

# 03 CAMIÑO DE OURENSE. ESGOS - RUBIÁ (ALTO DO CASTELO)



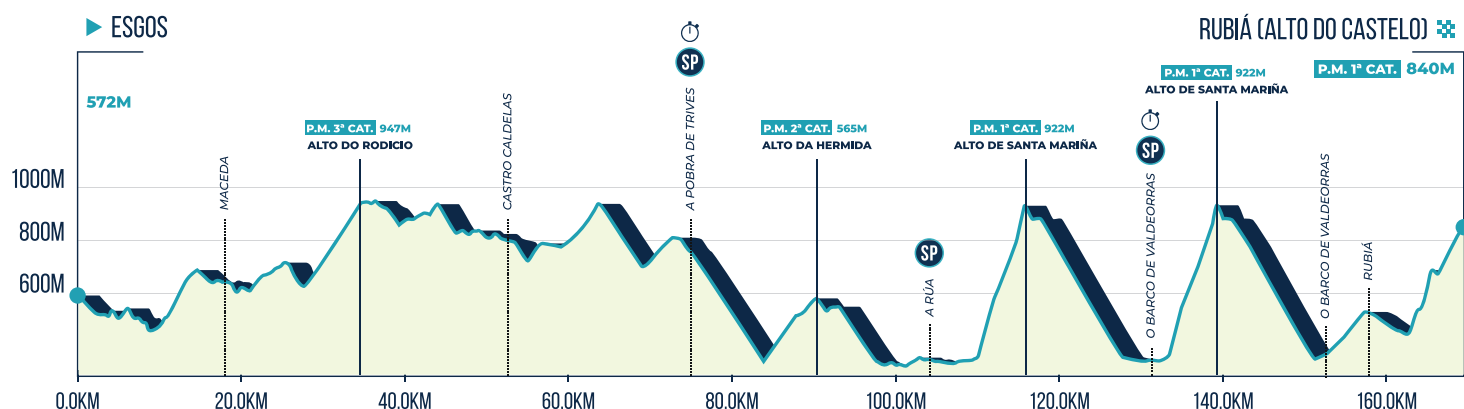
## 163KM 3845M DESNIVEL



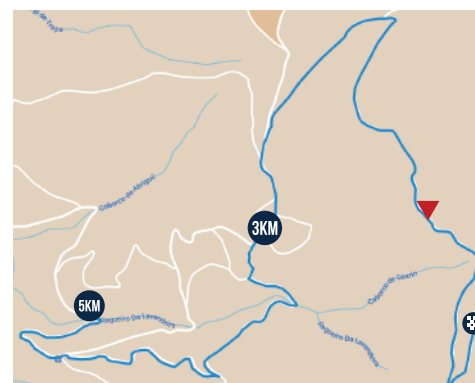
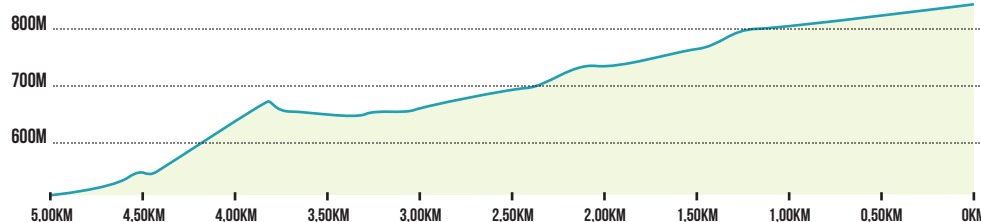
CONTROL DE FIRMAS	11:10 - 12:40	RÚA DO PÁRROCO D. JOSÉ RAMÓN IGLESIAS. ESGOS
LLAMADA CICLISTAS	12:50	RÚA DO PÁRROCO D. JOSÉ RAMÓN IGLESIAS. ESGOS
SALIDA NEUTRALIZADA	12:55	3,8KM NEUTRALIZADOS. SALIDA POR RÚA SOUTEIRA, ACCEDIENDO A LA CARRETERA OU-536. A 3KM EN O PINTO. SE GIRA A LA IZQUIERDA POR UNA CARRETERA MÁIS ESTRECHA Y FIRME IRREGULAR, A 800 METROS DEL CRUCE ESTARÁ EL KM 0.

