

# etapastage5 18.04.26

AS NEVES  
MONTE TREGA  
(A GUARDA)

# #0GG26

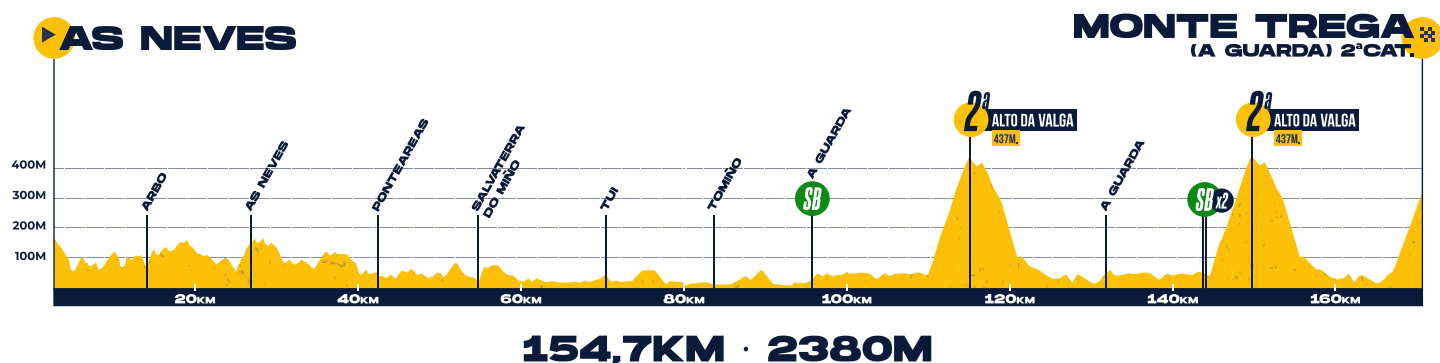
APERTURA CONTROL FIRMAS 12:15  
CIERRE CONTROL FIRMAS 13:15  
LLAMADA SALIDA 13:20  
SALIDA NEUTRALIZADA 13:25

