CICLOTURISMO

BICYCLE TOURING

CYCLOTOURISME

CYKELSEMESTER

# MASPALOMAS - AYAGAURES - MASPALOMAS

GranCanaria


**Patronato de Turismo de Gran Canaria**

Triana, 93
35002 Las Palmas de Gran Canaria
Tel: (+34) 928 219 600
Fax: (+34) 928 219 601

www.GranCanaria.com


## MASPALOMAS - AYAGAURES - MASPALOMAS
26 km.

Gran Canaria es uno de los mejores lugares del mundo para practicar ciclismo. Cuenta con una excelente infraestructura de carreteras, hospitales, hoteles y demás servicios que harán la estancia cicloturista inolvidable.

Gran Canaria is one of the best spots in the world to go cycling. It has an excellent infrastructure of roads, hospitals, hotels and other services that will make your biking stay unforgettable.

Sur l'île de Gran Canaria, le vélo est le meilleur allié pour les amoureux du sport de plein air. Que ce soit en mode descente ou sur de longs parcours, nombre de circuits vélo sont balisés à Gran Canaria pour pratiquer toute l'année.

På Gran Canaria är cykeln den bästa partnern för de som älskar utomhussporter. Vare sig det är i form av nedstigning eller långdistansturer finns det många cykelvägar på Gran Canaria som du kan ta del av året runt.

## Maspalomas - Ayagaures - Maspalomas. 26 km.

Salimos de la Plaza de la Constitución, en MASPALOMAS, por la carretera GC-504 en dirección AYAGAURES. Después de pasar por el parque acuático Aquapark giramos a la derecha, siempre por la GC-504 y en un ascenso suave pero continuado llegamos al pie de la presa de AYAGAURES y allí giramos 90º a la izquierda -rampa muy fuerte pero corta.

Tomamos la GC-503 y ascendemos a la CIMA PEDRO GONZÁLEZ, donde encontramos las rampas más fuertes -llegan al 12%.
Seguimos ascendiendo y en el km 17 llegamos a la Cima, donde podemos disfrutar de una maravillosa panorámica.

Comenzamos el descenso, pasando por encima de Palmitos Park -parque botánico y zoológico que ofrece una variedad increíble de especies tanto de flora como de fauna- y a través de MONTAÑA LA DATA continuamos la bajada hasta MASPALOMAS.

Esta es una ruta corta en kilómetros y duración, pero es muy adecuada para comenzar los entrenamientos, pues tiene todas las variedades de las rutas: llano, subida y bajada. También es muy apropiada cuando no se dispone de mucho tiempo.

## Maspalomas - Ayagaures - Maspalomas. 26 km.

We start from the Plaza de la Constitución, in MASPALOMAS, and take the road GC-504 towards AYAGAURES. After passing by the Aquapark, we turn right, still following the GC-504 in a slight but constant ascent, we reach the reservoir of AYAGAURES and there, we turn 90º to the left - a very steep but short slope.

Next, we take the GC-503 and ascend to the summit named CIMA PEDRO GONZÁLEZ, where we will find the steepest slopes - which reach up to 12%. Going up, we reach the summit at kilometre 17, where we can enjoy marvellous panoramic views.

We then start descending, above Palmitos Park, a zoological and botanical gardens that offers an incredible variety of flora and fauna species, and across MONTAÑA LA DATA. Leaving that mountain behind, we keep descending down to MASPALOMAS.

This is a short route both in terms of time and distance, but it is very appropriate to start trainings as it has all the varieties a route can present: flat surfaces, ascents and descents. It is also really convenient when you do not spare of much time.

## Circuit Maspalomas - Ayaguares - Maspalomas. 26 km.

Quitter la Plaza de la Constitución, à MASPALOMAS, par la route GC-504 en direction d'AYAGAURES. Après avoir dépassé le parc aquatique Aquapark, tourner sur la droite en restant sur la GC-504 et après un faux plat continu on atteint le pied du barrage d'AYAGAURES, tourner à 90° sur la gauche - côte prononcée mais courte.

Prendre la GC-503 et grimper à la CIME PEDRO GONZALEZ, de là les côtes plus prononcées s'ouvrent à vous - jusqu'à 12%. Poursuivre l'ascension et au niveau du km 17, arrivée au sommet d'où l'on a un magnifique panorama.

Commencer la descente en passant au-dessus du Palmitos Park - parc botanique et zoologique qui présente une variété incroyable d'espèces de flore et de faune - traverser la MONTAGNE LA DATA pour poursuivre la descente jusqu'à MASPALOMAS.

Ce circuit est court en kilomètres et en temps mais il est très bien adapté pour débuter l'entraînement, on y retrouve toutes les variantes : plat, côte et descente. Il est également très bien adapté lorsqu'on ne dispose que de peu de temps.

