	10:21	10:14
22.2	Desvío derecha hacia sendeiro "Alto basurero" (V1)	19,2	10:46	10:34	10:22	10:16
23.1	Cruce PELIGROSO "Alto de Cortegada" (V1)	20,3	10:51	10:37	10:25	10:18
23.2	Cruce PELIGROSO "Alto de Cortegada" (V1)	20,3	10:51	10:37	10:25	10:18
24.1	Curva esquerda pronunciada baixad Liñaredo (V1)	21,5	10:56	10:41	10:28	10:21
24.2	Cruce con pista seguimos derecha (V1)	21,9	10:57	10:43	10:29	10:22
25	Desvío derecha hacia sendeiro "Sendeiro Guapo" (V1)	22,7	11:00	10:45	10:31	10:24
26.1	Salida a estrada "Alto do S. Marcos" - giro derecha por "cuneta" (V1)	23,5	11:04	10:48	10:34	10:26
26.2	Desvío derecha hacia baixada pronunciada (V1)	23,6	11:04	10:48	10:34	10:26
27	Baixada pronunciada perigosa lixeiro desvío esquerda (V1)	24,6	11:08	10:52	10:37	10:29
28.1	Cruce "Casa do Português" seguimos recto (V1)	25,4	11:11	10:54	10:39	10:30
28.2	Cruce "Casa do Português" seguimos recto (V1)	25,4	11:11	10:54	10:39	10:30
29	Cruce en "Chalets de Ventosa" seguimos recto (V1)	27	11:18	11:00	10:43	10:34
30.1	Cruce de VENTOSA en AC-453 (V1)	27,2	11:18	11:00	10:44	10:35
30.2	Cruce de VENTOSA en AC-453 (V1)	27,2	11:18	11:00	10:44	10:35
31	Desvío esquerda hacia pista terra (V1)	27,4	11:19	11:01	10:44	10:35
32	Giro esquerda hacia pista terra en subida (V1)	29	11:22	11:03	10:46	10:37
33	Giro derecha hacia sendeiro en subida (V1)	28,6	11:24	11:05	10:48	10:38
34	Salida "pump track Alda Nova e seguir sendeiro (V1)	29,7	11:28	11:09	10:51	10:41
35	Giro derecha - sendeiro - giro esquerda en Alda nova (V1)	30,1	11:30	11:10	10:52	10:42
36	Giro esquerda hacia baixada "Alta Tensión" (V1)	30,5	11:32	11:11	10:53	10:43
37	Pedras metade baixada "Alta tensión" - precaución (V1)	31	11:34	11:13	10:54	10:44
38	Salida a pista de servicio autovia fin baixada (V1)	31,3	11:35	11:14	10:55	10:45
2	Salida sendeiro a estrada local lixeiro giro esquerda (V1)	31,7	11:36	11:15	10:56	10:46
2	Giro esquerda hacia sendeiro "Rego dos Pasos" V1	31,8	11:37	11:16	10:56	10:46
39	Giro esquerda hacia estrada asfalto - CARRIL ESQUERDO (V1)	32,6	11:40	11:18	10:58	10:48
0	Pazo da Peregrina (V1) META E SAÍDA (V2) - GIRO 180º	33	11:42	11:20	11:00	10:49
1	Desvío derecha "Casa de Mallo" (V2)	33,9	11:45	11:23	11:02	10:51
2	Giro esquerda hacia sendeiro "Rego dos Pasos" (V2)	34	11:46	11:23	11:02	10:51
40	Cruce con estrada local de Covas seguimos recto sendeiro (V2)	34,3	11:47	11:24	11:03	10:52
7	Seguimos recto hacia sendeiro "Rego dos Pasos" - Puente estreito (V2)	35	11:50	11:26	11:05	10:54
8.1	Salida a pista asfalto seguimos hacia direita (V2)	35,4	11:51	11:28	11:06	10:54
8.2	Cruce esquerda hacia pista terra (V2)	35,5	11:52	11:28	11:06	10:55
9	Giro esquerda en AC-453 (Cruce Augapitada) (V2)	36,6	11:56	11:32	11:09	10:57
10.1	Cruce de Augapitada AC-453 - P. LOCAL (V2)	36,6	11:56	11:32	11:09	10:57
10.2	Cruce de Augapitada AC-453 - P. LOCAL giro derecha (V2)	36,7	11:56	11:32	11:10	10:58
11	Desvío esquerda en cruce "Casa da Avoa" hacia pista local (V2)	37,1	11:58	11:33	11:11	10:59
12.1	Salida a pista asfalto giramos hacia direita (V2)	38,3	12:03	11:37	11:14	11:01
12.2	Giro esquerda en cruce con estrada local dirección "Lamas" (V2)	38,4	12:03	11:38	11:14	11:02
12.3	Giro derecha hacia interior aldea de Lamas (V2)	38,5	12:04	11:38	11:15	11:02