	VIAL	KM CARRERA	KM A META	HORARIO PREVISTO		
				37KM/H	39KM/H	41KM/H
<b>KM 0. Laioso.</b>	OU-0105	0,00	163,00	13:30	13:30	13:30
<b>SAN XES</b> , precaución curva en descenso	OU-0105	2,30	160,70	13:33	13:33	13:33
<b>RIOSECO</b> , cruce guiro izquierda por OU-101, dirección Maceda	OU-0105	5,10	157,90	13:38	13:37	13:37
<b>CONCELLO DE MACEDA</b>	OU-0105	6,10	156,90	13:39	13:39	13:38
<b>Maceda</b> , rúa Cardenal Quiroga Palacios, rúa do Toural, rúa As Canteiras.	OU-101	14,70	148,30	13:53	13:52	13:51
<b>Vilarellos</b> , seguir por OU-104	OU-101	18,00	145,00	13:59	13:57	13:56
<b>Zorelle</b> , seguir por OU-104	OU-104	18,60	144,40	14:00	13:58	13:57
<b>Bustavalle</b> , seguir por OU-104	OU-104	19,50	143,50	14:01	14:00	13:58
<b>Alto do Couso</b> , cruce seguir derecha por OU-536 dirección Pobra de Trives	OU-104	21,10	141,90	14:04	14:02	14:00
<b>A Carmalleira</b> , seguir por OU-536, dirección Pobra de Trives	OU-104	23,70	139,30	14:08	14:06	14:04
<b>XUNQUEIRA DE ESPADAÑEDO, COMIENZA PUERTO</b>	OU-536	24,40	138,60	14:09	14:07	14:05
<b>PREMIO DE MONTAÑA ALTO DO RODICIO. 3ª CAT</b>	OU-536	30,60	132,40	14:19	14:17	14:14
<b>CASSETAS DO RODICIO</b> , seguir por OU-536	OU-536	31,60	131,40	14:21	14:18	14:16
<b>CONCELLO DE MONTEDERAMO</b>	OU-536	32,80	131,40	14:23	14:20	14:18
<b>VILARIÑO FRÍO</b> , seguir por OU-536	OU-536	35,70	127,30	14:27	14:24	14:22
<b>LEBOREIRO</b> , seguir por OU-536	OU-536	36,80	127,30	14:29	14:26	14:23
<b>CASSETAS DE SEOANE</b> , seguir por OU-536	OU-536	37,90	125,10	14:31	14:28	14:25
<b>CASTIÑEIRAS DE SEOANE</b> , seguir por OU-536	OU-536	39,10	123,90	14:25	14:30	14:27
<b>CONCELLO A TEIXEIRA</b>	OU-536	40,00	123,00	14:34	14:31	14:28
<b>VALILONGO</b> , seguir por OU-536	OU-536	40,50	122,50	14:35	14:32	14:29
<b>BUSTELOS</b> , seguir por OU-536	OU-536	43,20	119,80	14:40	14:36	14:33
<b>ALENZA</b> , seguir por OU-536	OU-536	43,80	119,20	14:41	14:37	14:34
<b>CASTRO CALDELAS</b> , seguir por OU-536. Av Ourense, av Padre Feijóo.	OU-536	48,00	115,00	14:47	14:43	14:40
<b>SAS DE PENELAS</b> , seguir por OU-536	OU-536	54,60	108,40	14:58	14:54	14:49
<b>CONCELLO POBRA DE TRIVES</b>	OU-536	64,40	98,60	15:14	15:09	15:04
<b>SAS DE XUNQUEIRA</b> , seguir por OU-536	OU-536	67,80	95,20	15:19	15:14	15:09
<b>A POBRA DE TRIVES</b> , av de Ourense, rúa Marques de Trives, av Otero Pedrayo. Seguir por OU-636.	OU-536 OU-536	69,30	93,70	15:22	15:16	15:11
<b>SPRINT VERDE</b> rúa Eumenio Ancochea. Seguir por OU-636, av Otero Pedrayo.	OU-536	70,70	92,30	15:24	15:18	15:13
Puente romana del Bibey, precaución estrcho. <b>COMIENZA PUERTO.</b>		79,20	83,80	15:38	15:31	15:25
<b>PREMIO DE MONTAÑA - ALTO DA HERMIDA. 2ª CAT</b>	OU-636	85,20	77,80	15:48	15:41	15:34
<b>LAROUCO</b> , seguir por OU-636	OU-636	87,20	75,80	15:51	15:44	15:37
<b>FREIXIDO DE ARRIBA</b> , seguir por OU-636	OU-636	90,50	72,50	15:56	15:49	15:42
<b>FREIXIDO DE ABAIXO</b> , seguir por OU-636	OU-636	90,90	72,10	15:57	15:49	15:43
Cruce giro izquierda dirección A Rúa por OU-533	OU-636	92,00	71,00	15:59	15:51	15:44
<b>A RÚA</b> , rotoda seguir recto por OU-603. Rúa do Progreso	OU-636	94,40	68,60	16:03	15:55	15:48
<b>SPRINT VERDE</b> <b>A RÚA</b> . Antes semáforo del cruce.	OU-533	95,40	67,60	16:04	15:56	15:49
Rotonda, seguir por rúa Campo Grande, rúa San Roque	OU-603	95,80	67,20	16:05	15:57	15:50
Cruce con N-120, seguir por la derecha dirección O Barco por carretera N-536	N-536	97,90	65,10	16:08	16:00	15:53
<b>VILAMARTÍN DE VALDEORRAS</b> , rúa Miguel de Cervantes,	N-536	100,30	62,70	16:12	16:04	15:56
Rotonda, incorporación a la N-120 dirección O Barco	N-120	101,10	61,90	16:13	16:05	15:57
Cruce giro derecha. Indica Nave Fabricación Pizarra. Av de Galicia		102,00	61,00	16:15	16:06	15:59
<b>ARNADO</b> , precaución paso estrecho		104,30	58,70	16:19	16:10	16:02
<b>VALES</b> , cruce a la derecha, dirección Vales. <b>COMIENZA PUERTO</b>		105,20	57,80	16:20	16:11	16:03
<b>PREMIO DE MONTAÑA. ALTO DE SANTA MARIÑA 1ª CAT</b>		110,50	52,50	16:29	16:20	16:11
<b>SANTIGOSO</b> , giro izquierda brusco en descenso para enlazar con OU-121		110,50	49,30	16:34	16:24	16:16

