

PARTE II : MIERES - PADRUN- LAS SEGADAS



<http://www.sports-tracker.com/#/workout/Aquidiaz/3poOeqc83r24to6e>

DISTANCIA: 15 km
TIEMPO ESTIMADO: 1 hora 45 minutos
ALTITUD: Inicio: MIERES 263 metros
 Final: LAS SEGADAS 210 metros
ASCENSO: 268 metros
DESCENSO: 321 metros

Las personas que decidan abandonar la ruta y coger el tren serán guiadas hasta la estación de Abaña de RENFE

RUTÓMETRO.

HITO	HORA	LUGAR	OBSERVACIONES	Km (p / ac)		t m (p/ac)	
0	15:00	Mieres	Plaza de Requejo	0,00	0,00	0:00	0:00
1	15:45	Alto del Padrún	Carretera AS-242 hasta alto Padrún	6,80	6,80	0:45	0:45
2	16:00	Llandellena de Abajo	Salida del Pueblo - Comienza Pista	1,35	8,15	0:15	1:00
3	16:20	Sardin	Casa del Escudo	1,77	9,92	0:20	1:20
4	16:35	Soto de Rey	Estación	2,13	12,05	0:15	1:35
5	16:45	Las Segadas	Estación RENFE	2,95	15,00	0:10	1:45