

1		RUTA		Tierras del Oeste		DISTANCIA	
				67,38 km.			
TIPO DE RUTA	DESNIVEL ACUM. (+)	TIEMPO ESTIMADO	CICLABILIDAD	DIFICULTAD			
Circular	▲ 1960 m.	6 h. 0 m.	99%	MUY DIFÍCIL			
TERRENO	POBLACIONES						
Asfalto	8,23 km. 12%		Mecina Bombarón, Golco, Yegen, Válor, Necchite, Mairena.				
Pista	52,17 km. 78%		LUGARES DE INTERÉS				
Sendero	6,98 km. 10%		Área recreativa Las Chorreras, Barranco Río Nechoite.				
DESCRIPCIÓN Parte desde el punto de recepción para atravesar Mairena por sus callejuelas y alcanzar enseguida la pista que en constante ascenso nos llevará hasta la pista de "Cota 2000". Desde aquí y siguiendo esta gran pista con orientación oeste, alcanzaremos el paraje conocido como Pecho del Lastonal en la vertical de Mecina Bombarón a donde bajaremos vertiginosamente. Una vez atravesada esta población y la carretera de la alpujarra, bajaremos hasta Golco para por senderos y caminos alcanzar Yegen. Tras un corto tramo de carretera volveremos a tomar el sendero GR-7 que nos lleva hasta la población de Válor. La parte final discurre por el sendero GR-7 pasando por Nechoite y el bello barranco del mismo nombre, antes de llegar finalmente de nuevo a Mairena atravesando sus bellas calles.							
NIVEL FÍSICO:		Muy Alto		NIVEL TÉCNICO: Alto			
TOTAL	PARCIAL	CROQUIS	DESCRIPCIÓN				
00,00	00,00		<b>Inicio, punto recepción:</b> Dejándolo a nuestra espalda tomamos a la izquierda por empinada calle Ciprés siempre en ascenso obviando pequeñas bocacalles.				
00,09	00,09		<b>Giro:</b> La calle hace un giro al llegar a una barandilla de madera junto a un bar que queda a la derecha, lo tomamos hacia la derecha e inmediatamente volvemos a girar a la izquierda por la muy empinada calle Zacatín.				
00,17	00,08		<b>Giro:</b> Tras dejar varias pequeñas calles a izquierda y derecha llegamos al final de la empinada calle y tomamos a la derecha por calle Iglesia continuando siempre al frente.				
00,28	00,11		<b>Giro:</b> Al llegar a un pequeño ensanche seguimos por la izquierda, dejando a continuación a nuestra izquierda urbanización de viviendas más modernas.				
00,40	00,12		<b>Carretera:</b> Alcanzamos la carretera a Laroles que tomaremos a la izquierda, cuenta con ancho paso lateral más cómodo y seguro para pedalear este trozo de carretera.				
00,85	00,45		<b>Cruce:</b> Tomamos la carretera hacia Júcar a la izquierda.				
01,04	00,19		<b>Desvío:</b> Abandonamos la carretera por ancho pista a la izquierda.				
01,15	00,11		<b>Cruce:</b> Seguimos al frente pista principal ascendente, poco antes hemos dejado a la derecha GR-7				
01,45	00,30		<b>Cruce:</b> Seguimos al frente subiendo.				
01,70	00,25		<b>Cruce:</b> Seguimos hacia arriba dejando ramal a la derecha.				
01,95	00,25		<b>Cruces:</b> Continuamos pista principal dejando ramal a la derecha y apenas a 20 metros otro a la izquierda.				
02,17	00,22		<b>Cruce:</b> Dejamos ramal a la izquierda, nosotros subiendo.				
02,90	00,73		<b>Cruces:</b> Dejamos un par de pequeños caminos a la izquierda de nuestra pista.				
03,25	00,35		<b>Cruce:</b> Al frente.				
03,73	00,48		<b>Cruce cortijo:</b> Dejamos a la derecha entrada a cortijo Pérez.				
04,30	00,57		<b>Bifurcación:</b> Seguimos por la derecha subiendo.				
04,78	00,48		<b>Cruce:</b> Por la derecha subiendo.				
05,80	01,02		<b>Camino:</b> Dejamos pequeño camino a la izquierda siguiendo al frente.				
07,44	01,64		<b>Cruce:</b> En la horquilla de la pista seguimos por la derecha.				
08,20	00,76		<b>Camino:</b> Dejamos pequeño camino a la derecha.				
