

Proyecto:

Organización de la I Marcha Cicloturista Rompepiernas: Sos-Altas Cinco Villas-Sos

Organización

Club Deportivo Val d'Onsella



Índice

- **Presentación-carta invitación**
- **Rutómetro**
- **Recorrido**
- **Altimetría**
- **Coeficiente de dureza en relación a otras marchas cicloturistas**
- **Fecha de celebración de la Marcha**
- **Número de cicloturistas previstos para esta y otras ediciones de la Marcha**
- **Fortalezas**

Presentación-carta invitación

La I Cicloturista Rompepiernas: Sos-Altas Cinco Villas-Sos, organizada por el Club Val d'Onsella, surge de la iniciativa de un grupo de vecinos/as de Sos del Rey Católico al considerar que las Altas Cinco Villas es un escenario idóneo para combinar la práctica del ciclismo de ruta y de montaña con el turismo de naturaleza, cultura, gastronomía y descanso.

Las Altas Cinco Villas, situadas en el noroeste de la provincia de Zaragoza, forman parte de las estribaciones prepiraneicas. Terreno por tanto de continuos repechos y sucesivos puertos de media montaña, en el argot ciclista un terreno "rompepiernas". Orografía en definitiva, que permite al cicloturista diseñar recorridos de mayor o menor nivel de exigencia en función de su condición y momento de la temporada.

La orografía, la escasa densidad demográfica y la ausencia de grandes núcleos de población son factores que facilitan en nuestro territorio dos de los aspectos más valorados por los cicloturistas: carreteras estrechas, rugosas y sinuosas que recuerdan al ciclismo legendario; y el estar, como consecuencia del escaso tránsito de vehículos de motor, durante kilómetros escuchando únicamente la naturaleza, el compás de la respiración y los rozamientos de la bicicleta.

En las Altas Cinco Villas el cicloturista puede disfrutar de un territorio con elevado patrimonio natural, caracterizado por la alta biodiversidad y contraste de colores: los espesos pinares, arbustos y matorrales en las zonas altas y los campos de cultivos en las zonas de menor altitud. Actualmente, sólo en BTT es posible conocer la dimensión natural de las Altas Cinco Villas, donde el ciclista puede diseñar innumerables rutas de la distancia y dificultad que desee. Además de la Sierra de Santo Domingo como principal valor natural y del conocido entorno de Pígalo, no pueden faltar las rutas históricas con la visita a fortalezas como la Torre de Añués, Castillos de Roita y Castillos de Sibirana; la visita al yacimiento romano de los Bañales, ya en las bajas Cinco Villas, así como al fantasmagórico pueblo de Peña en la vecina Navarra.

El patrimonio histórico-cultural es el referente de las Altas Cinco Villas. Entre callejuelas de piedra proliferan castillos, murallas, templos, palacios, y edificios nobiliarios como vestigio de su papel fronterizo entre cristianos y musulmanes y entre reinos cristianos. Sos y Uncastillo, ambas declaradas Conjunto Histórico-Artístico, son auténticos museos vivos reconocidos como dos de los destinos turísticos más atractivos de Aragón. El recorrido histórico y cultural se puede prolongar hacia el resto de pueblos con iglesias, ermitas románicas, caseríos, castillos, edificios nobiliarios, casas palaciegas y casas con muros de mampostería o sillería.

El desarrollo turístico ha permitido que en toda la zona exista una elevada oferta de alojamientos y de gastronomía que atiende a distintos segmentos turísticos: el Parador Nacional en Sos del Rey Católico, hoteles, hostales, casas rurales con encanto, restaurantes de todo tipo, así como los bares-albergues de los pueblos más pequeños, donde los

I Cicloturista Rompepiernas: Sos-Altas Cinco Villas-Sos

cicloturistas comparten con sosiego el apreciado almuerzo con lugareños, cazadores, moteros y buscadores de setas.

La Organización ha diseñado un recorrido largo cuyo coeficiente de dificultad sitúa a la “Rompepiernas” como una de las cicloturistas más exigentes de España. La dificultad está asociada al sucesivo encadenamiento de puertos que tienen porcentajes máximos superables por todos los cicloturistas entrenados. La participación en la “Rompepiernas” constituye por tanto un reto para cualquier cicloturista, así como un excelente entrenamiento para aquellos que además se preparan para otras marchas más exigentes (ej. Quebrantahuesos, Larra-Larrau, Iratí Extrem). La “Rompepiernas corta” y “La Garrillas”, permiten acercar el disfrute y el reto del cicloturismo a deportistas menos preparados. Consideramos que los tres recorridos sirven como ejemplo del atractivo que nuestro territorio tiene para la práctica del ciclismo de ruta y de montaña, esperando que así su participación sea un suma y sigue tanto para las próximas ediciones de la Rompepiernas como para su elección como uno de los lugares de entrenamiento. Para ello, la mejora de las comunicaciones como la cercana autovía del pirineo es sin duda un elemento facilitador.

Rutómetro

Rompepiernas	Rompepiernas corta

Rompepiernas "La Garrillas"	

