

etapastage4 17.04.26

XINZO DE LIMIA
CABEZA DE MEDA
(XUNQUEIRA DE ESPADANEDO)

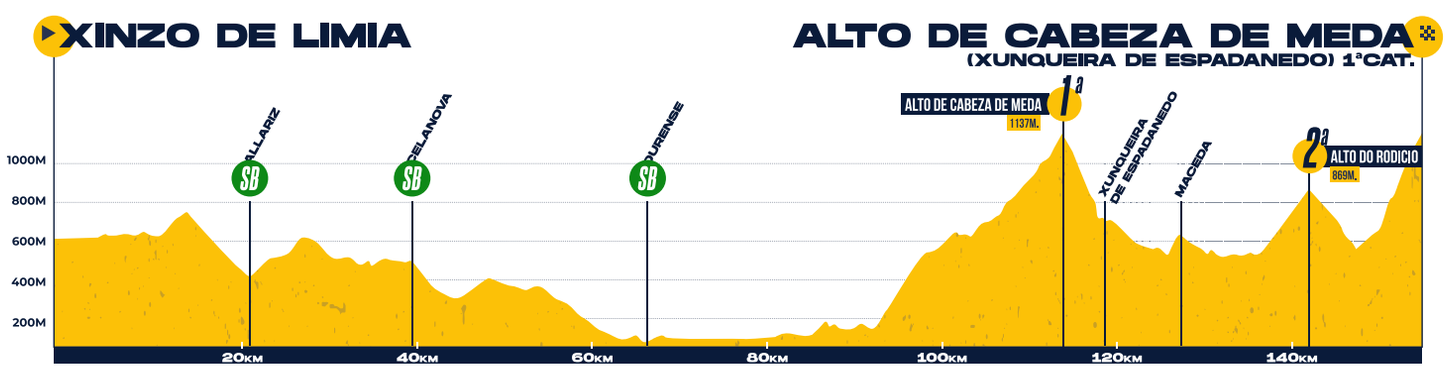
#OGC26

www.ograncamino.gal

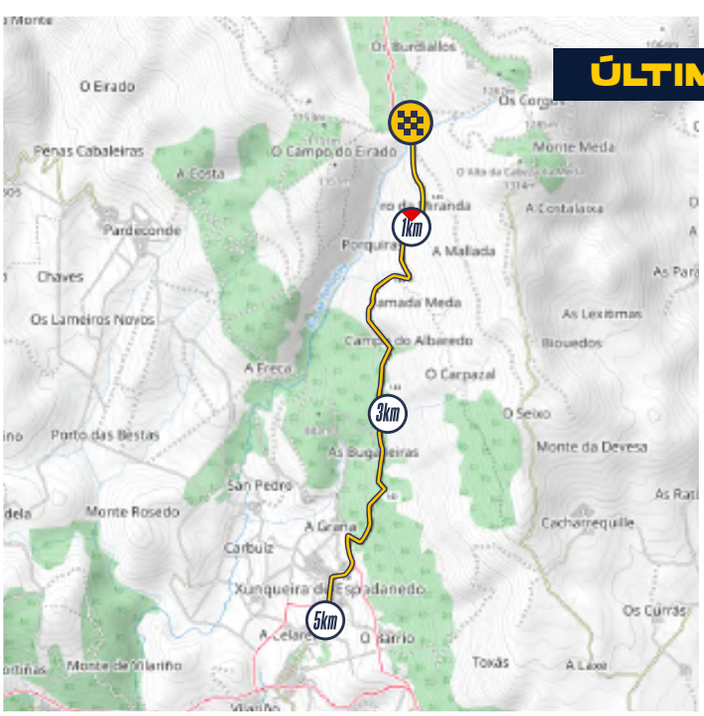
APERTURA CONTROL FIRMAS 10:40
CIERRE CONTROL FIRMAS 11:40
LLAMADA SALIDA 11:45
SALIDA NEUTRALIZADA 11:50