Precaución descenso puerto. Cruce giro izquierda, entramos en OU-121.	OU-121	114,10	48,90	16:35	16:25	16:16
Cruce, seguimos descenso dirección Cesuras, O Barco	OU-121	119,50	43,50	16:43	16:33	16:24
Precaución zona de curvas en descenso, seguipor OU-121 dirección Cesuras, O Barco	OU-121	119,90	43,10	16:44	16:34	16:25
<b>VILOIRA</b> , precaución puente estrecho, seguir por rúa da Portela	OU-121	121,90	41,10	16:47	16:37	16:28
<b>O BARCO</b> , av Manuel Quiroga, av Conde de Fenosa. <b>SPRINT VERDE.</b> <b>SP</b>	N-536	123,20	39,80	16:49	16:39	16:30
Rotonda, seguir por av de Galicia	N-536	124,30	38,70	16:51	16:41	16:31
Rotonda polígono A Raña, giro izquierda para entrar al polígono,		125,70	37,30	16:53	16:43	16:33
Cruce derecha, dirección Arnado		127,00	36,00	16:55	16:45	16:35
<b>VALES</b> , cuce izquierda, segundo paso. <b>COMIENZA PUERTO.</b>		128,00	35,00	16:57	16:46	16:37
<b>PREMIO DE MONTAÑA. ALTO DE SANTA MARIÑA 1ª CAT</b> <b>PM</b>		133,30	29,70	17:06	16:55	16:45
<b>SANTIAGOSO</b> , giro izquierda brusco en descenso para enlazar con OU-121		136,50	26,50	17:11	17:00	16:49
Precaución descenso puerto. Cruce giro izquierda, entramos en OU-121	OU-121	136,90	26,10	17:12	17:00	16:50
<b>VILOIRA</b> , precaución puente estrecho, seguir por rúa da Portela	OU-121	144,70	18,30	17:24	17:12	17:01
<b>RUBIÁ</b> , seguir por OU-622, dirección Veiga de Cascallá	OU-622	150,10	12,90	17:33	17:20	17:09
Precaución, paso estrecho	OU-622	151,30	11,70	17:35	17:22	17:11
<b>A VEIGA DE CASCALLÁ</b> , precaución giro pronunciado a la derecha en zona rápida.		155,80	7,20	17:42	17:29	17:18
Plaza, giro izquierda hacia rúa da porta da Igrexa		156,00	7,00	17:42	17:30	17:18
Al paso por el puente. <b>COMIENZA PUERTO</b>		156,10	6,90	17:43	17:30	17:22
<b>O BARRIO</b> , giro a la derecha, hacia la iglesia		158,60	4,40	17:47	17:34	17:23
Giro brusco a la izquierda hacia Castelo, precaución		159,30	3,70	17:48	17:35	17:05
Castelo, seguir por la derecha, hacia Quereño		160,00	3,00	17:49	17:36	17:24
Cruce, coger a la derecha, dirección Quereño		160,50	2,50	17:50	17:36	17:24
<b>PREMIO MONTAÑA 1ª CAT.</b> <b>PM</b> <b>META.</b>		163,00	0,00	17:54	17:40	17:28



