



# INFORMACION

# RECORRIDO

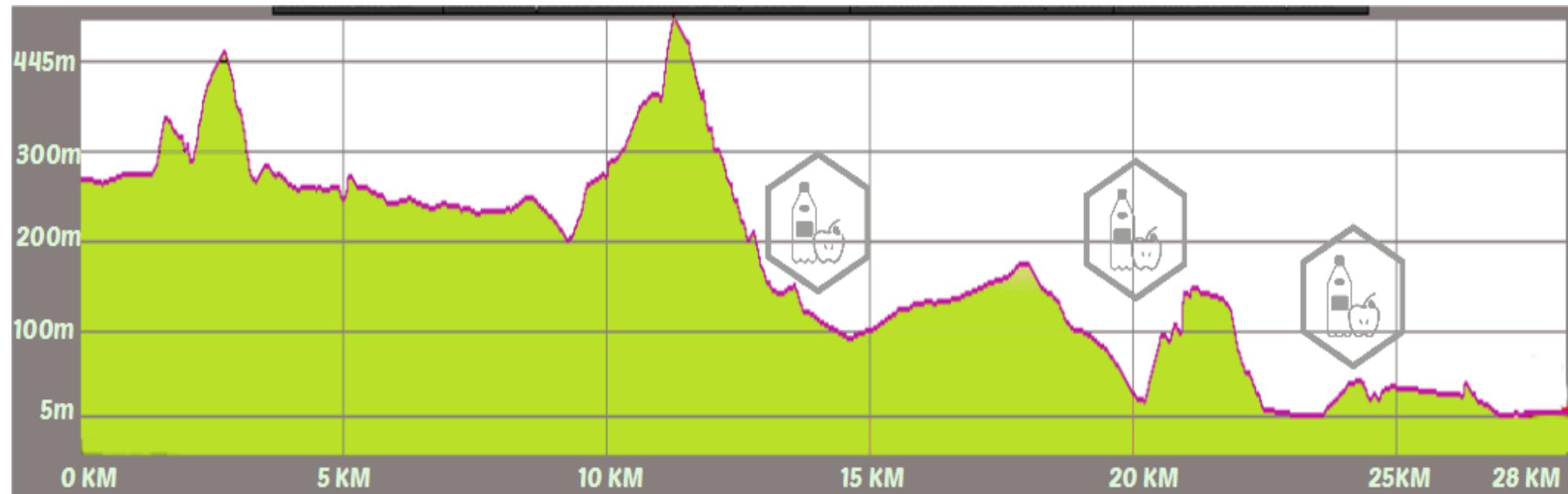


Concejalía de Deportes  
Ayuntamiento de Tinajo



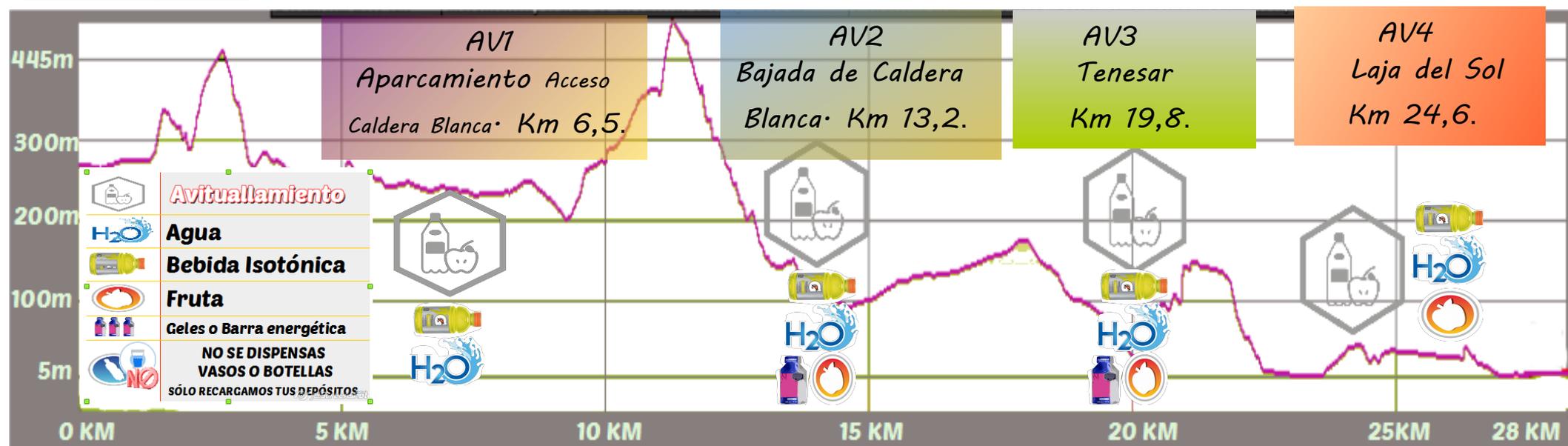
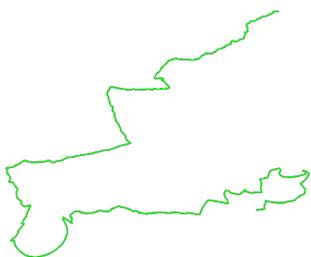
MODALIDAD