KM CARRERA	KM A META	ALTITUD	ITINERARIO	VIAL	HORARIO PREVISTO 45 KM/H	41 KM/H	39 KM/H
4,20		626	Xinzo de Limia. Rúa dos de Maio - Museo Galego do Entroido	Concello Xinzo de Limia	11:50	11:50	11:50
3,85		626	Giro izquierda por rúa do Toural	Concello Xinzo de Limia			
3,43		620	Giro derecha 90° por rúa Sitibal	Concello Xinzo de Limia			
2,58		619	Rotonda izquierda por OU-531	OU-351			
2,17		618	Rotonda recto, seguir por OU-531.	OU-351			
0,82		617	Giro derecha 90° para enlazar con N-525	OU-351			
0,22		619	Giro izquierda 90° acceso a N-525 dirección Allariz	N-525			
0,00	145,70	626	**KM 0**	N-525	11:55	11:55	11:55
0,50	145,20	626	Concello de Sandias	N-525	11:55	11:55	11:55
15,20	130,50	460	Allariz. Rotonda giro izquierda dirección Allariz por OU-0152.	OU-0152	12:15	12:17	12:18
15,60	130,10	647	**ULTREIA DE ALLARIZ - SPRINT BONUS**	OU-0152	12:15	12:17	12:19
16,40	129,30	470	Cruce giro derecha 90° por rúa Emila Pardo Bazán	Concello Allariz	12:16	12:19	12:20
16,75	128,95	450	Giro izquierda 90° por OU-300 por rúa Alfredo Nan	OU-300	12:17	12:19	12:20
21,30	124,40	561	Puente estrecho	OU-300	12:23	12:26	12:27
27,05	118,65	521	Puente estrecho	OU-300	12:31	12:34	12:36
30,63	115,07	475	Inicio EcoZona	OU-531	12:35	12:39	12:42
30,83	114,87	477	Fin EcoZona - Inicio Avituallamiento	OU-531	12:36	12:40	12:42
31,04	114,66	496	Cruce giro derecha incorporación a OU-531 dirección Celanova	OU-531	12:36	12:40	12:42
33,18	112,52	502	Fin Zona de Avituallamiento - Inicio EcoZona	OU-531	12:39	12:43	12:46
33,38	112,32	506	Fin EcoZona	OU-531	12:39	12:43	12:46
33,85	111,85	502	Celanova. Dirección Ourense por rúa da Encarnación. Av San Rosendo	Concello Celanova	12:40	12:44	12:47
34,33	111,37	513	Cruce derecha dirección Ourense	Concello Celanova	12:40	12:45	12:47
34,40	111,30	512	**ULTREIA DE CELANOVA - BONUS SPRINT**	Concello Celanova	12:40	12:45	12:47
35,25	110,45	514	Rotonda, recto por av Francisco González Rey.	Concello Celanova	12:42	12:46	12:49
40,55	105,15	339	A Barxiña. Rotonda recto, seguir por OU-540	OU-540	12:49	12:54	12:57
41,15	104,55	432	A Lampaza, seguir por OU-540.	OU-540	12:49	12:55	12:58
51,75	93,95	350	Bentrances, seguir por OU-540.	OU-540	13:04	13:10	13:14
52,45	93,25	280	Cruce, giro izquierda dirección Barbadás.	Concello Barbadas	13:04	13:11	13:15
54,20	91,50	272	Concello Barbadás, baden av Celanova	Concello Barbadas	13:07	13:14	13:18
56,63	89,07	180	Paso puente estrecho	Concello Barbadas	13:10	13:17	13:22
56,82	88,88	170	Seguir por rúa Rosales dirección Ourense	Concello Barbadas	13:10	13:18	13:22
57,85	87,85	150	A Valenzá. Rotonda recto av Celanova.	Concello Barbadas	13:12	13:19	13:24
58,73	86,97	143	Ourense. Rotonda recto dirección Ourense centro por av Marcelo Macías	OU-540	13:13	13:20	13:25
59,90	85,80	133	**ULTREIA DE OURENSE - BONUS SPRINT**	Concello Ourense	13:14	13:22	13:27
60,20	85,50	130	Cruce giro izquierda 90° por rúa Progreso.	Concello Ourense	13:15	13:23	13:27
61,86	83,84	112	Av Pardo de Cela, rotonda recto hacia Ponte do Milenio.	Concello Ourense	13:17	13:25	13:30
62,00	83,70	114	Rotonda, seguir derecha.	Concello Ourense	13:17	13:25	13:30
62,80	82,90	108	Inicio EcoZona	N-120	13:18	13:26	13:31
62,98	82,72	109	Fin EcoZona - Inicio Avituallamiento	N-120	13:18	13:27	13:31
64,98	80,72	130	Fin Zona de Avituallamiento - Inicio EcoZona	N-120	13:21	13:30	13:34
65,10	80,60	124	Fin EcoZona	N-120	13:21	13:30	13:35
67,75	77,95	123	Concello Pereiro de Aguiar	N-120	13:25	13:34	13:39
73,55	72,15	126	Concello Nogueira de Ramuín	N-120	13:33	13:42	13:48
80,30	65,40	154	Lugar O Coitelo. Cruce giro izquierda dirección Os Peares	N-120a	13:42	13:52	13:58
81,23	64,47	137	Cruce giro derecha 90° dirección Salto Santo Estevo	Os Peares	13:43	13:53	13:59
82,45	63,25	184	Precaución paso estrecho	Concello Nogueira de Ramuín	13:44	13:55	14:01
82,52	63,18	184	Precaución railes en calzada	Concello Nogueira de Ramuín	13:45	13:55	14:01
82,58	63,12	191	Precaucion paso estrecho	Concello Nogueira de Ramuín	13:45	13:55	14:02
88,40	57,30	157	Comienza puerto	Concello Nogueira de Ramuín	13:52	14:04	14:11
89,35	56,35	155	Cruce por la derecha dirección parador por OU-0557	OU-0557	13:54	14:05	14:12
94,78	50,92	533	Inicio EcoZona	OU-0557	14:01	14:13	14:20
94,98	50,72	557	Fin EcoZona - Inicio Avituallamiento	OU-0557	14:01	14:13	14:21
97,28	48,42	631	Fin Zona de Avituallamiento - Inicio EcoZona	OU-0557	14:04	14:17	14:24
97,48	48,22	637	Fin EcoZona	OU-0557	14:04	14:17	14:24
54 4,00	41,70	740	Concello Parada do Sil	OU-0508	14:13	14:27	14:35