08,40	00,20		<b>Incorporación:</b> Se incorpora pista por la izquierda y superamos acequia al frente.				
08,57	00,17		<b>Encrucijada:</b> Atravesamos pista perpendicular siguiendo al frente.				
10,25	01,68		<b>Cruce:</b> Dejamos a la derecha camino que sale al cortafuegos, seguimos subiendo por la izquierda.				
10,85	00,60		<b>Cruce:</b> A la derecha subiendo.				

11,20	00,35		<b>Cruce:</b> Hemos alcanzado la pista de la "Cota 2000" giramos a la izquierda, dejando enseguida un ramal a la derecha que obviarnos.	
13,05	01,85		<b>Cruce:</b> Al frente.	
14,75	01,70		<b>Cruce:</b> Dejamos a la derecha camino de acceso a casa y seguimos al frente.	
15,15	00,40		<b>Cruce:</b> Al frente.	
15,98	00,83		<b>Cruce:</b> Al frente.	
20,15	04,17		Cruce: Dejamos pista a la izquierda que baja, seguimos al frente.	
22,65	02,50		Cruce: Seguimos por la izquierda.	
23,50	00,85		<b>Cruce:</b> Junto al Peñón de la Loma obviarnos la pista que baja a la izquierda continuando nosotros al frente.	
23,78	00,28		<b>Cruce:</b> Continuamos al frente se incorpora ramal por la derecha.	
24,10	00,32		<b>Cruce:</b> Continuamos al frente se incorpora ramal por la derecha.	
24,58	00,48		<b>Cruce:</b> Continuamos al frente se incorpora ramal por la izquierda.	
26,76	02,18		<b>Cruce:</b> Obviarnos ramal de la izquierda continuando al frente.	
27,05	00,29		<b>Cruce:</b> Obviarnos ramal de la derecha continuando al frente.	
27,61	00,56		<b>Bifurcación:</b> Dejamos pista muy ancha a la izquierda y continuamos al frente dejando otro pequeño ramal que se incorpora por la derecha.	
31,24	03,63		<b>Cruce:</b> Al frente.	
32,80	01,56		<b>Area recreativa:</b> Pasamos junto al área recreativa de Las Chorreras.	
34,70	01,90		<b>Cruce:</b> Incorporación por la derecha, continuamos al frente.	
35,40	00,70		<b>Cruce:</b> Poco después encontraremos una fuente.	
37,20	01,80		<b>Bifurcación:</b> Tomamos a la izquierda en bajada.	
37,80	00,60		<b>Cruce:</b> Continuamos al frente se incorpora ramal por la izquierda.	
38,50	00,70		<b>Cruce:</b> Continuamos al frente se incorpora ramal por la izquierda.	
40,10	01,60		<b>Cruces:</b> Se incorpora ramal por la izquierda, pasamos vierte aguas de hormigón y dejamos otro ramal a la izquierda que baja, nosotros continuamos al frente.	
41,40	01,30		<b>Cruce:</b> Continuamos al frente se incorpora ramal por la izquierda.	
41,60	00,20		<b>Cruce:</b> Obviarnos ramal de la derecha continuando al frente.	
43,20	01,60		<b>Incorporación:</b> Nos incorporamos a ancha pista que viene por la izquierda y dejamos pequeño camino a la derecha, continuamos al frente.	
44,70	01,50		<b>Cruces:</b> Se incorpora ramal por la derecha, poco después obviarnos distintos ramales continuando al frente.	
45,10	00,40		<b>Cruce:</b> Al frente bajando.	
45,50	00,40		<b>Cruce:</b> Continuamos al frente.	
46,10	00,60		<b>Cruces:</b> Dejamos varios ramales a la izquierda, el tercero de ellos hormigonado, siguiendo nuestra pista por la derecha.	
46,80	00,70		<b>Mecina Bombarón:</b> Entramos en Mecina por la calle Sierra, llegamos a la plaza Vieja, seguimos por la calle Calleja y cruzando puente pasamos junto a casa de ladrillos rosa dejándola a nuestra derecha y siguiendo la calle en descenso llegamos tras pasar junto a la iglesia a la carretera.	

47,50	00,70		<b>Carretera:</b> Tras atravesar Mecina llegamos a la carretera y la tomamos a la derecha, para a los pocos metros abandonarla por la izquierda justo antes de llegar al ayuntamiento, pasaremos entre el colegio a la izquierda y el museo a la derecha continuando la bajada en dirección Golco.	