## ÚLTIMOS 5KM. PERFIL, MAPA Y DESCRIPCIÓN



Tras el paso por A Veiga de Cascallá, los últimos 5Km son en ascenso al alto donde terminará la etapa. El alto do Castelo es un puerto de 6,90Km con una pendiente media del 6,42%, pero con rampas que llegan al 22%. El desnivel es de 435 metros, se parte de los 409 metros hasta los 844. A falta de 3Km se pasa por O Castelo, se atravesarán las calles de la población para luego girar a la derecha y seguir ascendiendo todo el rato. Último kilómetro, se sigue ascendiendo el puerto, a 300 metros de la llegada, se hará un giro de 340° a la izquierda para entrar en un tramo de tierra en los últimos metros.

## PASOS CON PRECAUCIÓN BANDERAS AMARILLAS - AREA WITH CAUTION INDICATED WITH YELLOW FLAG:

**R=rotonda / B=badenes / SC=setos / M=medianas / GD=curvas y cruces a la derecha / GI=curvas y cruces a la izquierda / PE= precaución / C= zona curvas**

PE-2,30; GI-5,10; GD-21,10; PE-36,60; PE-72,00; PE-73,10; PE-74,30; PE-76,40; PE-75,50; PE-78,60; PE-76,20; PE-86,10; GI-92,00; RO-94,40; RO-95,80; PE-96,20; PE-96,60; PE-96,70; GD-97,90; GI-101,10; GD-102,00; GD-102,20; GI-102,30; GI-103,00; PE-104,30; GD-105,20; GD-105,40; GD-107,70; GD-106,80; GI-107,90; GI-108,30; PE-113,40; GI+PE-113,70; PE+GI-114,10; PE-114,60; PE-115,10; PE-116,20; PE-117,50; PE-118,70; PE-119,50; PE-119,90; PE-121,90; GI-122,10; PE+GI-122,30; RO-124,30; RO-125,10; RO+GI-125,70; PE-126,40; GI-126,50; GD-127,00; GD-128,20; GD-128,50; GD-129,60; GI-130,70; GI-131,10; PE-136,20; PE-136,30; GI+PE-136,50; PE+GI-136,90; PE-137,40; PE-137,90; PE-139,00; PE-140,30; PE-141,50; PE-142,70; PE-144,70; PE-145,10; GD-145,60; PE-145,80; PE-146,00; PE-151,30; RO-153,60; PE-154,60; PE+GD-155,80; GI-156,00; GD-158,60; PE+GI-159,30; PE-160,00; GD-160,50