

NORTE DEL SUR



NDS 04 | Camino Mozárabe en CN de SN

- ❖ Distancia: 52 Km
- ❖ Dificultad: DIFICIL
- ❖ Desnivel +: 1.000 m
- ❖ Tiempo: 3 - 4 Horas
- ❖ Tipo ruta: Lineal
- ❖ Track GPS: DESCARGA
- ❖ Balizada: No
- ❖ Composición ruta
 - Pista: 90 %
 - Carretera: 4 %
 - Sendero: 6 %
- ❖ Inicio: La Peza
- ❖ Fin: Huéneja
- ❖ Variantes:
- ❖ Avisos y recomendaciones:
 - Precaución de tramos que cruzan núcleos urbanos y tramos concretos de tráfico abierto Se deben respetar las normas de circulación..





DESCRIPCIÓN DETALLADA DE LA RUTA



NORTE DEL SUR



QR RUTAS (TODAS)



QR RUTA NDS 04



DIRECTORIO DE ESTABLECIMIENTOS



NORMAS Y RECOMENDACIONES

- No tires basura, el monte debe quedar como te lo encontraste (o mejor).
- No te salgas del camino o sendero, monta por caminos permitidos evitando propiedades privadas.
- Esta ruta está trazada para uso no competitivo siguiendo las normativas vigentes de uso público.
- Evita derrapes o trazadas innecesarias que provoquen erosión innecesaria del terreno. Evitemos dejar huella de nuestro paso.
- Respeta a los animales en su hábitat natural, evita espantarlos ni darles de comer. Cierra las puertas o cancelas que encuentres en tu paso.
- Respeta las normas de circulación en zonas urbanas, interurbanas y pistas donde pueda haber tráfico rodado de otros vehículos.
- Utiliza siempre el casco, y todos los elementos de seguridad que consideres necesarios para tu protección (gafas, guantes, protecciones, etc.).
- Controla tu bicicleta: Adapta tu velocidad a las condiciones del camino y a la visibilidad.
- Planifica tu ruta acorde a tu nivel de preparación física y técnica, y haz una previsión para que tu ruta no se convierta en una pesadilla... Recomendaciones importantes:
 - Uso de navegador GPS + Track GPS de la ruta.
 - Agua o líquidos para hidratarse, e información de puntos de hidratación (fuentes, etc.)
 - Comida para evitar lipotimia, hipoglucemia... así como barritas o geles que permitan ir equilibrando los esfuerzos.
 - Pack multiherramientas para reparación o ajustes en ruta, así como recambios más esenciales (cámara de aire, parches, kit tubeless, cierre rápido de cadena, etc.)
 - Teléfono móvil (con batería cargada) para poder llamar o ser ubicados en caso de problema o accidente. Usar servicios de ubicación en zonas de montaña o de difícil acceso.
 - Escucha lo que te rodea (tráfico, animales, otros usuarios, etc.), y evita hacer un uso de auriculares que te impida escuchar los elementos que te rodean por tu propia seguridad.
 - Chubasquero o ropa de repuesto cuando se puedan dar las circunstancias de tiempo cambiante.
 - No circules por encima de tus posibilidades con independencia de los acompañantes que lleves.
 - Es recomendable circular asegurado, ya sea a través de una licencia federativa o de un seguro particular que puedan ofrecer coberturas como daños propios, daños a terceros o asistencia.
- Coincidencia con otros usuarios en el medio natural:
 - Cede el paso si te los encuentras en tu recorrido.
 - Avisa al resto de usuarios cuando en un paso estrecho cuando vengan otros compañeros detrás tuyo, esa información aporta seguridad y ayuda a ubicarse correctamente a terceros.
 - Respeta la señalización en períodos de caza o batidas organizadas, puedes ser confundido con consecuencias graves.
 - Reduce la velocidad mientras adelantas a otros usuarios.
- Limpia, desbroza o adecenta esos tramos por los que sea difícil rodar/pasar y tengan una adecuación posible. Podemos utilizar la misma lógica que un WC: déjalo tal como te gustaría encontrarlo.

¡MUCHAS GRACIAS!