I Cicloturista Rompepiernas: Sos-Altas Cinco Villas-Sos

Rompepiernas

Localidad/Puerto	Carretera	Km. Recorridos	35 km/h	30 km/h	25 km/h	20 km/h	Fuera control
Monasterio de Valentuñana (Salida)	Camino asfaltado	0	8:30	8:30	8:30	8:30	
	A-1601 (dirección Navardún)	0.5	8:35	8:35	8:35	8:35	
Navardún		7.3	8:47	8:49	8:51	8:55	
Urries		9.0	8:50	8:52	8:55	9:01	
	CV-684 (dirección Undués de Lerda)	14.4	8:59	9:03	9:08	9:17	
Puerto Cuatro Caminos		15.0	9:00	9:04	9:10	9:19	
Undués de Lerda		19.4	9:07	9:13	9:20	9:32	
Vega del Ramblar		25.8	9:18	9:26	9:36	9:51	
	A-1601 (dirección Sos)	28.3	9:23	9:31	9:42	9:58	
	A-127 (dirección Sos)	30.0	9:26	9:34	9:46	10:04	
Sos del Rey Católico		31.6	9:28	9:37	9:50	10:08	10:10
	CV-841 ^a (dirección Uncastillo)	32.6	9:30	9:39	9:52	10:11	
Puerto Uncastillo		40.8	9:44	9:56	10:12	10:36	
Uncastillo		54.1	9:47	10:22	10:44	11:16	11:35
	A-1202 (dirección Luesia)	54.9	10:08	10:24	10:46	11:18	
Puerto Collada de Itorre		63.2	10:22	10:40	11:05	11:43	
Puerto Subida del Arba		67	10:29	10:48	11:15	11:55	
Luesia		67.2	10:29	10:48	11:15	11:55	
	A-1204 (dirección Farasdués)	68	10:31	10:50	11:17	11:58	
Asín		79.1	10:50	11:12	11:44	12:31	
Farasdués		87.2	11:04	11:28	12:03	12:55	13:30
	Camino asfaltado: SC-50095-0 (dirección Biota)	91.6	11:11	11:37	12:14	13:08	
Embalse de San Bartolomé		93.5	11:14	11:41	12:18	13:14	
Biota		100.6	11:27	11:55	12:35	13:35	
	CV-628 (dirección Malpica de Arba)	101.2	11:28	11:56	12:37	13:37	
Puerto de Malpica		107.5	11:38	12:11	12:52	13:56	

I Cicloturista Rompepiernas: Sos-Altas Cinco Villas-Sos

Malpica de Arba		109.2	11:41	12:12	12:56	14:01	
Puerto de Corte		112.8	11:48	12:20	13:05	14:12	
	A-1202 (dirección Uncastillo)	118.2	11:57	12:30	13:17	14:28	
Uncastillo		118.4	11:57	12:31	13:18	14:29	15:15
	CV-841a (dirección Sos)	119.2	11:58	12:32	13:20	14:31	
Puerto de Uncastillo		129.4	12:16	12:53	13:44	14:52	
	CV-841b (dirección Puerto de Sos)	134.4	12:25	13:03	13:56	15:17	
Puerto de Sos		136.9	12:29	13:08	14:02	15:24	16:25
	A-127 (dirección Castiliscar)	136.9	12:29	13:08	14:02	15:24	
Castiliscar		148.4	12:49	13:31	14:30	15:59	
	CV-631 (dirección Sofuentes)	149.1	12:50	13:32	14:32	16:01	
Sofuentes	CV-868 (dirección Sos)	156.5	12:52	13:47	14:49	16:23	
Mamillas		160.9	13:10	13:56	15:00	16:33	
Puerto Sofuentes- Sos		166.8	13:20	14:08	15:14	16:54	
	A-127 (dirección Sos)	167.7	13:22	14:09	15:16	16:57	
Sos del Rey Católico		171.6	13:28	14:17	15:26	17:08	
Sos del Rey Católico	Carretera local (dirección Parador Nacional)	173.0	13:31	14:20	15:29	17:13	
Sos del Rey Católico (Meta)	Confluencia con calle asfaltada dirección Portal de la Reina	173.7	13:32	14:21	15:30	17:15	18:45

Rompepiernas corta

Localidad/Puerto	Carretera	Km. Recorridos	35 km/h	30 km/h	25 km/h	20 km/h	Fuera control
Monasterio de Valentuñana (Salida)	Camino asfaltado	0	8:30	8:30	8:30	8:30	
	A-1601 (dirección Navardún)	0.5	8:35	8:35	8:35	8:35	
Navardún		7.3	8:47	8:49	8:51	8:55	
Urries		9.0	8:50	8:52	8:55	9:01	
	CV-684	14.4	8:59	9:03	9:08	9:17	

I Cicloturista Rompepiernas: Sos-Altas Cinco Villas-Sos



	(dirección Undués de Lerda)						
Puerto Cuatro Caminos		15.0	9:00	9:04	9:10	9:19	
Undués de Lerda		19.4	9:07	9:13	9:20	9:32	
Vega del Ramblar		25.8	9:18	9:26	9:36	9:51	
	A-1601 (dirección Sos)	28.3	9:23	9:31	9:42	9:58	
	A-127 (dirección Sos)	30.0	9:26	9:34	9:46	10:04	
Sos del Rey Católico		31.6	9:28	9:37	9:50	10:08	10:40
	CV-841a (dirección Uncastillo)	32.6	9:30	9:39	9:52	10:11	
	CV-841b (dirección Puerto de Sos)	39.3	9:42	9:53	10:08	10:31	
Puerto de Sos		41.8	9:46	9:58	10:14	10:39	11:50
	A-127 (dirección Castiliscar)	41.8	9:46	9:58	10:14	10:39	
Castiliscar		53.3	10:06	10:21	10:42	11:13	12:10
	CV-631 (dirección Sofuentes)	54.0	10:07	10:22	10:43	11:16	
Sofuentes	CV-868 (dirección Sos)	61.4	10:19	10:37	11:01	11:38	12:35
Mamillas		65.8	10:27	10:46	11:12	11:51	
Puerto Sofuentes-Sos		71.7	10:37	10:57	11:26	12:09	
	A-127 (dirección Sos)	72.6	10:39	10:59	11:28	12:11	
Sos del Rey Católico		76.5	10:45	11:07	11:37	12:23	
Sos del Rey Católico	Carretera local (dirección Parador Nacional)	77.9	10:48	11:10	11:41	12:27	
Sos del Rey Católico (Meta)	Confluencia con calle asfaltada dirección Portal de la Reina	78.6	10:49	11:11	11:42	12:29	13:25

