

## RUTA 2 (R2)

### Datos técnicos R2

NIVEL	DISTANCIA	ALTITUD	DESNIVEL ACUMULADO
Azul	14,9 km	Mínima: 1004	Positivo: 398 m
		Máxima: 1133	Negativo: 398 m



Fig. 3. Perfil longitudinal de la ruta R2

### Descripción de la ruta (R2)

Se trata de una ruta circular que tiene su punto de inicio y fin en la localidad de Quintana Redonda.

La salida del casco urbano se realiza por el Camino de El Molino. Después de cruzar el río Izana y la zona de parking de caravanas, se toma el Camino de Valdefuentes. Desde este punto el trazado transcurre por la zona de pinar M.U.P 161 "El Pinar" y presenta un primer recorrido ascendente de 2,5 km. Se continúa por el Camino Pozo Llano, al final del cual se alcanza la cota máxima de esta ruta (1.133 m). A continuación, hay un ligero descenso para, de nuevo ascender hasta alcanzar la cota 1.128 metros. A partir de este punto y hasta regresar a Quintana Redonda el trazado es en descenso.

El recorrido transcurre por el M.U.P 174 "Monte Rivacho" CUP, en el km 8 del recorrido de esta ruta, se encuentra la torre de vigilancia de incendios en el paraje conocido como Los Poyales.

Se continúa por caminos forestales, pasando por la Fuente del Pino, la Fuente de la Mora (km 9.4) y el paraje denominado el Mojón de la Culebra. De nuevo se discurre por la zona forestal M.U.P 161 "El Pinar" hasta llegar hasta el Camino de Valdefuentes (km 13.6). Desde este punto el trazado discurre por el Camino de El Molino hasta llegar a Quintana Redonda.

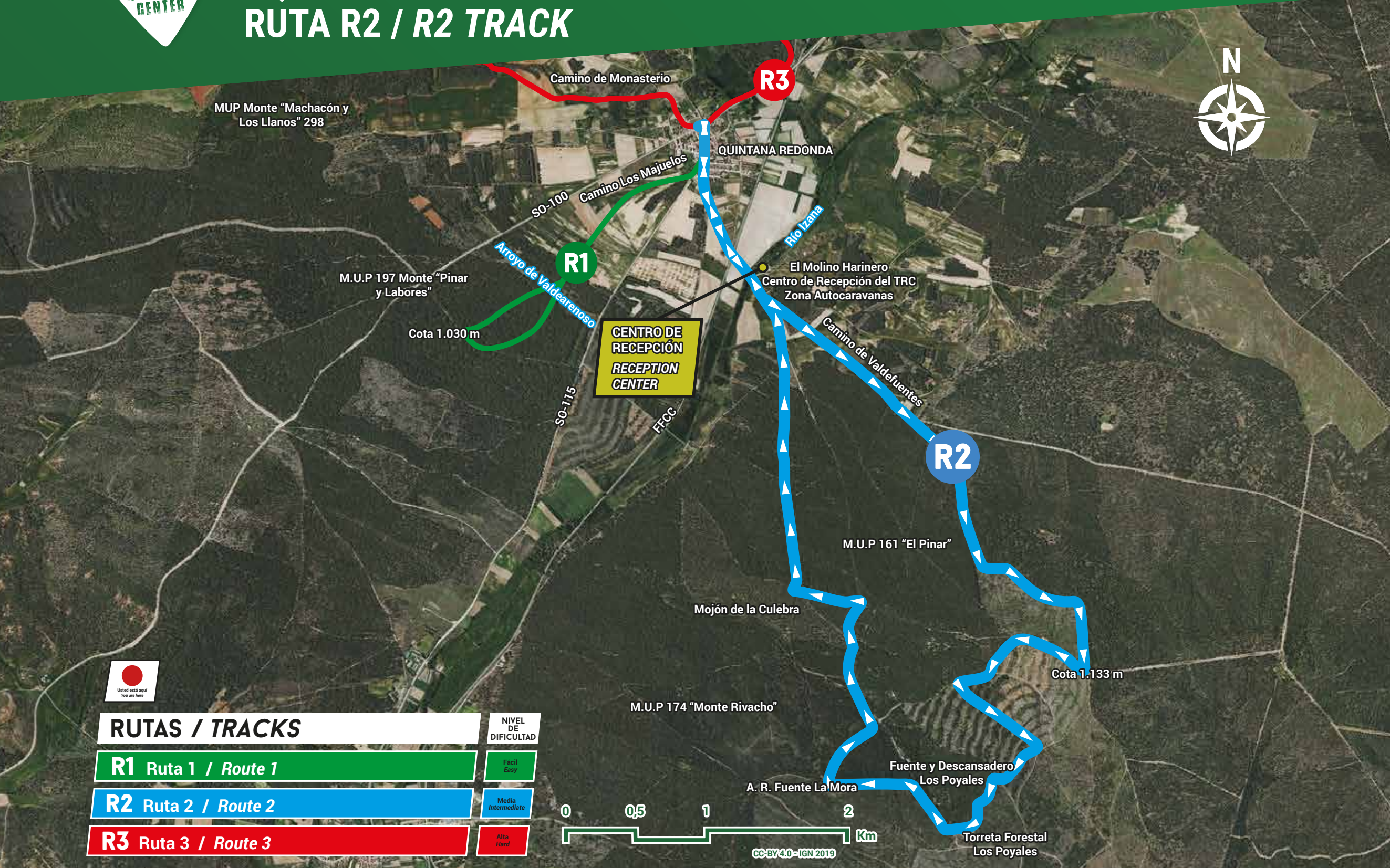
### Puntos de interés:

- Quintana Redonda.
- M.U.P 161 "El Pinar".
- M.U.P.174 Monte "Rivacho"
- Fuente y Descansadero Los Poyales.
- Fuente del Pino.
- Fuente de la Mora





# TRC-019 TRAIL RUNNING CENTER QUINTANA REDONDA RUTA R2 / R2 TRACK

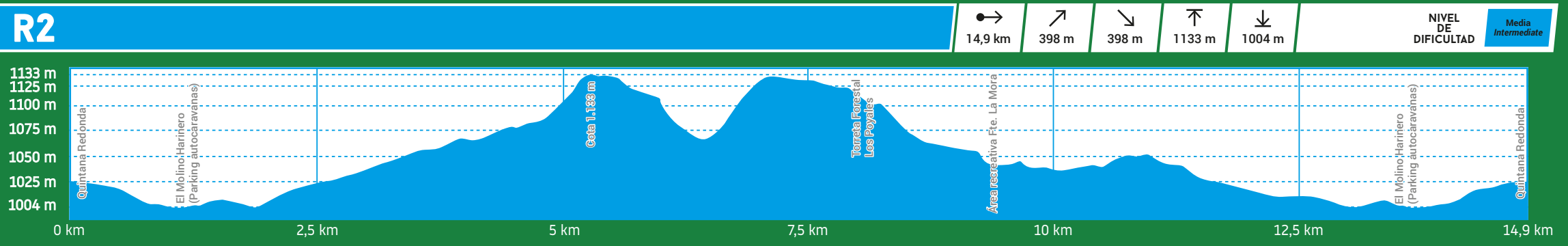


## RUTAS / TRACKS

RUTA / TRACK	NIVEL DE DIFICULTAD
<b>R1</b> Ruta 1 / Route 1	Fácil Easy
<b>R2</b> Ruta 2 / Route 2	Media Intermediata
<b>R3</b> Ruta 3 / Route 3	Alta Hard

El Trail Running Center Quintana Redonda (TRC-019) cuenta con 3 itinerarios, de dificultad progresiva. Los trazados permiten la práctica del trail running por espacios naturales, con paisajes de extraordinaria belleza y de gran valor natural. Las rutas discurren junto a campos de labor y la gran masa forestal conformada por robles, encinas y pinos (*Pinus pinaster*, *Pinus sylvestris* y *Pinus pinea*) que ocupan gran parte del término municipal de Quintana Redonda. También destaca la Sierra de Inodejo, donde se ubica la cota máxima de este Trail Running Center. El Centro de Recepción del TRC Quintana Redonda se ubica en el Molino Harinero, área acondicionada con servicios y parking de autocaravanas.

The Trail Running Center Quintana Redonda (TRC-019) has 3 itineraries, of progressive difficulty. The routes allow the practice of trail running through natural spaces, with landscapes of extraordinary beauty and great natural value. The routes run alongside farm fields and a large forest mass made up of oaks, holm oaks and pines (*Pinus pinaster*, *Pinus sylvestris* and *Pinus pinea*) that occupy a large part of the municipality of Quintana Redonda. The Sierra de Inodejo also stands out, where the maximum height of this Trail Running Center is located. The TRC Quintana Redonda Reception Center is located in the Molino Harinero, an area equipped with services and motorhome parking.