13	Giro derecha en interior de Lamas - (I. Puerto) (V2)	38,6	12:04	11:38	11:15	11:02
14	Giro pronunciado derecha hacia "Sendeiro Riamonte" (V2)	39,3	12:07	11:41	11:17	11:04
15	Giro esquerda hacia pista terra - Precaución rampa (V2)	39,7	12:08	11:42	11:18	11:05
16	Lixeiro desvío esquerda hacia subida pronunciada - Pozo (V2)	40,8	12:13	11:46	11:21	11:07
17.1	Cruce con estrada local e giro esquerda (Fin Puerto) (V2)	42,6	12:20	11:52	11:26	11:12
17.2	Giro derecha hacia pista terra - Precaución (V2)	42,3	12:19	11:51	11:25	11:11
18	Cruce de camiños giro esquerda e giro derecha (V2)	44,1	12:26	11:57	11:30	11:15
19	Avituallamiento - Zona técnica Piñico (V2)	45,9	12:33	12:03	11:35	11:20
19.1	Cruce con pista asfalto giro esquerda (I. Puerto) (V2)	45,9	12:33	12:03	11:35	11:20
19.2	Giro derecha hacia sendeiro (V2)	46	12:34	12:03	11:35	11:20
20.1	Salida pista terra en Aeroclub - giro derecha (V2)	46,7	12:36	12:05	11:37	11:22
20.2	Lixeiro desvío esquerda seguindo pista (V2)	47,4	12:39	12:08	11:39	11:23
21	Cruce con pista seguimos derecha (V2)	49,1	12:46	12:13	11:43	11:27
22.1	Cruce con pista terra curva pronunciada esquerda (V2)	49,6	12:48	12:15	11:45	11:29
22.2	Desvío derecha hacia sendeiro "Alto basurero" (V2)	50,1	12:50	12:17	11:46	11:30
23.1	Cruce PELIGROSO "Alto de Cortegada" (V2)	51,2	12:54	12:20	11:49	11:32
23.2	Cruce PELIGROSO "Alto de Cortegada" (V2)	51,2	12:54	12:20	11:49	11:32
24.1	Curva esquerda pronunciada baixad Liñaredo (V2)	52,4	12:59	12:24	11:52	11:35
24.2	Cruce con pista seguimos derecha (V2)	52,7	13:00	12:25	11:53	11:36
25	Desvío derecha hacia sendeiro "Sendeiro Guapo" (V2)	53,5	13:04	12:28	11:55	11:38
26.1	Salida a estrada "Alto do S. Marcos" - giro derecha por "cuneta" (V2)	54,3	13:07	12:31	11:58	11:40
26.2	Desvío derecha hacia baixada pronunciada (V2)	54,4	13:07	12:31	11:58	11:40
27	Baixada pronunciada perigosa lixeiro desvío esquerda (V2)	54,9	13:09	12:33	11:59	11:41
28.1	Cruce "Casa do Português" seguimos recto (V2)	56,2	13:14	12:37	12:03	11:44
28.2	Cruce "Casa do Português" seguimos recto (V2)	56,2	13:14	12:37	12:03	11:44
29	Cruce en "Chalets de Ventosa" seguimos recto (V2)	57,9	13:21	12:43	12:07	11:48
30.1	Cruce de VENTOSA en AC-453 (V2)	58	13:22	12:43	12:08	11:49
30.2	Cruce de VENTOSA en AC-453 (V2)	58	13:22	12:43	12:08	11:49
31	Desvío esquerda hacia pista terra (V2)	58,3	13:23	12:44	12:09	11:49
32	Giro esquerda hacia pista terra en subida (V2)	58,9	13:25	12:46	12:10	11:51
33	Giro derecha hacia sendeiro en subida (V2)	59,4	13:27	12:48	12:12	11:52
34	Salida "pump track Alda Nova e seguir sendeiro (V2)	60,5	13:32	12:51	12:15	11:55
35	Giro derecha - sendeiro - giro esquerda en Alda nova (V2)	60,9	13:33	12:53	12:16	11:56
36	Giro esquerda hacia baixada "Alta Tensión" (V2)	61,4	13:35	12:54	12:17	11:57
37	Pedras metade baixada "Alta tensión" - precaución (V2)	61,9	13:37	12:56	12:18	11:58
38	Salida a pista de servicio autovia fin baixada (V2)	62,1	13:38	12:57	12:19	11:59
2	Salida sendeiro a estrada local lixeiro giro esquerda (V2)	62,5	13:40	12:58	12:20	12:00
2	Giro esquerda hacia sendeiro "Rego dos Pasos" (V2)	62,6	13:40	12:58	12:20	12:00
39	Giro esquerda hacia estrada asfalto - CARRIL ESQUERDO (V2)	63,4	13:43	13:01	12:22	12:02
0	Pazo da Peregrina (V2) META	64	13:46	13:03	12:24	12:03