28 km



# Ruta de 28 Km

La prueba larga de la Tinajo You Trail, partirá a las 9:00 h, de la emblemática explanada de la Ermita de los Dolores en Mancha Blanca. Se saldrá en dirección a la Vegueta, por un primer tramo de 1,3 km de asfalto para girar a la izquierda y afrontar el primer gran desafío de la carrera, el ascenso a Montaña Tinache, salvando 175 m de desnivel, ascenderás por la cara este hasta la cima y bajando por la vertiente oeste, unos 200 metros negativos. Tras estas duras rampas siempre por encima del 20%, conectaremos posteriormente, por los caminos de Tajaste hasta el siguiente punto técnico, tras cruzar la carretera principal y acceder a la Caldera de Guiguan. Bordeando este icónico entorno del municipio, se inicia un tercer enlace de asfalto hasta la gran dificultad técnica de la carrera, correrás casi 2,5 km por un entorno único de senderos volcánicos. El pedregoso camino te dejará a las faldas del la Caldera Blanca, un cráter único en Canarias y que si bien te elevará a la máxima cota (448 m) de la carrera, las vistas que te deja estos 250 m positivos te las llevaras para siempre. Bajada rápida (-300m, 16-30%), y desde aquí iremos rumbo a la costa de Tenesar con una combinación de senderos, algo de camino volcánico y el primer gran tramo de camino rural. Primero subirás 1,5 km suaves por el camino que habitualmente baja a la Playa del Islote, y luego descenso (-150m) hasta la Costa de Tenesar, dejando el pueblito a la izquierda nos adentraremos por caminos de costa a casi 8 km de meta. Seguirás costeando por veredas no sin dificultad con un último asalto de desnivel de 100 m en 1 km y -150 para quedar casi a nivel del mar. Pasarás por La Laja del Sol, cuatro casitas que son historia viva de las gentes de Tinajo . Veras el final en El Picacho, desde donde conectarás con el último sendero de pescadores hasta la avenida de la Santa, donde encontrarás el ansiado final de carrera.