Rompepiernas “La Garillas”



Localidad/Puerto	Carretera	Km. Recorridos	35 km/h	30 km/h	25 km/h	20 km/h	Fuera control
Monasterio de Valentuñana (Salida)	Camino asfaltado	0	8:30	8:30	8:30	8:30	
	A-1601 (dirección Navardún)	0.5	8:35	8:35	8:35	8:35	
Navardún		7.3	8:47	8:49	8:51	8:55	
Urries		9.0	8:50	8:52	8:55	9:01	
	CV-684 (dirección Undués de Lerda)	14.4	8:59	9:03	9:08	9:17	
Puerto Cuatro Caminos		15.0	9:00	9:04	9:10	9:19	
Undués de Lerda		19.4	9:07	9:13	9:20	9:32	10:00
Vega del Ramblar		25.8	9:18	9:26	9:36	9:51	
	A-1601 (dirección Sos)	28.3	9:23	9:31	9:42	9:58	
	A-127 (dirección Sos)	30.0	9:26	9:34	9:46	10:04	
Sos del Rey Católico		31.6	9:28	9:37	9:50	10:08	10:40

Recorrido

Salida: Monasterio de la Virgen de Valentuñana

	<p>El Monasterio de la Virgen de Valentuñana (aparición de una imagen de la Virgen en el siglo XIII a Valentín y Ana) está situado en un paraje privilegiado a 3 km de la villa de Sos del Rey Católico. Es un lugar tranquilo muy apreciado por los Sosienses, muy cuidado y permite divisar una de las vistas panorámicas más bonitas de Sos. Al ciclista le permite sentirse en plena naturaleza desde la misma salida. Después de 500 m neutralizados en ligero descenso comenzará la carrera al tomar el cruce de la carretera que nos conducirá hasta Navardún.</p>
	

Monasterio de Valentuñana-Navardún: 0-7.3 km

	<p>Recorrido por carretera estrecha y bien asfaltada desde la que podemos divisar la Sierra de Leire. Terreno favorable, pero con cuatro repechos cortos y suaves que nos advierten de que en la prueba el llano es ausente. Ideal para activar el corazón, desentumecer las piernas, relajar los nervios y sentirse en la marcha. Se recomienda rodar tranquilo manteniendo la posición de salida. Navardún nos recibe con su renovado torreón y con 200 m al 7%, ideal para comprobar que funcionan los desarrollos más ligeros, y advertencia de que comienza la ascensión al primer puerto.</p>
	

Navardún-Puerto de Cuatro Caminos: 7.3-15 km





El Puerto de Cuatro Caminos es generoso y nos permite un calentamiento progresivo. Al divisar Urriés, comienza el verdadero puerto por carretera estrecha y sinuosa, donde progresivamente se va cerrando la vegetación. Probablemente, el puerto más atractivo de la Rompepiernas. Pendiente constante y sin descanso con 3 km consecutivos próximos al 7%. Un acierto, para que después de los primeros kilómetros de calentamiento, cada ciclista vaya tomando posiciones. Para ello, se recomienda posicionarse lo más a la derecha posible, y así facilitar que otros ciclistas puedan integrarse en el grupo que deseen.

Puerto de Cuatro Caminos-Vega del Ramblar: 15-25.9 km





La parte inicial del descenso del Puerto de Cuatro Caminos transcurre por una carretera nueva, ancha, con pocas curvas y una pendiente próxima al 7% lo que permite desarrollar la velocidad más alta de la cicloturista. Se recomienda, no obstante, bajar con moderación, recuperarse del esfuerzo y disfrutar de una de las vistas panorámicas más bonitas de la Rompepiernas. Al llegar al cruce de Undués de Lerda se mantiene la pendiente de descenso, pero por carretera estrecha y sinuosa recién asfaltada. Ideal para disfrutar del descenso con las dosis adecuadas de precaución. Tres repechos nos conducen finalmente hasta el punto de menor altitud, la Vega del Ramblar (tradicional zona de huertos en Sos).



Vega del Ramblar-Sos del Rey Católico: 25.9-32.5 km

	<p>En la parte inicial nos esperan 3 km con 4 repechos duros (4-6.5%) de 300 a 600 m, con sus correspondientes cortos llanos y bajadas. Los cambios bruscos de desarrollo le permitirán comprobar que la maquinaria está perfectamente engrasada. Terreno ideal para que los más fuertes de cada grupo vayan tomando posiciones delanteras. Después de poco más de 1 km de falso llano presididos por el Monasterio de Valentuñana se toma la carretera ancha que nos conduce a Sos del Rey Católico, y que nos advierte que ha comenzado el segundo puerto de la Rompepiernas. Hasta llegar a la parte alta de Sos 2.5 km próximos al 5%, ideales para que los más fuertes de cada grupo intenten alcanzar un grupo más delantero. Sin duda, recorrido suficiente para que a Sos llegue la carrera limpia.</p>
	



Sos del Rey Católico-Uncastillo: 32.5-54.7 km

	<p>Nos despide Sos con 600 m de descenso. Agradecido descanso para continuar con la ascensión al Puerto de Uncastillo. Carretera no abierta al tráfico, muy estrecha, sinuosa y rugosa donde en zonas las hierbas crecen en el centro de la calzada. Puerto atractivo, pendiente moderada y algún descansillo en la parte inicial. Suficiente para que los más fuertes alcancen grupos delanteros. A escasos 2 km para coronar, el cruce de la carretera nueva advierte que los participantes en la Rompepiernas corta deben desviarse para coronar el Puerto de Sos y dirigirse a Castiliscar. Al coronar el Puerto de Uncastillo nos esperan 4 km de sube-baja hasta iniciar un descenso alegre, verde y sinuoso que permitirá saludar por primera vez a Uncastillo, no sin antes afrontar a mitad del descenso un duro repecho de 1 km.</p>
	



