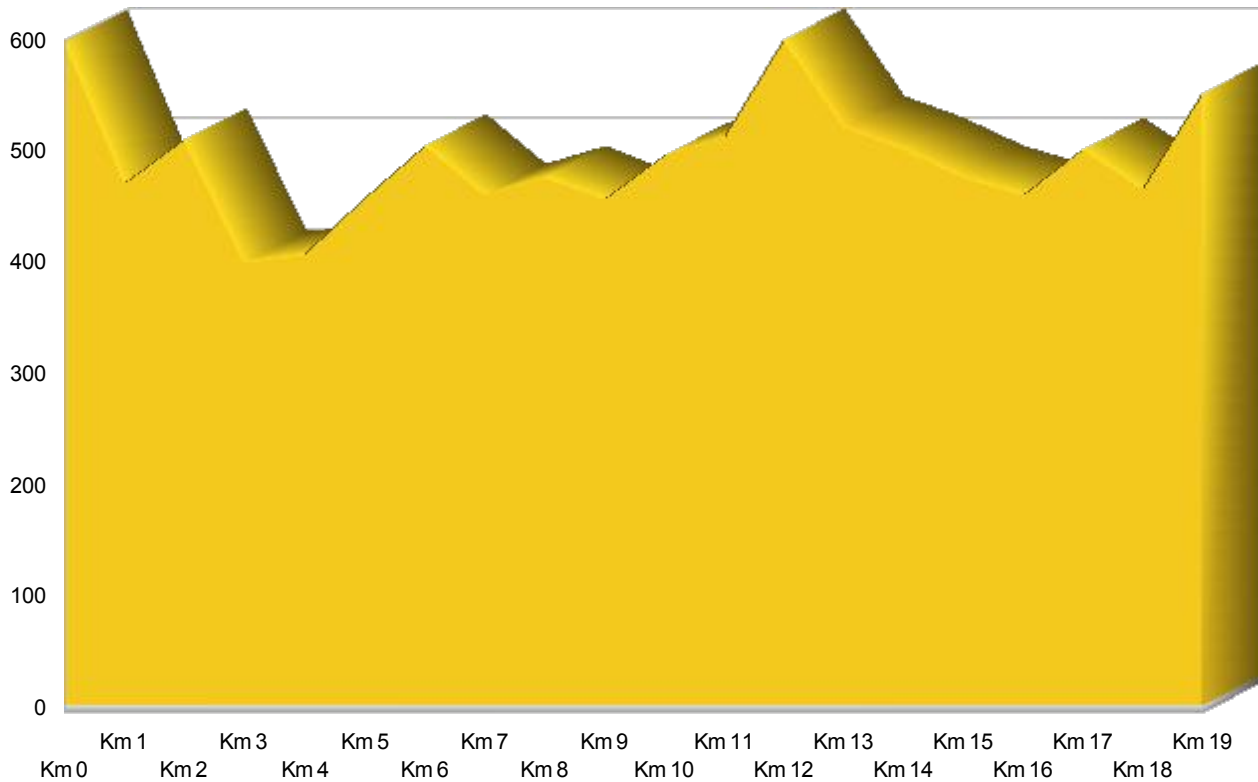


Ruta dels Molins – Lucena del Cid

PERFIL de la RUTA



Perfil obtenido mediante GARMIN 305
(distancias contrastadas con medición en paralelo con POLAR)

DATOS GENERALES.

Distancia total: 18.500 mts

Altimetrías:

- salida a 598 mts (plaza España)
- punto mínimo de altura (km 4) 398 mts
- punto máximo de altura (km 12) 600 mts
- meta a 550 mts(campo de futbol)

Máximos desniveles:

- bajada (km 2-4) hasta Badina
- subida (km 10-12) subida del río Lucena a la pista del nacimiento
- subida (km 17-18,5) tramo final de carrera

LOCALIZACIONES.

- Salida en Pza. España (frente a Ayuntamiento).
- Bajada al río por la parte noreste de la localidad saliendo entre el km. 2 y 3 a la carretera de entrada a la localidad (CV-190) durante un pequeño tramo de 300 mts.
- Buscando de nuevo la senda que lleva a La Badina (punto de menor altura de la carrera, km 4).
- Remonta hacia el nacimiento del río atravesando los diferentes molinos, en unos desniveles de aproximadamente 50-60 mts positivos y por pista y senda que permite velocidad.
- En el km 7,5 pasamos el badén del camino de les Torrocelles (barranco Cassotes), molino azud (punto de control) que volveremos a pasar en el km 15,5 de vuelta a meta.
- Entre el km 10,5 (Mas de Galapo – Molino del Ros) y el 12 se salva un desnivel de casi 100 mts. positivos desde el lecho del río hasta la pista del nacimiento.
- Desde allí hasta el km 15,5 se toma pista ancha (1 km) y asfalto (2,5 km) para tomar de nuevo el cauce del río atravesando el punto de control (molino azud) anterior y buscando la zona baja del pueblo.
- Atravesamos entorno al km 14 el Toll de Carlos. (zona empedrada tipo pavés).
- Remontamos hasta meta de nuevo por senda y camino ancho (meta ubicada en el campo de fútbol, detrás de la gasolinera).
- Es de los 465 mts. hasta los 550 de la meta. El final es exigente.