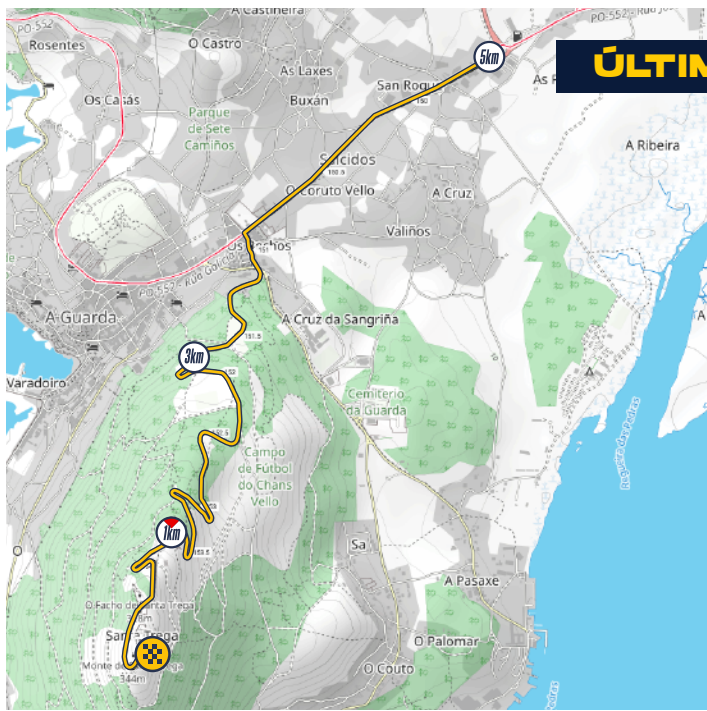
www.ograncamino.gal     

## HORARIO PREVISTO

KM CARRERA	KM A META	ALTITUD	ITINERARIO	VIAL	HORARIO PREVISTO		
					46 KM/H	43 KM/H	40 KM/H
6,56		175	As Neves. Praza Maior. Salida hacia rúa Esperanza	Concello As Neves	13:25	13:25	13:25
4,55		175	Rotonda incorporación a PO-400 dirección Arbo.	PO-400			
0,23		115	Concello de Arbo	PO-400			
0,00	154,70	95	<b>KM 0. Bodegas Eidosela</b>	PO-400	13:35	13:35	13:35
0,48	154,22	116	Rotonda, seguir recto por PO-400.	PO-400	13:35	13:35	13:35
2,68	152,02	95	Cruce derecha hacia centro urbano Arbo por rúa Vázquez Estevez	Concello Arbo	13:38	13:38	13:39
3,35	151,35	98	Calle Antonia Tovar	Concello Arbo	13:39	13:39	13:40
3,78	150,92	113	Cruce giro derecha, rúa Buenos Aires, seguir por EP-5202	EP-5202	13:39	13:40	13:40
4,80	149,90	128	Baden. Cruce 90° izquierda. Indica A Cañiza 13,6. Rúa da Estación	EP-5202	13:41	13:41	13:42
4,90	149,80	130	Rotonda izquierda por PO-405.	PO-405	13:41	13:41	13:42
5,70	149,00	126	Rotonda recto dirección As Neves por PO-400	PO-400	13:42	13:42	13:43
6,46	148,24	115	Rotonda derecha, indica Cabeiras / Rocha, por EP-5201	EP-5201	13:43	13:44	13:44
13,25	141,45	86	Cruce derecha incorporación PO-400 dirección As Neves	PO-400	13:52	13:53	13:54
17,86	136,84	175	As Neves, rotonda izquierda, seguir por PO-400	PO-400	13:58	13:59	14:01
18,27	136,43	165	Rotonda izquierda dirección Salvaterra / Salceda, seguir por PO-400.	PO-400	13:58	14:00	14:02
21,70	133,00	40	Rotonda izquierda dirección Salvaterra.	Concello Salvaterra	14:03	14:05	14:07
24,20	130,50	36	Rotonda izquierda dirección Salvaterra por rúa Rosalía de Castro	Concello Salvaterra	14:06	14:08	14:11
26,48	128,22	38	Rotonda recto por rúa Rosaía de Castro.	Concello Salvaterra	14:09	14:11	14:14
26,55	128,15	42	Rotonda recto por rúa Rosaía de Castro.	Concello Salvaterra	14:09	14:12	14:14
28,20	126,50	67	Cruce giro izquierda indica Porto / Arantei	Concello Salvaterra	14:11	14:14	14:17
30,10	124,60	83	Giro derecha 90° hacia PO-404	Concello Salvaterra	14:14	14:17	14:20
30,30	124,40	71	Cruce giro izquierda 90° incorporación a PO-404	PO-404	14:14	14:17	14:20
30,40	124,30	68	Inicio EcoZona	PO-404	14:14	14:17	14:20
30,60	124,10	64	Fin EcoZona - Inicio Avituallamiento	PO-404	14:14	14:17	14:20
32,60	122,10	28	Fin Zona de Avituallamiento - Inicio EcoZona	PO-404	14:17	14:20	14:23
32,80	121,90	27	Fin EcoZona	PO-404	14:17	14:20	14:24
34,06	120,64	19	Salceda de Caselas	PO-404	14:19	14:22	14:26
38,76	115,94	12	Rotonda seguir por PO-404 dirección Tui	PO-404	14:25	14:29	14:33
40,65	114,05	17	Rotonda izquierda dirección Tui por av Concordia	Concello Tui	14:28	14:31	14:35
42,62	112,08	19	Rotonda derecha hacia rúa Ourense	Concello Tui	14:30	14:34	14:38
44,06	110,64	23	Cruce, giro 90° a derecha dirección Tomiño / A Gurda por N-551 / PO-552	PO-552	14:32	14:36	14:41
44,77	109,93	17	Rotonda con A-55, seguir recto dirección A Guarda	PO-552	14:33	14:37	14:42
45,11	109,59	19	Rotonda con A-55, seguir recto dirección A Guarda.	PO-552	14:33	14:37	14:42
45,71	108,99	18	Rotonda seguir por PO-552, dirección A Guarda.	PO-552	14:34	14:38	14:43
55,99	98,71	21	Rotonda con PO-344, seguir por PO-552.	PO-552	14:48	14:53	14:58
57,86	96,84	22	Rotonda recto por PO-552.	PO-552	14:50	14:55	15:01
58,76	95,94	23	Rotonda con CG-4.2, seguir por PO-552.	PO-552	14:51	14:56	15:03
61,50	93,20	23	Inicio EcoZona	PO-552	14:55	15:00	15:07
61,70	93,00	27	Fin EcoZona - Inicio Avituallamiento	PO-552	14:55	15:01	15:07
63,70	91,00	35	Fin Zona de Avituallamiento - Inicio EcoZona	PO-552	14:58	15:03	15:10
63,90	90,80	26	Fin EcoZona	PO-552	14:58	15:04	15:10
66,07	88,63	33	Rotonda con PO-194, recto por PO-552.	PO-552	15:01	15:07	15:14
66,66	88,04	32	Rotonda recto por PO-552.	PO-552	15:01	15:08	15:14
67,76	86,94	20	Cruce con PO-354, seguir recto por PO-552	PO-552	15:03	15:09	15:16
68,08	86,62	12	Rotonda con CG-4.2, seguir por PO-552.	PO-552	15:03	15:09	15:17
69,09	85,61	43	A Guarda, av Diego Antonio González	PO-552	15:05	15:11	15:18
70,70	84,00	42	<b>ULTREIA DA GUARDA - BONUS SPRINT</b>	PO-552	15:07	15:13	15:21
78,21	76,49	37	Concello de Oia	PO-552	15:17	15:24	15:32
83,13	71,57	39	Cruce giro der. por EP-3202, dirección Torroña, Santa Comba. COMIENZA PUERTO	EP-3202	15:23	15:30	15:39
83,50	71,20	40	Inicio EcoZona	EP-3202	15:23	15:31	15:40
83,70	71,00	43	Fin EcoZona - Inicio Avituallamiento	EP-3202	15:24	15:31	15:40
86,70	68,00	280	Fin Zona de Avituallamiento - Inicio EcoZona	EP-3202	15:28	15:35	15:45
86,90	67,80	252	Fin EcoZona	EP-3202	15:28	15:36	15:45
88,37	66,33	431	<b>PM ALTO DA VALGA 2ª CAT</b>	EP-3202	15:30	15:38	15:47
91,50	63,20	423	Curva bajada	EP-2202	15:34	15:42	15:52