Uncastillo-Luesia: 54.7-67.7 km

	<p>Tramo agradable frecuentado por cicloturistas caracterizado por dos cotas. La marcha no da respiro y se despide de Uncastillo con un fuerte repecho que nos indica el comienzo de 8 km seguidos de ascensión. La subida es constante pero muy moderada (1.5-3%) durante los primeros 5.5 km. Notaremos un claro cambio de pendiente (4-5%) que será constante durante los siguientes 3 km. Poco más de 2 km de descenso para afrontar seguidamente 2.5 km de ascenso (4-5.5%) hasta llegar a Luesia, dejando a la izquierda el conocido paraje natural de Pígalo. Terreno exigente que invita no obstante a utilizar una estrategia conservadora. Sólo los ciclistas que se sientan con fuerzas y observen un grupo muy próximo deben pensar en adelantar posiciones. De lo contrario se corre el riesgo de gastar fuerzas innecesariamente y quedarse en los próximos tramos en tierra de nadie.</p>
	



Luesia-Farasdues: 67.7-86.9 km

	<p>Primer y único tramo de la Rompepiernas de terreno favorable (cerca de 20 km de descenso moderado, 1-2.5%, y prácticamente continuo) donde rodar en grupo garantiza desarrollar una elevada velocidad sin requerir mucho desgaste. Grupos organizados pueden recortar tiempo a grupos delanteros menos organizados. Se recomienda a ciclistas en tierra de nadie dejarse engullir por el grupo más próximo. Aunque de forma menos acusada la carrera sigue transcurriendo en un continuo curqueo sobre carretera en buen estado. Sin darnos cuenta, ya próximos a Farasdués encontramos un paisaje diferente, abandonamos los bosques de las sierras para divisar un amplio terreno de llanura de campos de cultivo. Su significado es claro, hemos comenzado la visita a las Bajas Cinco Villas.</p>
	



Farasdues-Biota: 86.9-100.2 km

	<p>Pasado Farasúes continuamos con descenso moderado durante poco más de 4 km hasta coger el desvío que nos conduce por carretera estrecha al embalse de San Bartolomé. Nada más coger el desvío nos espera un repecho de 500 m al 4.6%. Es lo único que nos recuerda que estamos en la Rompepiernas. El paisaje característico de las Bajas Cinco Villas se hace más evidente, con campos de cultivos de diferentes colores que se pierden en el horizonte. En definitiva, cambio brusco de estímulos que permiten al ciclista sentirse en otra marcha diferente y que invitan a un impás en el espíritu competitivo. Tras el desvío, en 2 km estamos en el embalse y nos dirigimos en continuo ascenso muy moderado (0.5-1.5%) hasta el casco urbano de Biota.</p>
	



Biota-Uncastillo: 100.2-118.6 km

	<p>Abandonamos Biota en dirección a las Altas Cinco Villas. El cambio de dirección se refleja con el ascenso al Puerto de Malpica. Poco más de 5 km de ascenso continuo y moderado (2.5-4.5%). Recorrido de sierras despobladas cuyo paisaje recuerda a la Toscana italiana. Al poco de coronar divisamos Malpica de Arba y una elevada extensión de terreno montañoso desde donde podemos divisar a lo lejos la dureza de la carretera que conduce al siguiente puerto. Así, nada más terminar un descenso pronunciado de 2 km afrontamos el Puerto de Corte, corto (menos de 3 km) y duro (más del 6%). Sin descanso ya hasta la meta, terreno apropiado para que los más valientes alimenten su espíritu competitivo. Después de coronar, descenso muy corto para afrontar un repecho de 700 m (6.6%) cuya bajada vertiginosa nos presenta nuevamente en Uncastillo.</p>
	



Uncastillo-Puerto de Sos: 118.6-136.7 km

	<p>La marcha ha vuelto progresivamente a su entorno natural sobre un terreno montañoso poco conocido y exigente. Desde la propia localidad de Uncastillo se comienza a subir el Puerto de Uncastillo por la vertiente norte, conocida por los ciclistas al haberla bajado previamente. Puerto muy tendido al inicio que invita a reservar fuerzas y seguir colaborando con tus compañeros de grupo. Los últimos 4 km del puerto son de una pendiente más exigente y sin descanso. Analizando la distancia que queda a meta y su orografía, tramo sin duda clave para que el que desee realice la guerra por su cuenta. Al coronar el Puerto de Uncastillo nos quedan casi 8 km, casi siempre favorables, por la carretera que une los Puertos de Uncastillo y de Sos.</p>
	



Puerto de Sos-Castiliscar: 136.7-148.2 km

	<p>Al pasar el Puerto de Sos, la marcha vuelve a coger la A-127 abandonada desde sus inicios en dirección Zaragoza. 10 km de descenso continuado y poco más de 1 km de falso llano nos esperan hasta adentrarnos en Castiliscar. Descenso pronunciado entre pinares durante los primeros 5 km sobre una carretera ancha y sinuosa que no permite desarrollar mucha velocidad. Progresivamente el descenso se hace moderado y con menos curvas. Sin duda, tramo propicio para mantener la posición sin excesivo desgaste y especialmente para evitar que un descuido en la alimentación nos pase factura en los últimos kilómetros.</p>
	

Castiliscar-Sofuentes: 148.2-156.3 km

	<p>Abandonamos la A-127 para adentrarnos divisando la estanca de Castiliscar en un nuevo tramo de carretera estrecha característica de la Rompepiernas. Característicos son también los continuos repechos que discurren sobre un paisaje de trigales. En total 6 repechos de 200 a 800 m de desnivel moderado. Terreno no excesivamente exigente, pero incomodo si consideramos el desgaste a estas alturas de la marcha. Si no se va, como es previsible, en un grupo numeroso conviene no cebarse y guardar fuerzas para el último puerto. Justo antes de adentrarnos en Sofuentes cojemos el desvío a la derecha en dirección a Sos del Rey Católico.</p>
	