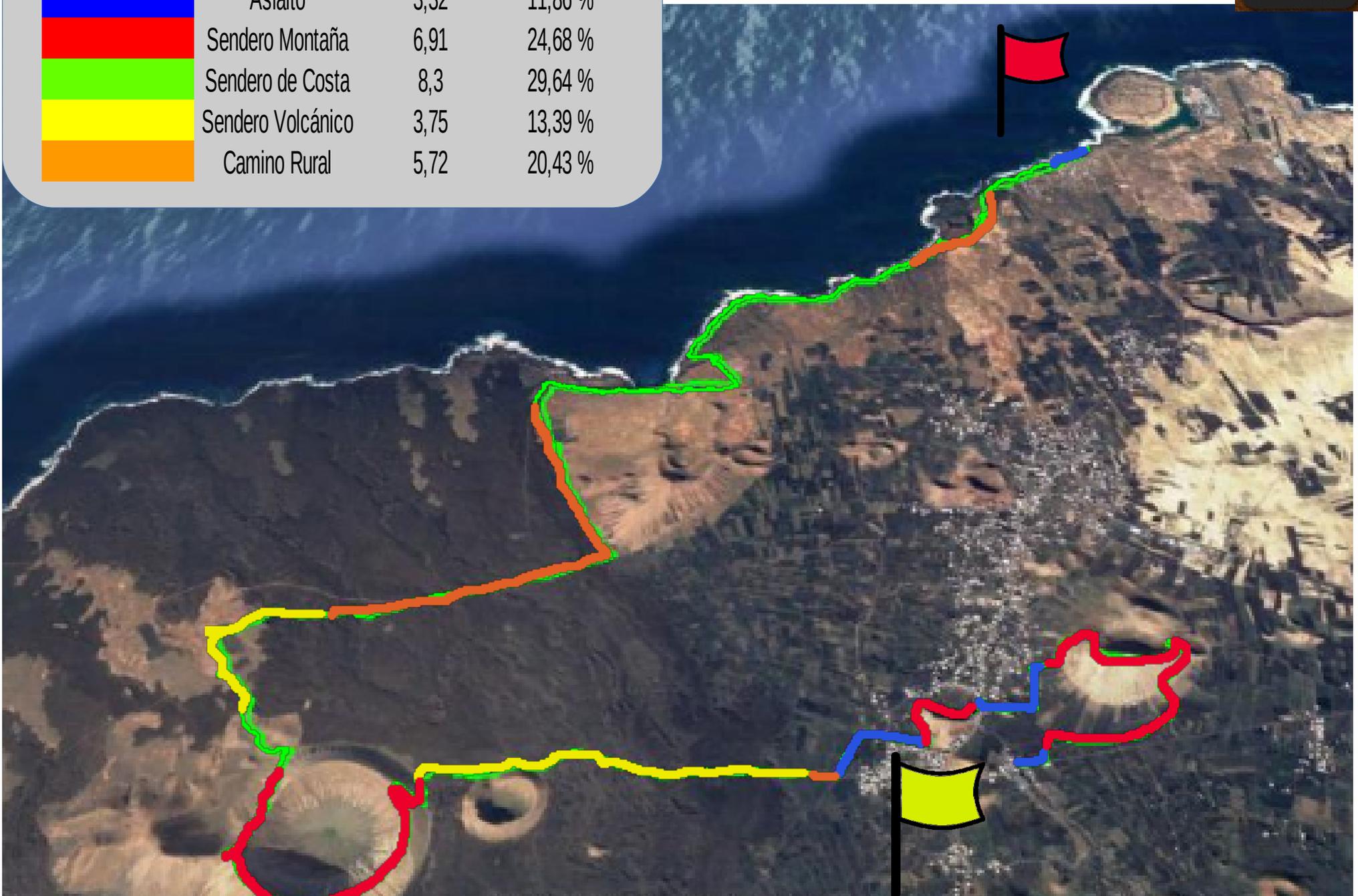
TUS DATOS DE PRUEBA		
SENDERO	18,96	Km
CAMINO	5,72	Km
ASFALTO	3,32	Km
DESNIVEL	1000	Positivos
DESNIVEL	1260	Negativos
PENDIENTE MEDIA	6,4 % -7 %	