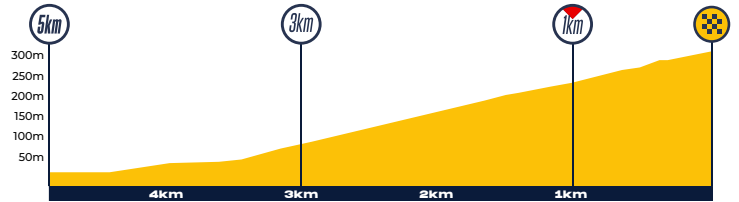
93,00	61,70	423	Cruce giro derecha 90° dirección Loureza / O Rosal por EP-2202	EP-2202	15:36	15:44	15:54
94,30	60,40	322	Zonas curvas bajada	EP-2202	15:38	15:46	15:56
94,80	59,90	306	Cruce hacia Tomiño, seguir por EP-2202 dirección Lourenza / O Rosal	EP-2202	15:38	15:47	15:57
97,35	57,35	145	Curva bajada	EP-2202	15:41	15:50	16:01
97,90	56,80	119	Zona curvas	EP-2202	15:42	15:51	16:01
105,17	49,53	42	Rotonda izquierda	PO-354	15:52	16:01	16:12
105,35	49,35	41	Rotonda izquierda	PO-354	15:52	16:02	16:13
106,25	48,45	20	Rotonda recto dirección A Guarda, por PO-354	PO-354	15:53	16:03	16:14
108,58	46,12	20	Rotonda, derecha dirección A Guarda por PO-552.	PO-552	15:56	16:06	16:17
108,90	45,80	12	Rotonda con CG-4.2, seguir por PO-552.	PO-552	15:57	16:06	16:18
109,91	44,79	43	A Guarda, av Diego Antonio González	PO-552	15:58	16:08	16:19
119,03	35,67	37	Concello de Oia	PO-552	16:10	16:21	16:33
123,95	30,75	39	Cruce giro der. por EP-3202, dirección Torroña, Santa Comba. COMIENZA PUERTO	EP-3202	16:16	16:27	16:40
123,60	31,10	43	<b>ULTREIA DE OIA - BONUS SPRINT</b>	EP-3202	16:16	16:27	16:40
123,90	30,80	40	<b>ULTREIA DE OIA - BONUS SPRINT</b>	EP-3202	16:16	16:27	16:40
124,00	30,70	40	Inicio EcoZona	EP-3202	16:16	16:28	16:41
124,10	30,60	43	Fin EcoZona - Inicio Avituallamiento	EP-3202	16:16	16:28	16:41
127,10	27,60	280	Fin Zona de Avituallamiento - Inicio EcoZona	EP-3202	16:20	16:32	16:45
127,30	27,40	252	Fin EcoZona	EP-3202	16:21	16:32	16:45
129,19	25,51	431	<b>PM ALTO DA VALGA 2ª CAT</b>	EP-3202	16:23	16:35	16:48
132,32	22,38	423	Curva bajada	EP-2202	16:27	16:39	16:53
133,12	21,58	423	Curva bajada	EP-2202	16:28	16:40	16:54
133,82	20,88	322	Cruce giro derecha 90° dirección Loureza / O Rosal por EP-2202	EP-2202	16:29	16:41	16:55
135,12	19,58	306	Zonas curvas bajada	EP-2202	16:31	16:43	16:57
135,62	19,08	145	Cruce hacia Tomiño, seguir por EP-2202 dirección Lourenza / O Rosal	EP-2202	16:31	16:44	16:58
135,97	18,73	119	Seguir por EP-2202	EP-2202	16:32	16:44	16:58
136,47	18,23	42	Zonas curvas bajada	EP-2202	16:33	16:45	16:59
138,17	16,53	41	Curva bajada	EP-2202	16:35	16:47	17:02
138,72	15,98	20	Zona curvas	EP-2202	16:35	16:48	17:03
145,99	8,71	20	Rotonda izquierda	PO-354	16:45	16:58	17:13
146,17	8,53	12	Rotonda izquierda	PO-354	16:45	16:58	17:14
147,07	7,63	43	Rotonda recto dirección A Guarda, por PO-354.	PO-354	16:46	17:00	17:15
149,40	5,30	23	Rotonda, derecha dirección A Guarda por PO-552	PO-552	16:49	17:03	17:19
149,70	5,00	16	Inicio EcoZona	EP-3202	16:50	17:03	17:19
149,90	4,80	19	Fin EcoZona	EP-3202	16:50	17:04	17:19
150,80	3,90	45	Cruce giro izquierda por rúa Julia Vaquero	Concello A Guarda	16:51	17:05	17:21
150,90	3,80	49	Cruce recto hacia subida Monte Santa Trega. COMIENZA PUERTO	Concello A Guarda	16:51	17:05	17:21
154,00	0,70	280	Comienza sector pavé	Concello A Guarda	16:55	17:09	17:26
154,20	0,50	301	Fin sector pavé	Concello A Guarda	16:56	17:10	17:26
154,70	0,00	324	<b>META. ALTO MONTE SANTA TREGA 1ª CAT</b>	Concello A Guarda	16:56	17:10	17:27