49,00	01,50		<b>Golco, giro:</b> Hemos llegado a Golco, giramos a la izquierda en bajada por hormigón, señales de GR-7.	
50,20	01,20		<b>Cortijo, vadeo:</b> Al llegar a entrada de cortijo abandonamos la pista de hormigón tomando sendero a la derecha y vadeando río. Una vez vadeado seguimos sendero por la derecha.	
52,00	01,80		<b>Cruce:</b> Tomamos pista a la derecha dirección Yegen.	
52,90	00,90		<b>Cruce:</b> Dejamos un ramal que se incorpora por la derecha y poco después otro a la izquierda.	
53,70	00,80		<b>Cementerio:</b> La pista se convierte en hormigón y pasamos junto al cementerio que queda a la izquierda, seguimos siempre el hormigón.	
54,00	00,30		<b>Yegen:</b> Entramos en Yegen por la calle Van Hansen y desembocamos en la plaza Ermita, desde donde tomamos a la izquierda la calle Calvario en fuerte subida hacia la carretera.	
54,80	00,80		<b>Carretera:</b> Alcanzamos la carretera que tomamos a la derecha dirección Válor.	
57,00	02,20		<b>Desvío, sendero:</b> Abandonamos la carretera hacia la derecha y tomamos sendero poco marcado que baja bruscamente hacia la izquierda.	
57,50	00,50		<b>Camino:</b> El sendero desemboca en un camino que tomamos a la izquierda.	
57,88	00,38		<b>Cruce:</b> Dejamos ramal ascendente a la izquierda.	
58,00	00,12		<b>Cruce, area recreativa:</b> Llegamos a un cruce junto a un área recreativa, tomamos a la izquierda superando un pequeño vado. Comienza un tramo de asfalto.	
58,70	00,70		<b>Curva, desvío:</b> En curva cerrada a la izquierda nos salimos al frente por ramal ya sin asfalto.	
58,94	00,24		<b>Cruce:</b> Giramos a la izquierda.	
59,24	00,30		<b>Cruce:</b> Giramos a la izquierda.	
59,92	00,68		<b>Incorporación:</b> Nos incorporamos a pista hormigonada que viene por la derecha, continuamos al frente.	
60,05	00,13		<b>Carretera:</b> Salimos a la carretera inmediatamente antes de cruzar el puente a la derecha para entrar en Válor.	
60,72	00,67		<b>Desvío:</b> Ya dentro del pueblo abandonamos la carretera por calle a la izquierda a la altura del restaurante El Puente.	
60,90	00,18		<b>Cruce:</b> Seguimos por calle de la derecha en continuo ascenso duro.	
61,10	00,20		<b>Sendero:</b> Dejamos el GR-7 que sale a la derecha, nosotros continuamos subiendo por la calle.	
61,18	00,08		<b>Desvío:</b> Tomamos el ramal de la derecha.	
61,30	00,12		<b>Cancela:</b> Superamos cancela por paso lateral derecho, nada más superarla tomamos el ramal de sendero hormigonado de la izquierda.	
61,44	00,14		<b>Desvío:</b> Seguimos por sendero menos evidente a la izquierda, ya sin hormigón.	
62,06	00,62		<b>Desvío camino y sendero:</b> Tras el tramo de sendero desembocamos a un camino que tomamos a la derecha en bajada, para enseguida llegar a un nuevo cruce donde tomaremos sendero a la izquierda en ascenso.	
62,50	00,44		<b>Transformador y acequia:</b> En este punto pasaremos junto a la caseta de un transformador eléctrico y cruzando la acequia continuamos sendero al frente.	
62,60	00,10		<b>Calle:</b> El sendero desemboca en calle con piso hormigonado, nosotros la tomamos a la izquierda en fuerte subida.	
62,77	00,17		<b>Mirador:</b> Estamos en el mirador de San Blas, nos desviamos a la derecha siguiendo pequeño camino que parte al fondo.	
63,61	00,84		<b>Barranco, vadeo:</b> El pequeño camino acaba convirtiéndose en sendero y llega al fondo del barranco del río Nechoite, a partir de aquí queda un duro tramo de ascenso donde a veces será necesario portear la bici.	
65,35	01,74		<b>Camino:</b> El sendero desemboca en un camino que tomamos a la izquierda. Dejando a la derecha una construcción.	
65,50	00,15		<b>Cruce:</b> Llegamos a una pista que tomamos a la derecha.	