Sofuentes-Sos del Rey Católico: 156.3-173.4 km

	<p>La marcha transcurre por la carretera más estrecha de la Rompepiernas. El inicio del Puerto de Sofuentes está situado en Mamillas. Hasta llegar a Mamillas nos esperan poco más de 4 km que incluyen tres repechos largos (600-800 m), dos de ellos exigentes (4.3 y 5.9%). Como todos los puertos de la zona, pendiente moderada al inicio y exigente en el tramo final. 2 km al 6 y 7% nos permiten vaciar las últimas fuerzas que nos queden. Paisaje desolador durante la ascensión reflejo del incendio que en 2009 quemó los pinos repoblados del gran incendio (14000 hectáreas) que afectó a prácticamente todo el recorrido de la Rompepiernas (Montes de Petilla de Aragón, Sos, Uncastillo, Castiliscar y Sofuentes) en 1994. Tras coronar se inicia el descenso que entre pinares nos conduce al último kilómetro.</p>
	

Llegada: Muro de Sos

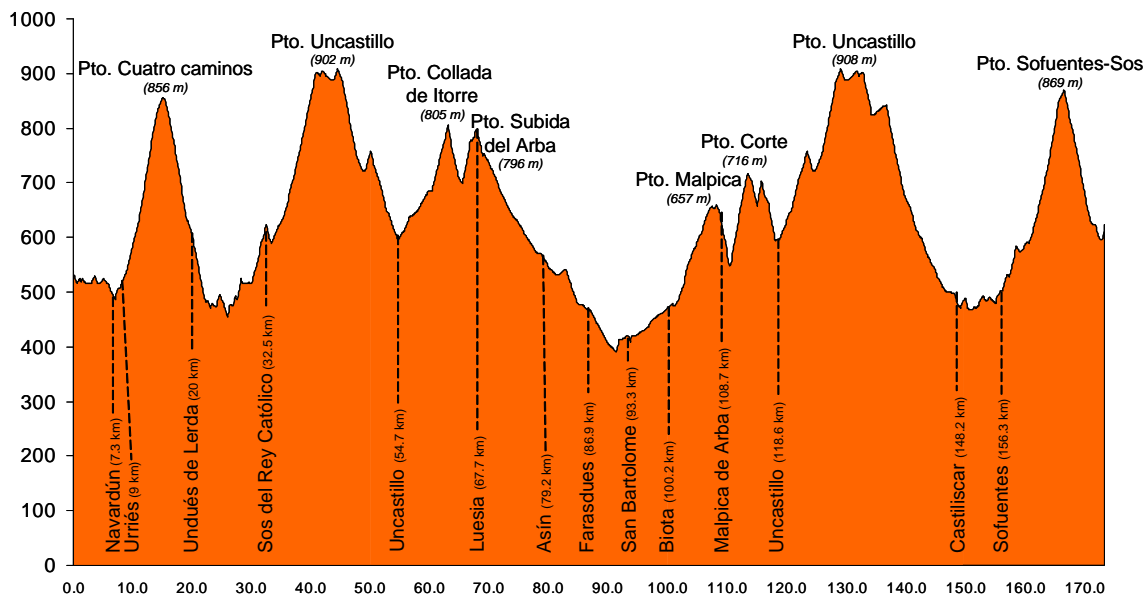


El último kilómetro transcurre por las dos carreteras que circunvalan a Sos del Rey Católico. Primer tramo de descenso para coger la carretera vieja que da entrada al Parador Nacional. Tras un breve repecho y un falso llano, se afrontan los últimos 200 m con el máximo porcentaje de la Rompepiernas (10.5%). Una llegada que firmarían reconocidos especialistas como Gilbert o Purito Rodríguez. En otro contexto, un muro, para que aquellos cicloturistas que han elegido hacer todo el recorrido en compañía de amigos/as, puedan al menos desarrollar un sprint exigente.

Altimetría

Rompepiernas

Distancia: 173.4	Puertos: 8
Desnivel acumulado: 2768	Coefficiente de dureza: 783

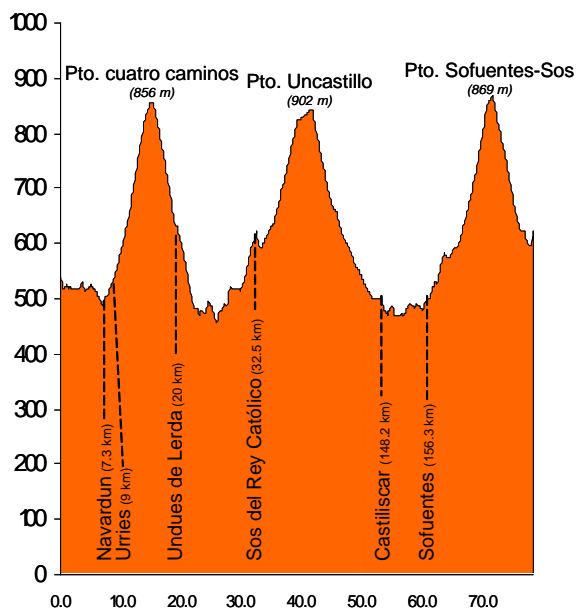


Sos del Rey
Católico

Sos del Rey
Católico

Rompepiernas corta

Distancia: 78.6	Puertos: 3
Desnivel acumulado: 1395	Coefficiente de dureza: 279

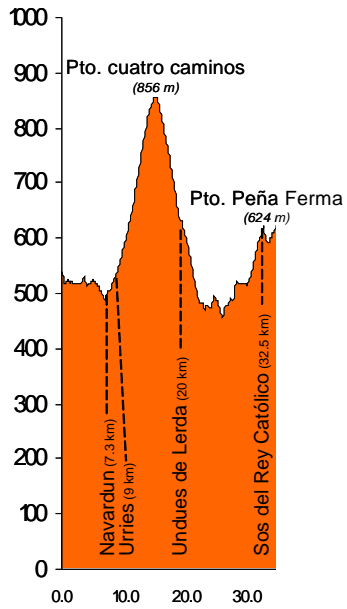


Sos del Rey
Católico

Sos del Rey
Católico

Rompepiernas “La Garrillas”