## ÚLTIMOS 5KM

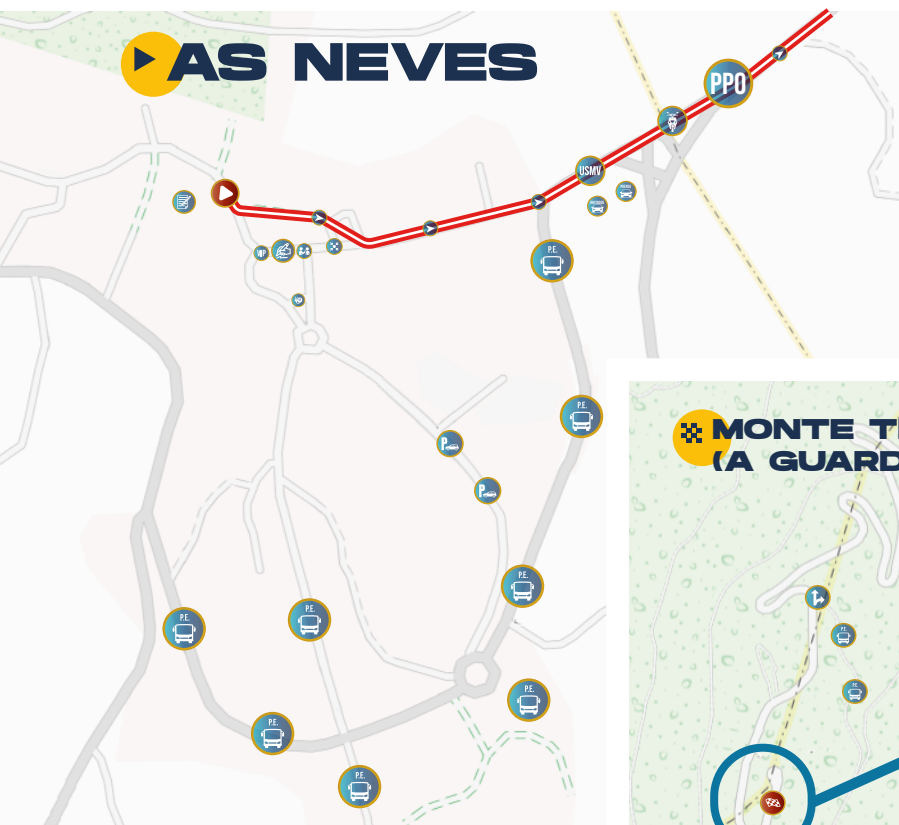
Se entra en la localidad de A Guarda, por carretera ancha en ligero descenso, tras una larga recta, hacemos un giro a izquierda de 90° situado a 3,8Km de la meta y comenzamos la subida al Monte Trega para finalizar la etapa. A 600m de la meta subiremos por un tramo empedrado de una antigua calzada romana, son 300 con fuerte pendiente ascendente de casi el 14%.



