

TRAMOS CRONOMETRADOS



ACCESOS RECOMENDADOS

- 1 Km 00,17**
 - En la calle Marcelo Macías y tras seguir de frente en la rotonda, tomar cruce a la derecha a la altura del inmueble nº 144 (indica TOÉN 10). Continuar durante 10,6 km por la carretera OU-0519 sin desviarse hasta llegar a la localidad de TOÉN donde se tendrá acceso al tramo en un lugar **ESPECTACULAR y SEGURO** en la glorieta de TOÉN.
 - No obstante, la mejor opción para llegar a este punto es, desde la glorieta de la calle Ervedelo, tomar la carretera OU-402 en dirección a CASTRELO de MIÑO. Continuar por esta carretera durante 8,4 km y pasada la localidad de FREIXENDO, tomar un cruce a la izquierda que indica TOÉN / ALONGOS, a 5,4 km encontraremos el tramo en la espectacular glorieta de TOÉN.
- iii ACCESO FUERTEMENTE RECOMENDADO !!!**
- 2 Km 01,25**
 - En la autovía A-52, dirección VIGO, tomar la salida 240 en dirección a CASTRELO de MIÑO / CORTEGADA. Tras pasar por debajo de la autovía girar a la izquierda en la rotonda en dirección a TOÉN. A 5,4 km se encuentra el tramo en el cruce del Campo de Fútbol de TOÉN.
 - 3 Km 09,54**
 - Partiendo de la localidad de MOREIRAS continuar de frente por la carretera OU-0518. A 850 m seguir de frente por la carretera OU-0562 (indica TRELLE 3,9). Continuar por la OU-0562 durante 6,5 km y tomar un cruce a la derecha por una carretera sin denominación (indica ST. TOMÉ), A 3,5 km, en la localidad de SANTO TOMÉ, girar a la derecha por la OU-021, a 1 km encuentra el tramo en la localidad de RAMIRAS.
 - 4 Km 12,48**
Km 12,81
 - En la autovía A-52 dirección OURENSE-VIGO tomar la salida 240 en dirección a CASTRELO DE MIÑO / CORTEGADA siguiendo la carretera OU-402. Continuar por la OU-402 durante 5,5 km y tomar un cruce a la izquierda por la carretera OU-0304 (indica MACENDO 5 / CARTELLE 14). A 4,5 Km. se encuentra el final d el tramo en la localidad de MACENDO.
 - Desde esta localidad de MACENDO, y siguiendo el acceso a público desde el Control Stop, tenemos dos opciones ambas recomendables y seguras: Acceder al final del tramo cronometrado o al cruce de la carretera local procedente de VILELA con la carretera que proviene de RAMIRAS, a 200 m del final del tramo y en las proximidades del campo de futbol de MACENDO.

RECOMENDACIONES de SEGURIDAD

Respetar siempre las indicaciones de los Comisarios y Fuerzas de Seguridad.
Situarse siempre tras la cinta amarilla y nunca en los lugares marcados como 'Prohibido Público' con cinta roja.
En caso de situarse en lugares no marcados por la Organización, buscar lugares altos y/o fuera de las trazadas