2		RUTA		Gran Nevada		DISTANCIA	
				69,25 km.			
TIPO DE RUTA	DESNIVEL ACUM. (+)	TIEMPO ESTIMADO	CICLABILIDAD	DIFICULTAD			
Circular	▲ 2123 m.	6 h. 0 m.	100%	DIFÍCIL			
TERRENO	POBLACIONES						
Asfalto	14,23 km. 20%		Mairena, Bayárcal, Laroles, Picens, Júcar.				
Pista	54,54 km. 79%		LUGARES DE INTERÉS				
Sendero	0,48 km. 1%		Área recreativa Río Laroles, La Ragua, Barranco Río Bayárcal, Fuente Pitín.				
DESCRIPCIÓN Esta ruta parte desde el punto de recepción en Mairena para enseguida comenzar el ascenso hacia la pista de la cota 2000, la cual alcanza tras 11,2 kilómetros de escalada. Desde aquí la seguiremos hasta coronar el puerto de La Ragua, desde donde tras cruzar la carretera continúa por la otra vertiente comenzando una larga bajada hasta la población de Bayárcal y el barranco del mismo nombre. A continuación tomaremos un trecho de la carretera de La Ragua para llegar hasta Laroles, desde donde utilizando el llamado "Camino de la Mar" bajaremos hasta las inmediaciones de la población de Picens. Ahora nuestro recorrido se dirige hasta el fondo del barranco del río Laroles y pasando por la afamada Fuente Pitín, escalará hasta la población de Júcar, para ya rápidamente alcanzar Mairena.							
NIVEL FÍSICO:		Muy Alto		NIVEL TÉCNICO: Bajo			
TOTAL	PARCIAL	CROQUIS	DESCRIPCIÓN				
00,00	00,00		<b>Inicio, punto recepción:</b> Dejándolo a nuestra espalda tomamos a la izquierda por empinada calle Ciprés siempre en ascenso obviando pequeñas bocacalles.				
00,09	00,09		<b>Giro:</b> La calle hace un giro al llegar a una barandilla de madera junto a un bar que queda a la derecha, lo tomamos hacia la derecha e inmediatamente volvemos a girar a la izquierda por la muy empinada calle Zacatín.				
00,17	00,08		<b>Giro:</b> Tras dejar varias pequeñas calles a izquierda y derecha llegamos al final de la empinada calle y tomamos a la derecha por calle Iglesia continuando siempre al frente.				
00,28	00,11		<b>Giro:</b> Al llegar a un pequeño ensanche seguimos por la izquierda, dejando a continuación a nuestra izquierda urbanización de viviendas más modernas.				
00,40	00,12		<b>Carretera:</b> Alcanzamos la carretera a Laroles que tomaremos a la izquierda, cuenta con ancho paso lateral más cómodo y seguro para pedalear este trozo de carretera.				
00,85	00,45		<b>Cruce:</b> Tomamos la carretera hacia Júcar a la izquierda.				
01,04	00,19		<b>Desvío:</b> Abandonamos la carretera por ancho pista a la izquierda.				
01,15	00,11		<b>Cruce:</b> Seguimos al frente pista principal ascendente, poco antes hemos dejado a la derecha GR-7				
01,45	00,30		<b>Cruce:</b> Seguimos al frente subiendo.				
01,70	00,25		<b>Cruce:</b> Seguimos hacia arriba dejando ramal a la derecha.				
01,95	00,25		<b>Cruces:</b> Continuamos pista principal dejando ramal a la derecha y apenas a 20 metros otro a la izquierda.				
02,17	00,22		<b>Cruce:</b> Dejamos ramal a la izquierda, nosotros subiendo.				
02,90	00,73		<b>Cruces:</b> Dejamos un par de pequeños caminos a la izquierda de nuestra pista.				
03,25	00,35		<b>Cruce:</b> Al frente.				
03,73	00,48		<b>Cruce cortijo:</b> Dejamos a la derecha entrada a cortijo Pérez.				
04,30	00,57		<b>Bifurcación:</b> Seguimos por la derecha subiendo.				
04,78	00,48		<b>Cruce:</b> Por la derecha subiendo.				
05,80	01,02		<b>Camino:</b> Dejamos pequeño camino a la izquierda siguiendo al frente.				
07,44	01,64		<b>Cruce:</b> En la horquilla de la pista seguimos por la derecha.				
08,20	00,76		<b>Camino:</b> Dejamos pequeño camino a la derecha.				