## PASOS CON PRECAUCIÓN BANDERAS AMARILLAS

0,48->R; 2,68->GD; 3,21->B; 3,51->B; 3,56->B; 3,67->B; 3,75->B; 3,78->GD; 4,18->B; 4,8->B; 4,9->R+GI; 5,7->R; 6,46->R+GD; 6,58->B; 7,31->CU; 11,63->PE; 13,25->GD; 17,86->R+GI; 18,27->R+GI; 18,39->B; 18,76->B; 21,7->R+GI; 24,2->R+GI; 25,88->B; 26,07->B; 26,23->B; 26,35->B; 26,48->R; 26,55->R; 28,2->GI; 30,1->GD; 30,3->GI; 32,27->CU; 34,06->B; 38,76->R; 40,65->R+GI; 41,96->B; 42,11->B; 42,21->B; 42,41->B; 42,62->R+GD; 43,01->B; 43,06->B; 43,09->B; 43,61->B; 43,88->B; 44,06->GD; 44,77->R; 45,11->R; 45,71->R; 55,99->R; 57,86->R; 58,76->R; 62,87->CU; 66,07->R; 66,66->R; 68,08->R; 69,26->B; 69,48->B; 69,59->B; 69,88->B; 70,12->B; 70,21->B; 70,31->B; 70,56->B; 70,81->B; 82,3->B; 83,06->B; 83,13->GD; 91,5->CU; 92,3->CU; 93->GD; 94,3->CU; 95->B; 95,65->CU; 97,35->CU; 97,9->CU; 99,1->B; 102,1->B; 102,44->B; 103,57->B; 105,11->B; 105,17->R+GI; 105,35->R+GI; 105,41->B; 105,5->B; 105,73->B; 106,25->R; 107,25->B; 107,67->B; 108,15->B; 108,3->B; 108,58->R+GD; 108,9->R; 110,08->B; 110,3->B; 110,41->B; 110,7->B; 110,94->B; 111,03->B; 111,13->B; 111,38->B; 111,63->B; 123,12->B; 123,88->B; 123,95->GD; 132,32->CU; 133,12->CU; 133,82->GD; 135,12->CU; 135,82->B; 136,47->CU; 138,17->CU; 138,72->CU; 139,92->B; 142,92->B; 143,26->B; 144,39->B; 145,93->B; 145,99->R+GI; 146,17->R+GI; 146,23->B; 146,32->B; 146,55->B; 147,07->R; 148,07->B; 148,49->B; 148,97->B; 149,12->B; 149,4->R+GD; 150,5->B; 150,7->B; 150,8->GI; 154->PV

## MAPA SALIDA Y LLEGADA



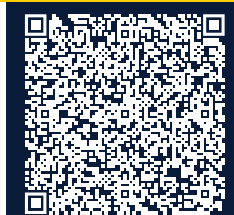
### ZONA SALIDA



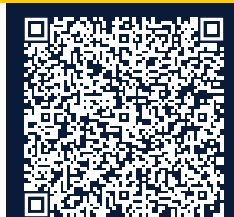
### PPO SALIDA



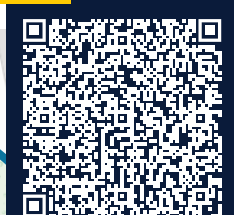
### PARKING BUSES SALIDA



### ENLACE SALIDA - META



### ZONA META



### PARKING BUSES META

