



SANUS CYCLING · TEMPORADA 2026/27

# Rutómetro Intermedio

## Septiembre 2026 - enero 2027

Fondo, ritmo sostenido y puertos accesibles. Puede compartir parte del recorrido con avanzado cuando sea seguro y operativo.

| NORTE                  | OESTE               | SUR          |
|------------------------|---------------------|--------------|
| McDonald's Ronda Norte | Makro Vara de Quart | Oceanogràfic |

Horario: hasta el 24 de octubre, 07:30 · desde el 31 de octubre, 08:30.

Cada QR abre la ficha digital con mapa, perfil, tiempo estimado, avisos y descarga directa del GPX.

## Intermedio · salidas programadas

| FECHA            | RECORRIDO                                                      | DATOS Y OBJETIVO                                                                                                                                                                                                                                                                                        | FICHA                                                                                                          |
|------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Sáb 29/08</b> | Vuelta a España en Barx                                        | Apertura oficial de la temporada. Encuentro a las 11:30 en la Cafetería Sis de Gandía y salida a las 12:30 hacia el puerto de Barx. Tras el paso de la carrera: regreso a Gandía o continuación por Barx, La Drova y Puigmola. Evento con Cafés Barsel.<br>Track y ficha pendientes de logística final. | <b>EVENTO</b>                                                                                                  |
| <b>Vie 04/09</b> | Volta a la Canal. Recorrido y datos definitivos por confirmar. | Evento especial en Antella, también con sección de trail y cena. No sustituye la salida del sábado.<br>Track y ficha pendientes de logística final.                                                                                                                                                     | <b>EVENTO</b>                                                                                                  |
| <b>Sáb 05/09</b> | Calicanto - Godelleta<br>Oeste · 07:30                         | 58.5 km · +651 m · 3 h 00 min<br>Salida oficial. Rodaje controlado tras Antella y evaluación inicial de niveles.                                                                                                                                                                                        | <br><a href="#">ABRIR</a>   |
| <b>12/09</b>     | Marines Nuevo - Olocau<br>Norte · 07:30                        | 69.4 km · +588 m · 3 h 25 min<br>Técnica de grupeta y primera subida sostenida. Sin Oronet.                                                                                                                                                                                                             | <br><a href="#">ABRIR</a>   |
| <b>19/09</b>     | Pedralba - Bugarra<br>Oeste · 07:30                            | 94.0 km · +913 m · 4 h 30 min<br>Intermedio y avanzado comparten aproximación; iniciación lleva recorrido independiente.                                                                                                                                                                                | <br><a href="#">ABRIR</a>   |
| <b>26/09</b>     | Cullera - Castillo<br>Sur · 07:30                              | 74.4 km · +294 m · 3 h 40 min<br>Fondo llano, relevos y alimentación. Tres recorridos y ritmos separados.                                                                                                                                                                                               | <br><a href="#">ABRIR</a> |
| <b>03/10</b>     | Serra - Olocau - Bétera<br>Norte · 07:30                       | 86.3 km · +843 m · 4 h 10 min<br>Primer control de nutrición. El avanzado evita repetir la ruta clásica de Oronet.                                                                                                                                                                                      | <br><a href="#">ABRIR</a> |

## Intermedio · salidas programadas

| FECHA | RECORRIDO                                   | DATOS Y OBJETIVO                                                                                                             | FICHA                                                                                                          |
|-------|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10/10 | Turís - Alturi - Godelleta<br>Oeste · 07:30 | 83.2 km · +995 m · 4 h 00 min<br>Gestión del esfuerzo en terreno quebrado.                                                   | <br><a href="#">ABRIR</a>   |
| 17/10 | Alzira - Muntanyeta<br>Sur · 07:30          | 90.2 km · +322 m · 4 h 20 min<br>Fondo progresivo y práctica de relevos largos.                                              | <br><a href="#">ABRIR</a>   |
| 24/10 | Llíria - Casinos - Villar<br>Norte · 07:30  | 114.5 km · +1008 m · 5 h 20 min<br>Última salida con horario de verano. Tres destinos distintos y regreso con margen de luz. | <br><a href="#">ABRIR</a>   |
| 31/10 | Ride & Wine Requena                         | Evento especial. Recorrido, niveles y logística por confirmar.<br>Track y ficha pendientes de logística final.               | EVENTO                                                                                                         |
| 07/11 | Chiva - Los Visos<br>Oeste · 08:30          | 81.8 km · +801 m · 3 h 55 min<br>Fondo controlado después del evento.                                                        | <br><a href="#">ABRIR</a>   |
| 14/11 | Carcaixent - Alzira<br>Sur · 08:30          | 96.7 km · +280 m · 4 h 35 min<br>Jornada de la Safor y Ribera. Recorridos independientes por nivel.                          | <br><a href="#">ABRIR</a> |
| 21/11 | Oronet por Serra<br>Norte · 08:30           | 102.0 km · +1075 m · 4 h 50 min<br>Única jornada específica de Oronet del bloque. Reagrupamientos en Serra y coronación.     | <br><a href="#">ABRIR</a> |