08,40	00,20		<b>Incorporación:</b> Se incorpora pista por la izquierda y superamos acequia al frente.				
08,57	00,17		<b>Encrucijada:</b> Atravesamos pista perpendicular siguiendo al frente.				
10,25	01,68		<b>Cruce:</b> Dejamos a la derecha camino que sale al cortafuegos, seguimos subiendo por la izquierda.				
10,85	00,60		<b>Cruce:</b> A la derecha subiendo.				

08,20	00,76		<b>Camino:</b> Dejamos pequeño camino a la derecha.	
08,40	00,20		<b>Incorporación:</b> Se incorpora pista por la izquierda y superamos acequia al frente.	
08,57	00,17		<b>Encrucijada:</b> Atravesamos pista perpendicular siguiendo al frente.	
10,25	01,68		<b>Cruce:</b> Dejamos a la derecha camino que sale al cortafuegos, seguimos subiendo por la izquierda.	
10,85	00,60		<b>Cruce:</b> A la derecha subiendo.	
11,20	00,35		<b>Cruce:</b> Hemos alcanzado la pista de la "Cota 2000", giramos a la derecha por la ancha pista.	
11,75	00,55		<b>Fuente:</b> Queda a la izquierda de la pista.	
13,70	01,95		<b>Cruce:</b> Dejamos ramal a la derecha, continuamos al frente.	
14,06	00,36		<b>Área recreativa:</b> Alcanzamos el río Laroles y su área recreativa que queda a la izquierda.	
15,26	01,20		<b>Bifurcación:</b> Alcanzamos en curva cerrada otra pista, la tomamos hacia la izquierda en ascenso.	
15,56	00,30		<b>Cruce:</b> Pequeño ramal a la izquierda que ignoramos siguiendo al frente siempre pista principal.	
16,56	01,00		<b>Cruces:</b> Dejamos a la derecha ramal y poco después otro a la izquierda.	
16,95	00,39		<b>Cortafuegos:</b> Atravesamos cortafuegos con una pista perpendicular, nosotros al frente.	
26,67	09,72		<b>Encrucijada:</b> Junto a una torreta eléctrica tomamos a la derecha, estamos en las inmediaciones del puerto de La Ragua.	
26,80	00,13		<b>Carretera:</b> Alcanzamos la carretera del puerto, la tomamos a la izquierda para abandonarla inmediatamente a la derecha.	
26,86	00,06		<b>Desvío:</b> Tras salir de la carretera entramos en la explanada del puerto, dejamos a la izquierda el refugio-restaurante y el parking, tomamos a la derecha por pista.	
27,15	00,29		<b>Cruce:</b> Dejamos ramal a la izquierda continuando al frente por la pista. Paralela a la nuestra discurre otra secundaria más abajo.	
28,32	01,17		<b>Cruce:</b> A nuestra izquierda sale un ramal ascendente y por la derecha sale otro. Nosotros continuamos al frente.	
30,77	02,45		<b>Desvío:</b> Seguimos pista de la izquierda dejando la de la derecha que descende.	
34,62	03,85		<b>Fuente:</b> En la margen izquierda de la pista queda la fuente de Hoya Velea.	
36,07	01,45		<b>Cruce:</b> Tomamos el ramal de la derecha en franca bajada.	
43,29	07,22		<b>Cruce:</b> Continuamos por pista al frente	
44,46	01,17		<b>Incorporación:</b> Se incorpora pista por la izquierda, seguimos al frente.	
45,08	00,62		<b>Cruce:</b> Ramal a la izquierda que ignoramos siguiendo al frente.	
45,58	00,50		<b>Cruce:</b> Dejamos pequeño ramal a la derecha, continuamos siempre por pista principal.	
46,03	00,45		<b>Cruce:</b> Dejamos camino a la derecha con señales de PR.	
48,58	02,55		<b>Cruce:</b> Dejamos ramal a la derecha en curva cerrada a la izquierda, continuamos bajando por pista principal.	
48,93	00,35		<b>Desvío:</b> Tomamos pista secundaria a la derecha junto a la valla. Empeora bastante el piso.	
49,18	00,25		<b>Cruce:</b> Continuamos al frente ignorando ramal a la izquierda.	
49,40	00,22		<b>Cruce:</b> Seguimos al frente dejando ramal a la derecha.	

49,56	0,16		<b>Desvío:</b> En la curva nos salimos al frente bajando.	
49,88	00,32			