## Rutt Maspalomas - Ayaguares - Maspalomas. 26 km.

Du startar från Plaza de la Constitución i MASPALOMAS och tar väg GC-504 i riktning mot AYAGAURES. Efter att ha passerat genom vattenparken Aquapark svänger du till höger på väg GC-504 och fortsätter i en lätt uppstigning till foten av dammen AYAGAURES och där svänger du 90° till vänster, en mycket brant men kort backe.

Du tar väg GC-503 och cyklar upp till toppen på PEDRO GONZÁLEZ där du hittar de brantaste backarna med upp till 12 % lutning. Du fortsätter uppstigningen och efter 17 km kommer du fram till toppen där du kan njuta av en underbar panoramautsikt.

Nedstigningen börjar med att passera över Palmitos Park, en botanisk och zoologisk park som har en otrolig mångfald av flora och fauna och du fortsätter nedstigningen till Maspalomas genom MONTAÑA LA DATA.

Detta är en kort rutt i kilometer, men den passar mycket bra i början av träningen eftersom den har alla typer av rutter: platt terräng, uppstigning och nedstigning. Den passar också mycket bra när man inte har så gott om tid.

## + Routes

1 THE ISLAND TOUR (FROM PUERTO DE MOGÁN)

2 RUTA JACOBEA: SANTIAGO DE TUNTE - SANTIAGO DE GÁLDAR

3 MASPALOMAS - AYAGAURES - MASPALOMAS

4 MASPALOMAS - MOGÁN - CRUZ DE SAN ANTONIO - AYACATA - SAN BARTOLOMÉ - MASPALOMAS

5 LAS PALMAS DE GRAN CANARIA - PINOS DE GALDAR - LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

6 MASPALOMAS - SANTA LUCIA - TAIDIA - SAN BARTOLOMÉ - MASPALOMAS

7 AGÜIMES - TEMISAS - SANTA LUCIA - ERA DEL CARDÓN - AGÜIMES

8 PICO DE LAS NIEVES (OPCIONAL) CON SALIDA DE INGENIO - LA PASADILLA - CAZADORES Y PICO DE LAS NIEVES.

www.GranCanaria.com

## RECOMENDACIONES - RECOMMENDATIONS
## RECOMMANDATIONS - REKOMMENDATIONER

Cuide el medioambiente / Protect the environment / Veillez à l'environnement / Ta hand om miljön

Atención a las luces / Put your lights on / Vérifier son éclairage / Var uppmärksam på lysen

Identificación y documentación / Do not forget your ID documentation / Identification et documents / Identifiering och dokumentation

Lleve siempre agua / Always have water with you / Emportez toujours de l'eau avec vous / Ta alltid med vatten

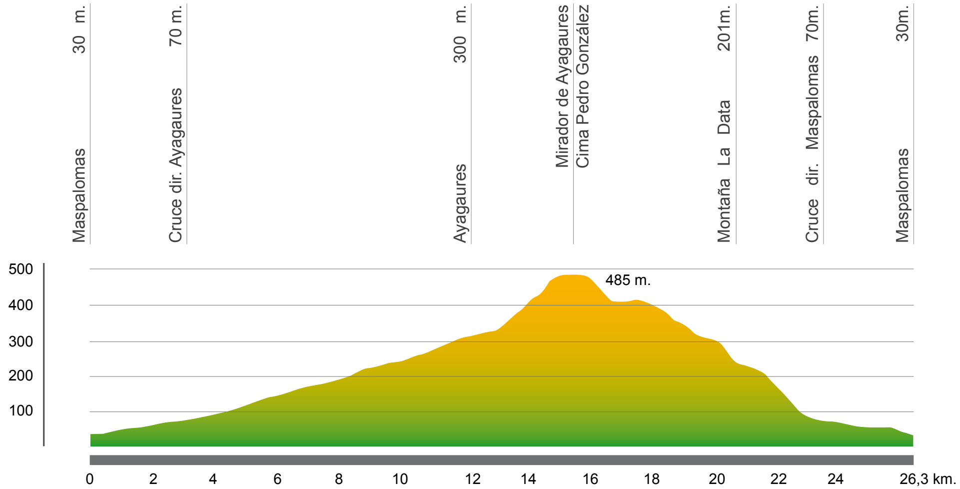
Obligatorio usar casco / The use of a helmet is compulsory / Port du casque obligatoire / Obligatoriskt att använda hjälm

PICO DE LAS NIEVES (2000 m.)
Lleve abrigo / Bring a coat / Emportez un vêtement chaud / Ha på dig en jacka

Circule por la derecha / Cycle on the right / Rechts am Circulez sur la droite / Cykla till höger

112 Emergencias / Emergency / Numéro de téléphone en cas d'urgences / Nödtelefonnummer

Su seguridad es su responsabilidad / You are responsible for your own safety / Vous êtes responsable de votre sécurité / Din säkerhet är ditt ansvar




Textos: D. Ángel Bara Claver