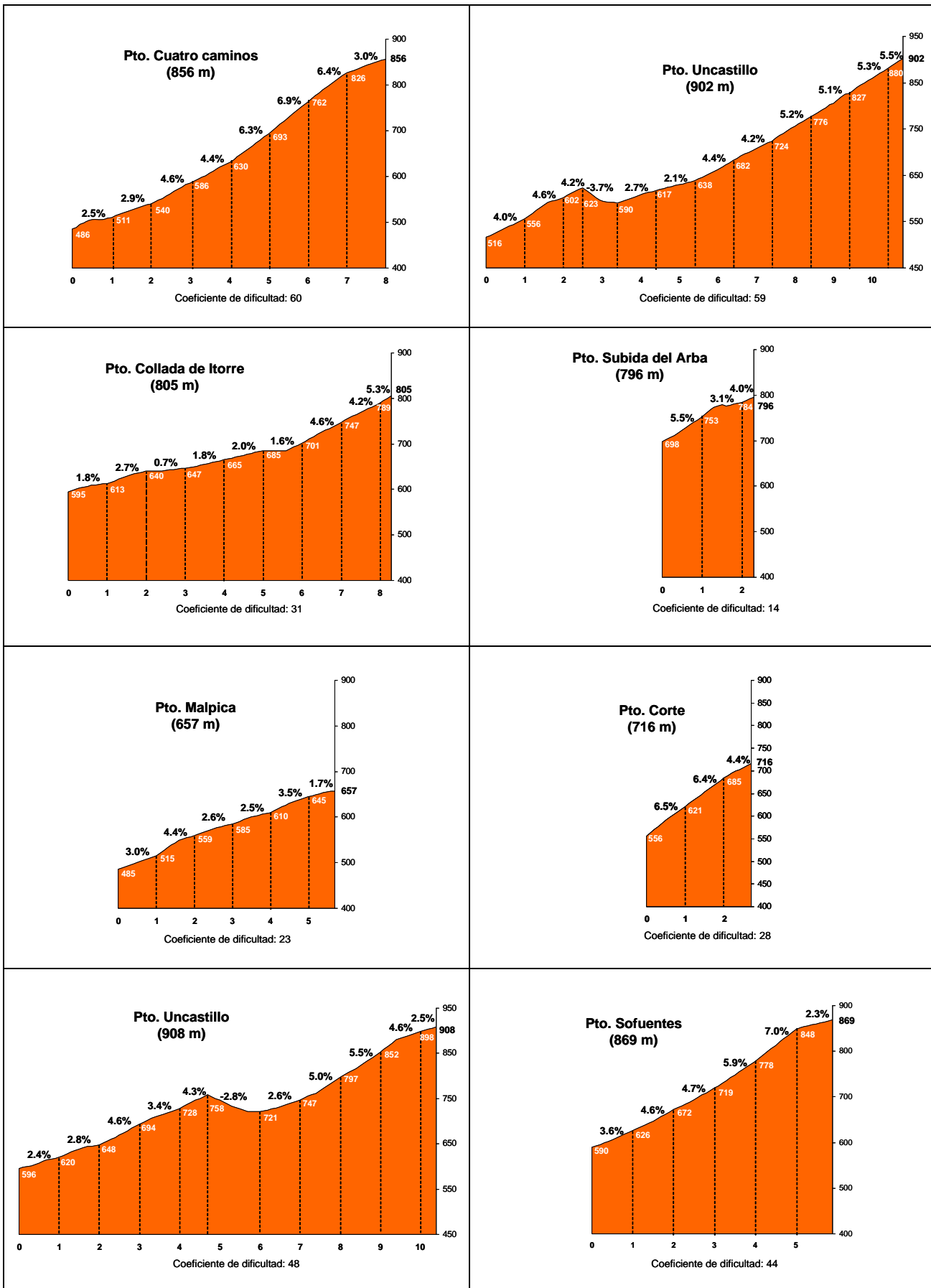
Distancia: 32.5	Puertos: 2
Desnivel acumulado: 796	Coefficiente de dureza: 145