## Intermedio · salidas programadas

| FECHA     | RECORRIDO                                      | DATOS Y OBJETIVO                                                                                                                      | FICHA                                                                                                          |
|-----------|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28/11     | Alcublas<br>Oeste · 08:30                      | 117.4 km · +1211 m · 5 h 25 min<br>Subida larga y gestión de ritmo.                                                                   | <br><a href="#">ABRIR</a>   |
| 05/12     | Balcón de Montroy - Dos Aguas<br>Oeste · 08:30 | 98.6 km · +1446 m · 4 h 40 min<br>Salida de desnivel; revisar meteorología y horas de luz.                                            | <br><a href="#">ABRIR</a>   |
| 12/12     | Sollana - Almussafes - El Saler<br>Sur · 08:30 | 61.0 km · +168 m · 3 h 05 min<br>Comida de Navidad. Regreso con margen.                                                               | <br><a href="#">ABRIR</a>   |
| 19/12     | Yátova - Buñol<br>Oeste · 08:30                | 88.4 km · +1092 m · 4 h 15 min<br>Último entrenamiento exigente antes de Navidad, sin repetir Calderona.                              | <br><a href="#">ABRIR</a>   |
| Jue 24/12 | Nadalencia: ~60-70 km / ~250-350 m             | Equipación oficial, desayuno o almuerzo conjunto y ritmo social dentro de cada grupo.<br>Track y ficha pendientes de logística final. | EVENTO                                                                                                         |
| 26/12     | Rocafort - Bétera - Náquera<br>Norte · 08:30   | 49.0 km · +422 m · 2 h 35 min<br>Recuperación posnavideña, sin entrenador. Tracks sencillos, separados y sin intensidad.              | <br><a href="#">ABRIR</a> |
| 02/01     | Picassent - Montserrat<br>Oeste · 08:30        | 56.4 km · +519 m · 2 h 55 min<br>Reinicio progresivo, tres corredores diferentes.                                                     | <br><a href="#">ABRIR</a> |

## Intermedio · salidas programadas

| FECHA | RECORRIDO                                        | DATOS Y OBJETIVO                                                                                                  | FICHA                                                                                                        |
|-------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 09/01 | Marines - Olocau - Bétera<br>Norte · 08:30       | 69.9 km · +600 m · 3 h 30 min<br>Primer fondo del año. Avanzado con salida adelantada si lo exige el track final. | <br><a href="#">ABRIR</a> |
| 16/01 | Buñol - Alborache<br>Oeste · 08:30               | 83.0 km · +1003 m · 4 h 00 min<br>Subida sostenida y técnica de descenso.                                         | <br><a href="#">ABRIR</a> |
| 23/01 | Barraca d'Aigües Vives - Tavernes<br>Sur · 08:30 | 119.5 km · +499 m · 5 h 30 min<br>Salida de referencia sur; iniciación llega a su máximo previsto del bloque.     | <br><a href="#">ABRIR</a> |
| 30/01 | Bugarra - Gestalgar<br>Oeste · 08:30             | 106.3 km · +1162 m · 5 h 00 min<br>Cierre del bloque y valoración para febrero-julio.                             | <br><a href="#">ABRIR</a> |

## Track, briefing y seguridad

- El GPX queda disponible desde el QR y el enlace de cada salida.
- El jueves anterior confirmaremos firme, obras, tráfico, meteorología, fuentes y parada.
- Los puntos de reagrupamiento y la persona que cierra se indicarán en el briefing semanal.
- La ruta podrá adaptarse por seguridad o necesidades del grupo; prevalece siempre la indicación del entrenador.
- El 26 de diciembre la salida será sin entrenador.