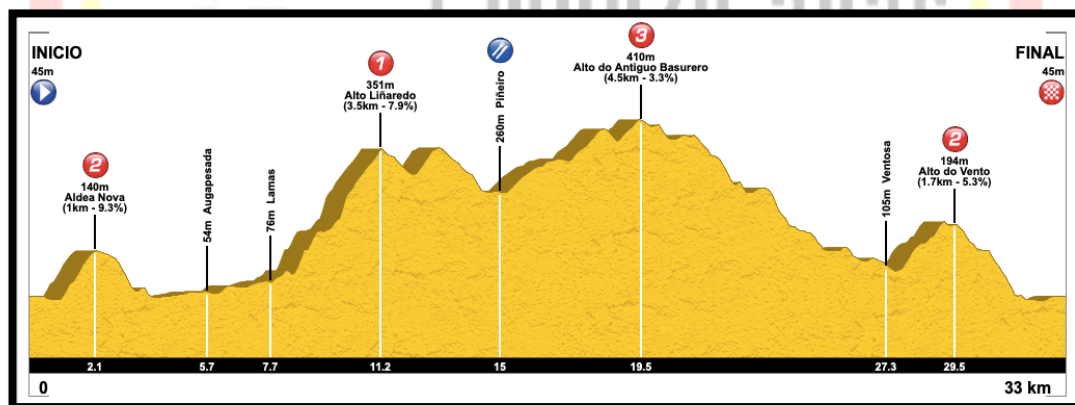
7. CIRCUITO 2025

CIRCUITO – VISTA GENERAL



CIRCUITO_PERFIL

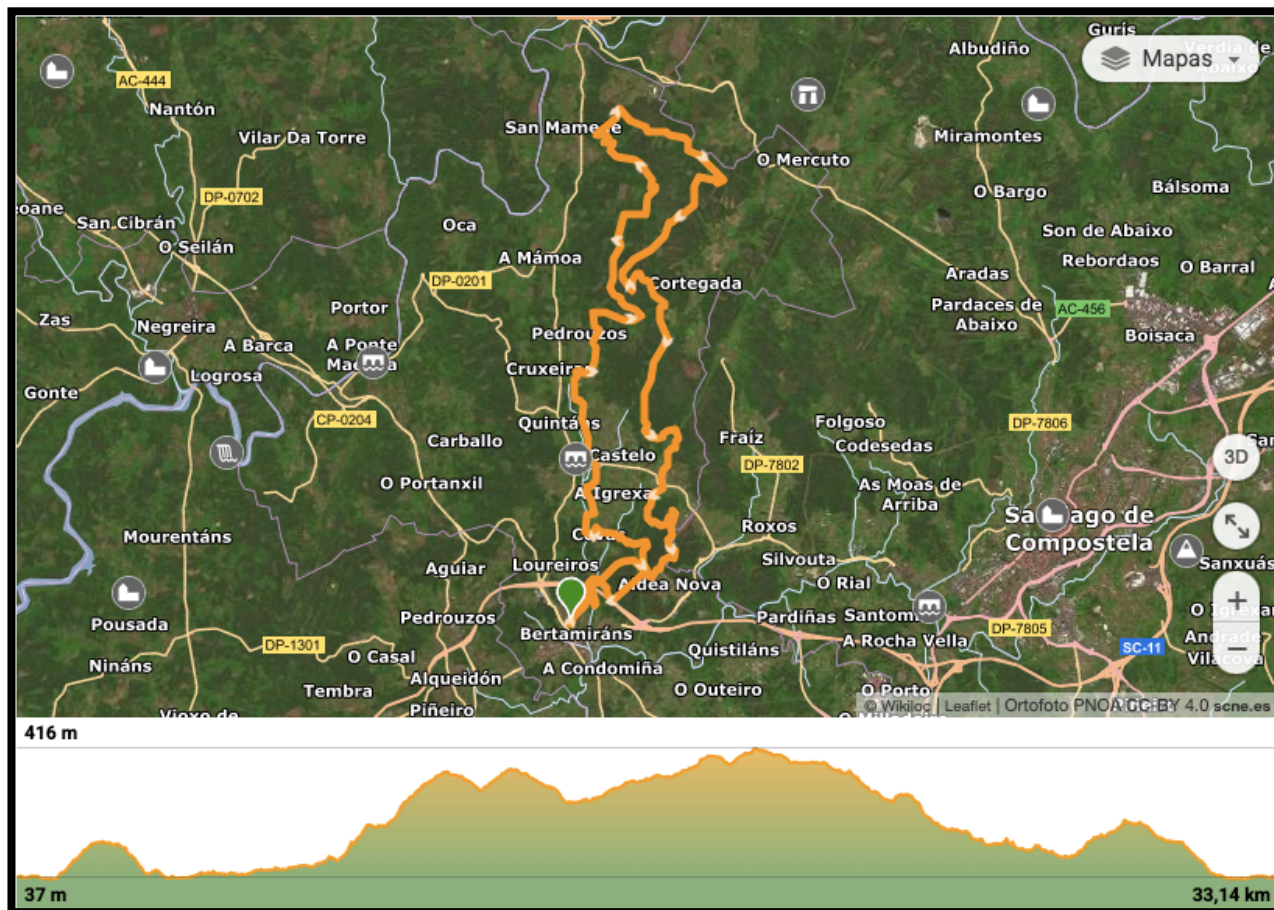
64KM 1700M+ APROX



NOTA: en la 2ª vuelta, no subiremos a la zona de Aldea Nova y directamente iremos por el sendero fluvial "Rego dos Pasos" que estará debidamente indicado el día de la prueba por personal de la organización.

TRACK DEL CIRCUITO – ENLACE WIKILOC 2026

[ENLACE DESCARGA AQUÍ](#)



8. DETALLE CONMEMORATIVO TG#2



Como todos los años, todo participante de la prueba recibirá una bolsa de corredor donde estará nuestro regalo más significativo, el bidón #OEAPOWER edición 10 ANIVERSARIO.