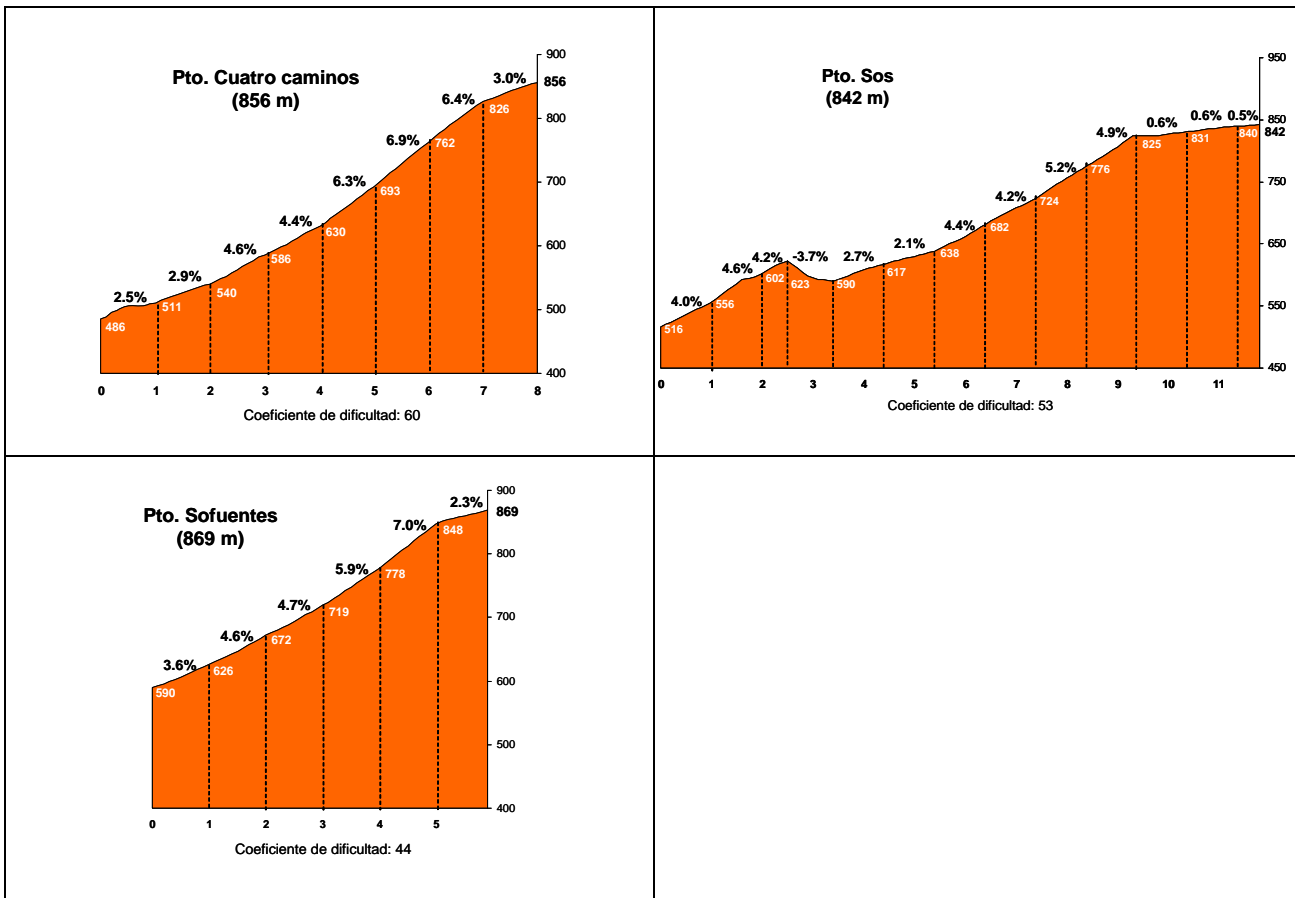
**Sos del Rey
Católico**

**Sos del Rey
Católico**

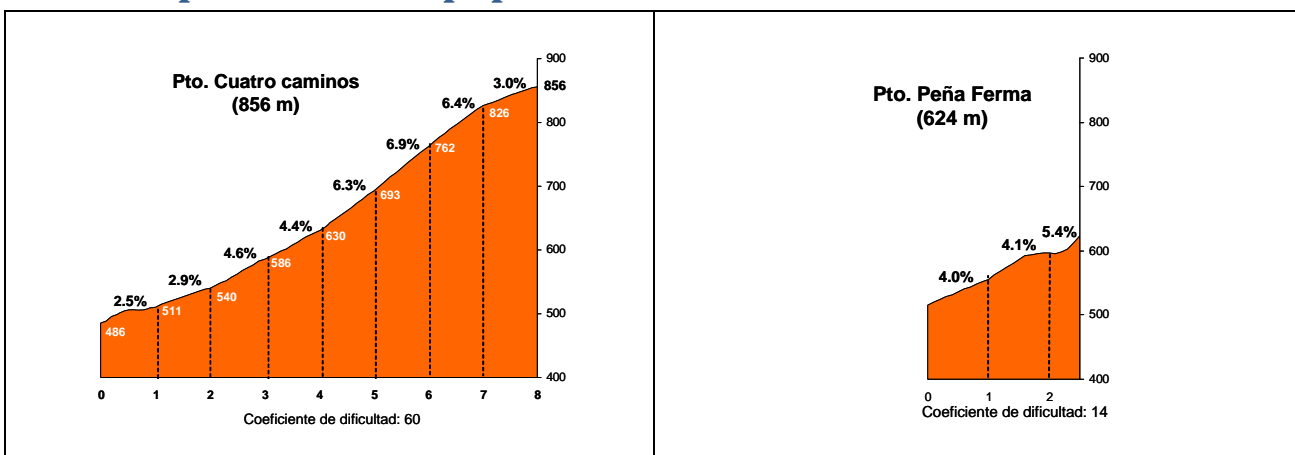
Los puertos: Rompepiernas



Los puertos: Rompepiernas corta



Los puertos: Rompepiernas "La Garrillas"



Coeficiente de dureza en relación a otras marchas cicloturistas

Aunque no exento de limitaciones existe una metodología aceptada a nivel nacional para catalogar mediante una puntuación la exigencia de las etapas ciclistas.

El nivel de exigencia de la Rompepiernas es de 783 puntos y de la Rompepiernas corta de 279 puntos. El nivel de exigencia de ambos recorridos está determinado fundamentalmente por la sucesión de puertos más que por la exigencia que tiene cada puerto.

