

RUTA ALTO DE TORRES

MTB



Fortalecimiento de las economías populares a través del ciclomontañismo

INFO BÁSICA



Distancia: 25,12 km



Tiempo: 2:30 Horas



Nivel: Muy Alto



Desnivel Positivo: 835 m



Altura Max: 1.551 m



Terreno: Destapado



Pendiente Max: 27,5%



Zona: Entorno montañoso



25,12 km



2:30 Horas



Muy Alto



835 m



1.551 m



Destapado



27,5% Max



Entorno montañoso



COMERCIO

- 1** Finca Villa Luz
6.1 km
- 2** Tienda La Guasimada
7 km
- 3** Tienda El Terminal
7.8 km
- 4** Tienda Los Pinos
8.6 km
- 5** Finca Brisas De los Sauces
9.2 km
- 6** Tienda El Taral
13.64 km
- 7** Tienda El Retén
14.63

ALTIMETRÍA



Escaneando el código QR o haciendo clic [aquí](#) encontrará el GPS que lo llevará a mayor detalle de los comercios de la ruta



ALTO DE TORRES

Alto de Torres es una vereda de Villeta Cundinamarca, está en una zona quebrada y montañosa con pendientes pronunciadas. Tiene producción agrícola especialmente cultivos de caña, cuenta con espacios para ofrecer a los turistas experiencia del agroturismo. Ofrece una vista maravillosa.



Policía: (+57) 301 778 0700



Hospital: (601) 844 4646



Bomberos: (+57) 310 219 6747



Bicicleterías

Barrera: 316 696 3611

Ramírez Bike 's: 321 375 7872

Ciclo Henry: 312 4867674

Bike Shop: 321 357 7766

RECOMENDACIONES

Previas

- 1 Usar protector solar
- 2 Hidratación previa
- 3 Buen estado físico
- 4 Llevar Kit de herramientas básicas
- 5 Revisar el estado de la bicicleta antes de la salida
- 6 Aclimatarse al clima cálido
- 7 Neumáticos con corazas de buen agarre

Durante

- 1 Fortaleza mental en las pendientes
- 2 Usar elementos de protección personal (Casco, gafas, guantes)
- 3 Ir siempre a la derecha y seguir las normas de tránsito
- 4 Hidratación constante
- 5 Realizar pausas cuando la frecuencia cardiaca este mucho tiempo alta (Aprovechar para alimentarse y regular la respiración)
- 6 Descensos técnicos y subidas muy pronunciadas
- 7 Regular la respiración con la cadencia



Centro de Desarrollo
Agroindustrial y
Empresarial

SENNOVA

Sistema de Investigación,
Desarrollo Tecnológico e Innovación



Mountain Bikers
Villeta