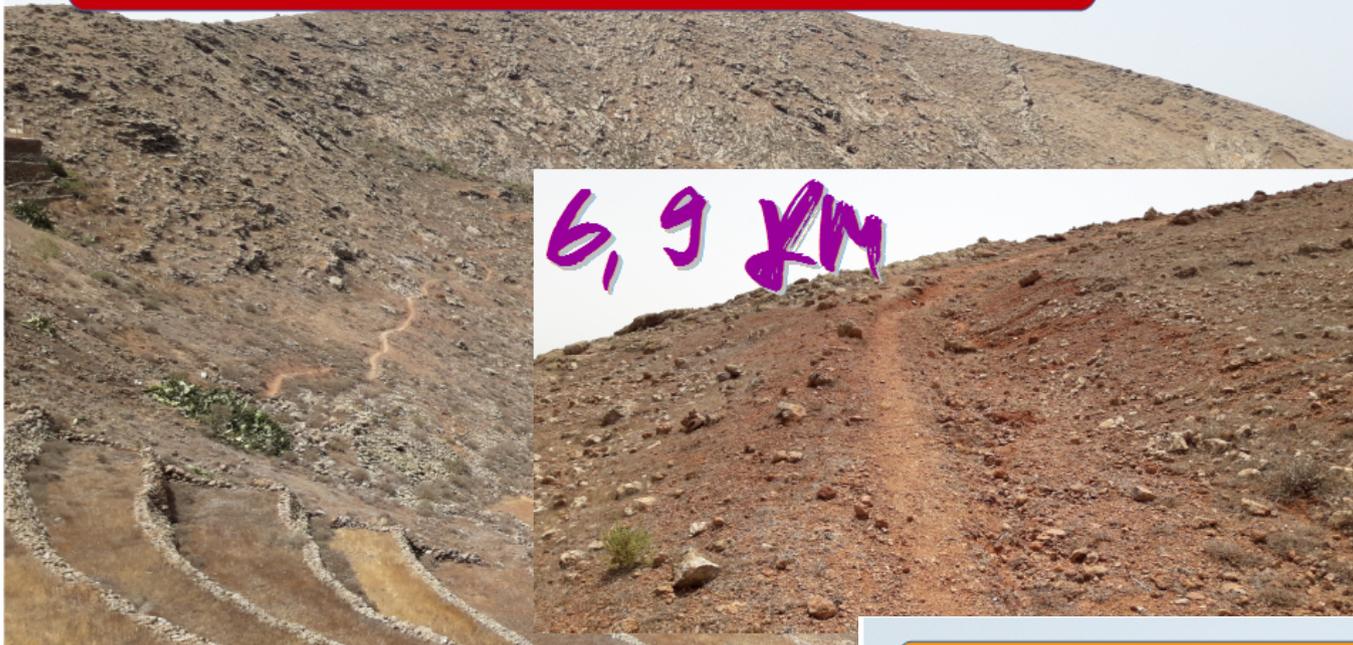
## TINAJO YOU TRAIL 28 KM.

TRAMO	TIPO	TERRENO	DISTANCIA KM	KM INICIO	KM FINAL	Altura 1 m	Altura 2 m	DESNIVEL M
T 1	Conexión 1	Asfalto	1,3	0	1,3	270	273	3
T2	1º Ascenso	Sendero Montaña	1,44	1,3	2,74	273	446	173
T3	1º Descenso	Sendero Montaña	0,96	2,74	3,7	446	252	-194
T4	Conexión 2	Asfalto	0,79	3,7	4,49	252	245	-7
T5	Zona Técnica 1	Sendero Montaña	0,91	4,49	5,4	245	260	15
T6	Conexión 3	Asfalto	0,83	5,4	6,23	260	246	-14
T7	Conexión 4	Camino Rural	0,52	6,23	6,75	246	246	0
T8	Zona Técnica 2	Sendero Volcánico	2,45	6,75	9,2	244	200	-44
T9	2º Ascenso	Sendero Montaña	1,8	9,2	11	200	454	254
T10	2º Descenso	Sendero Montaña	1,8	11	12,8	454	160	-294
<b>AV 1</b>	<b>Avituallamiento</b>		<b>0</b>	<b>12,8</b>	<b>12,8</b>			
T11	Zona Técnica 3	Sendero de Costa	1,8	12,8	14,6	160	96	-64
T12	Zona Técnica 3	Sendero Volcánico	1,3	14,6	15,9	96	129	33
T13	Conexión 5	Camino Rural	1,6	15,9	17,5	129	167	38
T14	Conexión 5	Camino Rural	2,1	17,5	19,6	167	42	-125
<b>AV 2</b>	<b>Avituallamiento</b>		<b>0</b>	<b>19,6</b>	<b>19,6</b>			
T15	Zona Técnica 4	Sendero de Costa	1	19,6	20,6	42	160	118
T16	Zona Técnica 4	Sendero de Costa	3,4	20,6	24	160	32	-128
<b>AV 3</b>	<b>Avituallamiento</b>		<b>0</b>	<b>24</b>	<b>24</b>			
T17	Zona Técnica 5	Sendero de Costa	1,5	24	25,5	32	30	-2

		KM	%TOTAL
	Asfalto	3,32	11,86 %
	Sendero Montaña	6,91	24,68 %
	Sendero de Costa	8,3	29,64 %
	Sendero Volcánico	3,75	13,39 %
	Camino Rural	5,72	20,43 %



# SENDEROS DE MONTAÑA



# SENDERO VOLCANICO





SENDEPEROS DE COSTA



8,3 KM



CAMINOS RURALES



5,7 KM



ASFALTO 3,3 KM