A lo largo de los años hemos entregado casi 2000 bidones y ya es habitual verlos por pruebas de toda España.

Y como novedad, gracias a Los Ángeles Gas, haremos entrega a cada participante de un paraguasiii



9. ENTIDADES COLABORADORAS



The poster features a scenic background of a river flowing under a stone bridge, with two mountain bikers riding through the water. The text 'TRANSGALAICA CONCELLO DE AMES' is prominently displayed in white and yellow, with '10 DÉCIMA EDICION' in a laurel wreath. Below the image, the text 'PATROCINADORES OFICIALES' is written in yellow. Two logos are shown: 'Los Ángeles GAS' with a stylized sun logo, and 'santa eulalia autoescuela' with a car icon.

**TRANSGALAICA
CONCELLO DE AMES**

**10
DÉCIMA
EDICION**

PATROCINADORES OFICIALES

Los Ángeles GAS

**santa eulalia
autoescuela**





vacavella
asador - restaurante



José D. Ramos Balboa
Odontólogo

Aalca

Modesto Vázquez

RD REVESTIMIENTOS
VAL DO DUBRA

SANTOS
TALLER DE MAQUINARIA
FORESTAL-AGRICOLA-JARDIN

POWER ADE

CYCLING MONKEY



10. SALUDO DE LAS AUTORIDADES

EXCMO. SR. JOSÉ BLAS GARCÍA PIÑEIRO Alcalde de Ames

Pois xa fai tempo que empezamos con esto da Transgalaica. Foi aló polo ano 2016 cando estes gladiadores e gladiadoras do pedal comenzaron a percorrer os montes e as pistas do noso Concello: a saltar como cabras polo Monte San Marcos ou a subir polas pistas de Aldea Nova, con choiva, frío, sol, barro, polvo, ... o que se lle poña por diante.

Aínda lembro a edición do ano 2022 cando una chea de participantes sufriran hipotermias polo brusco cambio climático e aqueles correrodes e correras que chegaban á meta parecía que viñan da guerra de Ucraia en vez de correr una etapa de BTT. Son xa moitos anos e xa 10 edicións desta proba que xa está arraigada no Concello de Ames, e que xa é tradición ver eses centos de amantes da bicicleta de montaña conquistar Bertamiráns un domingo pola mañá e desfrutar eles e facernos desfrutar a nós da súa presenza.

Grazas a todas e a todos estes gladiadores do pedal por visitarnos, grazas á organización por contar con Ames, grazas a Protección Civil e á Policía Local por axudar, grazas ao departamento de Deportes por coordinar, e mil grazas ao club OEA, os nosos Esfolas Arrós, por facer todo moito máis doado e por estar sempre aí.

Longa vida á Transgalaica.

SRA. SUSANA SEÑORÍS Concelleira de deportes

Como concelleira de Deportes de Ames, que se celebren eventos deportivos no noso concello sempre é un orgullo, por todo o que aportan, xa que non é unicamente a repercusión deportiva, senón tamén a promoción turística, do comercio..

Xa vamos pola décima edición da Transgalaica en Ames, unha proba que queda marcada no noso calendario dun ano para outro. E un percorrido no que os ciclistas gozan polo seu trazado, saíndo do Pazo da Peregrina no centro de Bertamiráns e percorrendo distintas aldeas e lugares emblemáticos, como o monte San Marcos, os muiños de Riamontes... un circuito igual a edición anterior na primeira volta, pero que na segunda, acorta o percorrido descubrindo novos lugares.

Agardo que esta décima edición sexa un éxito coma as anteriores, e sigamos desfrutando no concello do deporte sobre dúas rodas.

Grazas de antemán ao club ciclista Os Esfolas Arrós polo seu traballo e implicación, así como a Policía Local, voluntarios de Protección Civil, traballadores da Concellería de Deportes, a empresa Team Relay e a Federación Galega de Ciclismo, que entre todos fan que esta proba sexa un éxito ano tras ano.