106,45	39,25	845	Cruce giro cerrado derecha dirección O Coutiño / O Couto / Santigueiro	Concello Parada do Sil	14:16	14:30	14:38
106,88	38,82	888	Cruce derecha seguir subiendo hacia O Xuguiño	C. Xunqueira de Espadañedo	14:17	14:31	14:39
110,85	34,85	1.137	**PM alto Cabeza de Meda 1ªCAT.** Paso por contrameta	C. Xunqueira de Espadañedo	14:22	14:37	14:45
112,30	33,40	1.034	Curvas en descenso pronunciado	C. Xunqueira de Espadañedo	14:24	14:39	14:47
115,08	30,62	728	Cruce seguir hacia O Barrio / Casanova para enlazar con OU-536	C. Xunqueira de Espadañedo	14:28	14:43	14:52
116,52	29,18	697	Cruce giro cerrado dereha dirección Maceda, incorporación a OU-536	C. Xunqueira de Espadañedo	14:30	14:45	14:54
118,08	27,62	609	Inicio EcoZona	C. Xunqueira de Espadañedo	14:32	14:47	14:56
118,28	27,42	611	Fin EcoZona - Inicio Avituallamiento	C. Xunqueira de Espadañedo	14:32	14:48	14:56
120,28	25,42	700	Fin Zona de Avituallamiento - Inicio EcoZona	C. Xunqueira de Espadañedo	14:35	14:51	15:00
120,48	25,22	700	Fin EcoZona	C. Xunqueira de Espadañedo	14:35	14:51	15:00
121,10	24,60	702	Cruce giro izquierda dirección Maceda por OU-104	OU-104	14:36	14:52	15:01
126,40	19,30	581	Maceda. Rúa as Canteiras	OU-104	14:43	14:59	15:09
126,90	18,80	573	Plaza das Toldas. Giro izquierda hacia OU-0107 rúa das Flores	OU-0107	14:44	15:00	15:10
129,30	16,40	555	Comienza puerto	OU-0107	14:47	15:04	15:13
135,50	10,20	875	**PM Alto do Rodicio 2ª CAT.** Cruce giro 90° izquierda por OU-536	OU-536	14:55	15:13	15:23
139,60	6,00	619	Comienza puerto	OU-536	15:01	15:19	15:29
140,09	5,61	864	Giro derecha 90° tras puete final población. Estrechamiento calzada	C. Xunqueira de Espadañedo	15:01	15:20	15:30
140,99	4,71	651	Cruce giro 90° a la derecha dirección A Obellariza	C. Xunqueira de Espadañedo	15:02	15:21	15:31
141,29	4,41	662	Cruce giro 90° derecha	C. Xunqueira de Espadañedo	15:03	15:21	15:32
141,39	4,31	661	Cruce giro 90° izquierda	C. Xunqueira de Espadañedo	15:03	15:21	15:32
141,69	4,01	685	Cruce derecha por rúa da Barreira dirección Parada do Sil	C. Xunqueira de Espadañedo	15:03	15:22	15:32
142,09	3,61	734	Cruce giro derecha hacia meta	C. Xunqueira de Espadañedo	15:04	15:22	15:33
144,10	1,60	1.118	Inicio EcoZona	C. Xunqueira de Espadañedo	12:26	12:30	12:34
144,30	1,40	1.132	Fin EcoZona - Inicio Avituallamiento	C. Xunqueira de Espadañedo	12:26	12:30	12:34
145,70	0,00	1.137	**Meta Alto Cabeza de Meda 1ª CAT**	C. Xunqueira de Espadañedo	15:09	15:28	15:39



145,7KM · 2934M



ÚLTIMOS 5KM

Entramos en Xunqueira de Espadanedo tras coronar el alto del Rodicio de 2ª categoría y subimos hacia la meta por la zona que previamente se había bajado.

