














BICI

Información Básica sobre Itinerarios Ciclistas (Basic Information on Cycling Itineraries)

PARTE INFORMATIVA

	Tipo de recorrido	<p>→ <u>Travesía</u>: Inicio y fin en puntos diferentes</p> <p>= <u>Ida y vuelta</u>: Mismo recorrido de ida y de vuelta</p> <p>○ <u>Circular</u>: Ida y vuelta coinciden en menos del 50%</p>
	Tipo de bicicleta	<p> <u>Carretera</u>: Recorrido sobre buen firme</p> <p> <u>Híbrida</u>: Terreno con alguna irregularidad</p> <p> <u>Montaña</u>: Terreno irregular y mal firme</p>
	Agua	<p> <u>Nula</u>: Llevar el agua necesario para toda la ruta</p> <p> <u>Escasa</u>: Alguna posibilidad de conseguir agua</p> <p> <u>Abundante</u>: Sin problemas de aprovisionamiento</p>

PARTE VALORATIVA

	Tráfico Intensidad de tráfico	<ol style="list-style-type: none">1 Sin tráfico motorizado2 Vía compartida con tráfico motorizado escaso3 Carretera con tráfico de intensidad baja4 Carretera con tráfico de intensidad media5 Carretera con tráfico de intensidad alta
	Firme Tipo de terreno	<ol style="list-style-type: none">1 Asfalto2 Pista de tierra lisa3 Carriles de herradura4 Terrenos con dificultad de avance5 Sendas escalonadas o terreno irregular, pasos técnicos
	Orientación Dificultad para seguir la ruta	<ol style="list-style-type: none">1 Trazado bien definido2 Seguimiento sencillo del trazado3 Trazado con alguna discontinuidad salvable4 Interpretar accidentes geográficos y puntos cardinales5 Técnicas de orientación y navegación fuera de traza
	Exigencia Dificultad física y técnica	<ol style="list-style-type: none">1 Baja: Toda persona con estado físico medio (IB<10)2 Baja-Media: Con un mínimo entrenamiento (IB=10-25)3 Media: Con un uso habitual de la bicicleta (IB=26-50)4 Alta: Entrenamiento y uso continuado (IB=51-100)5 Muy alta: Entrenamiento y manejo experto (IB>100)

Más información: bici.acuanatura.com