

RUTAS VIDA SANA



Ayuntamiento
de Antequera



JUNTA DE ANDALUCÍA



Unión Europea
Fondo Social Europeo

PROMOCIÓN  DESARROLLO

ANTEQUERA
Directa a tu corazón



Andalucía
se mueve con Europa

MATAGRANDE

FERIAL

LAS ARQUILLAS

CERRO SAN
CRISTOBAL

ANTEQUERA

Altura mínima: 457 m
Altura máxima: 509 m
Desnivel: 52 m

RUTA 1	EL FERIAL	DISTANCIA	DIFICULTAD	DURACIÓN	G. CALÓRICO	RECORRIDO
		2404 m	BAJA	30 min	131 Kcal	CIRCULAR

Altura mínima: 442 m
Altura máxima: 511 m
Desnivel: 69 m

RUTA 2	MATAGRANDE	DISTANCIA	DIFICULTAD	DURACIÓN	G. CALÓRICO	RECORRIDO
		5470 m	BAJA	75 min	299 Kcal	CIRCULAR

Altura mínima: 477 m
Altura máxima: 610 m
Desnivel: 133 m

RUTA 3	CERRO SAN CRISTOBAL	DISTANCIA	DIFICULTAD	DURACIÓN	G. CALÓRICO	RECORRIDO
		3297 m	MEDIA	60 min	180 Kcal	CIRCULAR

Altura mínima: 496 m
Altura máxima: 628 m
Desnivel: 132 m

RUTA 4	LAS ARQUILLAS	DISTANCIA	DIFICULTAD	DURACIÓN	G. CALÓRICO	RECORRIDO
		9504 m	MEDIA	120 min	520 Kcal	LINEAL