Se trata de una ruta circular de 14,9 km que tiene su punto de inicio y fin en la localidad de Quintana Redonda. La salida del casco urbano se realiza por el Camino de El Molino. Cruza el Río Izana y a pocos metros se encuentra el Molino Harinero (Centro de Recepción del Trail Running Center y zona de parking de autocaravanas). Se continúa por el Camino de Valdefuentes. Desde este punto el trazado transcurre por la zona de pinar M.U.P 161 "El Pinar" y presenta un primer recorrido ascendente de 2,5 km. Prosigue por el Camino Pozo Llano, al final del cual se alcanza la cota máxima de esta ruta (1.133 m). A continuación hay un ligero descenso para, de nuevo, ascender hasta alcanzar la cota 1.128 metros. La ruta discurre por el M.U.P 174 "Monte Rivacho", en el km 8 del recorrido de esta ruta, se encuentra la Torre Forestal Los Poyales. Se continúa por caminos forestales, pasando por la Fuente del Pino, la Fuente de la Mora (km 9.4) y el paraje denominado el Mojón de la Culebra. De nuevo se discurre por la zona forestal M.U.P 161 "El Pinar" hasta llegar hasta el Camino de Valdefuentes (km 13.6) y, a continuación, al cercano Centro de Recepción del Trail Running (Molino Harinero). Desde este punto el trazado discurre por el Camino de El Molino hasta llegar a Quintana Redonda.

It is a circular route of 14.9 km that has its starting and ending point in the town of Quintana Redonda. The exit from the town center is via the Camino de El Molino. It crosses the Izana River and a few meters away is the Flour Mill (Trail Running Center Reception Center and motorhome parking area). Continue along the Camino de Valdefuentes. From this point the route runs through the pine forest area M.U.P 161 "El Pinar" and presents a first ascending route of 2.5 km. It continues along the Camino Pozo Llano, at the end of which the highest point of this route is reached (1,133 m). Then there is a slight descent to, again, ascend until reaching the height of 1,128 meters. The route runs through the M.U.P 174 "Monte Rivacho", at km 8 of this route, you will find the Los Poyales Forest Tower. Continue along forest paths, passing by Fuente del Pino, Fuente de la Mora (km 9.4) and the area called Mojón de la Culebra. Once again, you go through the M.U.P 161 "El Pinar" forest zone until you reach the Camino de Valdefuentes (km 13.6) and then the nearby Trail Reception Center (Molino Harinero). From this point the Tazado runs along the Camino de El Molino until it reaches Quintana Redonda.

## RECOMENDACIONES Y NORMAS

- Prepara tu recorrido. Es conveniente descargarse la ruta en el GPS.
- Para el uso de los circuitos permanentes de trail running, es recomendable estar federado.
- Consulta la predicción meteorológica.
- Equípate con la ropa y calzado apropiado, teléfono móvil cargado, agua, gorra y protección solar. Evita ir solo o avisa a alguien de tu itinerario.
- Utiliza los caminos/trazados acondicionados y señalizados para tal fin. No abandones el recorrido previsto.
- Si te extravías quédate quieto hasta que lleguen los equipos de búsqueda. Aprende a enviar tu posición por whatsapp.
- Respeta las propiedades particulares y las indicaciones existentes. Deja los portones del ganado tal y como te los has encontrado cerrados/abiertos.
- Consulta la temporada de caza.
- Sé responsable de tus propios residuos.
- No causes molestias a la fauna y no dañes la flora.
- No está permitido hacer fuego
- Respeta al resto de los usuarios del recorrido, da preferencia a quien sube frente a los que bajan. Saluda.

## RECOMMENDATIONS AND STANDARDS

- Prepare your tour. Choose the route that best suits your terms. It is convenient to download the route in the GPS.
- For the use of permanent trail running circuits, it is advisable to be federated.
- Check the weather forecast.
- Equip yourself with the appropriate clothing and footwear, a charged mobile phone, water, hat and sun protection. Avoid going alone or tell someone about your itinerary.
- Use the roads / paths conditioned and marked for this purpose. Do not abandon the planned route.
- If you get lost, stay put until the search teams arrive. Learn to send your position by whatsapp.
- Respect the particular properties and existing indications. Leave the cattle gates as you found them closed / open.
- Check the hunting season.
- Be responsible for your own waste.
- Do not cause annoyance to the fauna and do not damage the flora.
- It is not allowed to make fire
- Respect the rest of the users of the route, giving preference to those who go up over those who go down. Say hello.

[www.trail-running.es](http://www.trail-running.es)

[www.dipsoria.es](http://www.dipsoria.es)

[www.quintanaredonda.es](http://www.quintanaredonda.es)