Hasta la fecha sólo hemos realizado un análisis comparativo con otras marchas cicloturistas de largo recorrido (la mayoría se celebran en nuestra zona de influencia). Este análisis demuestra que la exigencia de la Rompepiernas es muy superior a las Cicloturistas Subida a Monlora (320 puntos), Subida al Molino (382), Carlos Sastre (390), Puertos Esmeralda (399), Beloki (440 puntos), Jacetania (504 puntos), Lagos de Covadonga (602), Alvaro Pino (603), Degollaos (605), Sierras de Moratalla (611), 4 puertos sierra tot natura (615) y Perico Delgado (693 puntos); es ligeramente superior a las Cicloturistas Puertos de la Ribagorza (723 puntos), Montsec-Montsec (757), Iñigo Cuesta (758 puntos), La Bonaigua (781); ligeramente inferior a las Cicloturistas Terra de Remences (792), Gudar-Javalambre (802 puntos) y Miguel Indurain (843 puntos); y significativamente inferior a las Cicloturistas 7 picos (908), Quebrantahuesos (1049 puntos), Larra-Larrau (1253 puntos) e Iratí extrem (1390 puntos).

La rompepiernas corta tiene un nivel de exigencia superior a la Treparriscos y a las Marchas Cicloturista cortas de Puertos de Ribagorza y de Miguel Indurain.

Fecha de celebración de la Marcha

La organización ha decidido celebrar la Rompepiernas el 5 de mayo de 2012. Esta decisión se ha basado fundamentalmente debido a que en otras fechas que a priori habíamos pensado que eran más apropiadas existen otras marchas cicloturistas, lo que podría influir negativamente en la captación de cicloturistas.

Número de cicloturistas previstos para esta y otras ediciones

La organización ha realizado un análisis del número de participantes en las principales marchas cicloturistas celebradas en 2011 en las Comunidades de Aragón, Navarra y País Vasco:

I Cicloturista Rompepiernas: Sos-Altas Cinco Villas-Sos

- XIV Degollaos (Andorra, Teruel) (9 de abril): 270 cicloturistas
- XXVII Subida a Monlora (Luna, Zaragoza) (10 de abril): 500 cicloturistas
- VII Cumbres del Jiloca (Calamocha, Teruel) (7 de mayo): 123 cicloturistas
- IV Pinares de Zuera (Zuera, Zaragoza) (8 de mayo): 157 cicloturistas
- II Grullas-Campo de Daroca (Daroca, Zaragoza) (14 de mayo): 370 cicloturistas
- Villa de Alcorisa (Alcorisa, Teruel) (21 de mayo): 194 cicloturistas
- Ziklotur (Bilbao) (21 de mayo): 800 cicloturistas
- XI Puertos de la Ribagorza (larga y corta) (Graus, Huesca) (28 de mayo): 1940 cicloturistas.
- IV Beloki-Eredia (Salvatierra, Vitoria) (28 de mayo): 529 cicloturistas
- XXXV Jacetania (Jaca, Huesca) (4 de junio): 443 cicloturistas
- XIX nacimiento Tajo (Cella, Teruel) (4 de junio): 152 cicloturistas
- Vitoria-Vitoria (Vitoria) (4 de junio): 220 cicloturistas
- XVII Gudar (Alcala de la Selva, Teruel) (11 de junio): 385 cicloturistas
- VII Iratí Extrem (Isaba, Navarra) (11 de junio): 1088 cicloturistas
- Quebrantahuesos-Treparriscos (larga y corta) (Sabiñañigo, Huesca) (18 de junio): 10283 cicloturistas
- Miguel Indurain (larga y corta) (Belate, Navarra) (25 de junio): 2230 cicloturistas.
- Larra-Larrau (Ochogavía, Navarra) (3 de septiembre): 1000 cicloturistas

En base a este análisis y considerando varios factores (fecha, primera edición, recorrido, dos pruebas, exigencia de la prueba, atractivo de la zona, situación geográfica y de comunicación de la zona, demanda, consultas a otros organizadores) consideramos que para la I Rompepiernas es posible alcanzar entre 350-450 participantes, siendo muy factible si se ofrece un buen servicio, organización y publicidad alcanzar en los siguientes 5 años los 700-1000 participantes.

Según los organizadores de otras pruebas el número de visitantes de cicloturistas para realizar entrenamientos durante el resto del año es entre 2-4 veces superior al número de participantes en la prueba. Algunos aspectos perfectamente aplicables a las Altas Cinco Villas pueden facilitar este proceso: conseguir que algunas de las carreteras sean declaradas y señalizadas como de práctica habitual de cicloturismo tal y como ya han conseguido algunos territorios en España, establecer paneles gráficos de la altimetría al comienzo de cada uno de los puertos, y establecer un diseño atractivo y bien señalizado de rutas de BTT.

Fortalezas

Fortalezas
Combinación deporte-naturaleza-patrimonio histórico
Prestigio turístico de Sos del Rey Católico y Uncastillo
Entorno natural agradable
Territorio que cumple todas las características valoradas por los cicloturistas para su práctica de carretera y de montaña durante todo el año
Alojamientos y restaurantes variados, suficientes y de calidad
Carreteras en buen estado y muy atractivas para la práctica del cicloturismo
Recorrido exigente y sin llanos, aspectos valorados por los cicloturistas
No existe competencia para la fecha seleccionada con ninguna otra marcha de Aragón, Navarra, País Vasco y la Rioja
Primera carrera de elevada exigencia de la temporada
La exigencia de la Marcha es la apropiada para que los cicloturistas quieran participar con el objetivo de prepararse para otras pruebas de mayor exigencia que se celebran posteriormente y que tienen una afluencia masiva
La inclusión de la Rompepiernas corta garantiza que personas menos entrenadas, y con bicicleta BTT, puedan inscribirse
Cercanía con buena comunicación a Navarra y País Vasco, territorio reconocido a nivel internacional por su afición al ciclismo
Recorrido largo, que por su disposición en circuito atraviesa un elevado número de localidades enmarcadas en un mismo territorio común
Posible interés de los empresarios turísticos por abrir una nueva vía de sector turístico
Coste total del proyecto, que pese a la situación económica actual, puede ser financiable