

RUTA	Marxa cicloturista LES GOGES CARRETERA	DIST Km	MARXA CURTA			ALT m
			Hora de pas			
			20 km/h	25 km/h	30 km/h	
BANYOLES . SORTIDA	Sortida C-150 A, i gir a l'esquerra per incorporar-se a la GIP- 5121 / C 758	0	08:00	08:00	08:00	176
MELIANTA (FONTCOBERTA)	Seguir per la GIP-5121	3	08:09	08:07	08:06	223
ESPONELLÀ	Rotonda, per seguir per la GIP-5121	8	08:24	08:19	08:16	131
CRESPIÀ	GIP-5121	10	08:30	08:24	08:20	134
CABANELLES (CAN VILAR )	Gir a la dreta a la N-260	15	08:45	08:36	08:30	177
NAVATA	Gir a la dreta, per incorporar-se a la GIP-5239	18	08:54	08:43	08:36	148
LLADÓ	Gir a l'esquerra, per incorporar-se a la GIV-5238	21	09:03	08:50	08:42	205
CABANELLES	Gir a l'esquerra a la GIP-5237	23				189
CABANELLES (CAN VILAR )	Gir a la dreta, per incorporar-se a la N-260	24	09:12	08:58	08:48	177
CRUÏLLA DE MAIÀ DE MONTCAL	Gir a la dreta per la GIV-5235	31	09:33	09:14	09:02	174
MAIÀ DE MONTCAL	GIV-5235	33	09:39	09:19	09:06	220
COLLET DE CAN JOU	Gir a la dreta en direcció a Beuda	36	09:48	09:26	09:12	360
BEUDA	GIV-5234	38	09:54	09:31	09:16	338
CRUILLA N - 260	Pas inferior per la N-260	42	10:06	09:41	09:24	
BESALÚ	Gir a l'esquerra per la C-66, direcció Olot	43	10:09	09:43	09:26	154
ARGELAGUER	Gir a la dreta per la GIV-523	48	10:24	09:55	09:36	185
TORTELLÀ	GI-5232	51	10:33	10:02	09:42	286
MONTAGUT	Gir a l'esquerra GIP-5233	55	10:45	10:12	09:50	274
CRUÏLLA DE MONTAGUT	Gir a la dreta per prendre la N-260 A	57	10:51	10:17	09:54	
CRUILLA DE LA CARRETERA D'OIX	N-260A	59	10:57	10:22	09:58	262
CASTELLFOLLIT DE LA ROCA	N-260A	60	11:00	10:24	10:00	303
CRUÏLLA CARRETERA D'OTLOT	Gir a la dreta C-26	61				331
SANT JOAN LES FONTS	C-26	64	11:12	10:34	10:08	336
LA CANYA	Gir a l'esquerra. Rotonda C-26	65				372
OLOT	Rotonda Les Tries. Direcció vial Sant Jordi	68	11:24	10:43	10:16	416
OLOT	Vial Sant Jordi. Gir a la dreta.	69				
OLOT	Gir a l'esquerra GI-524. Rotonda de Santa Pau.	70	11:30	10:48	10:20	448
CAN XEL	GI-524	74	11:42	10:58	10:28	618
SANTA PAU	GI-524	78	11:56	11:07	10:36	508
COLL DE COLITZA	GI-524	84	12:12	11:22	10:48	389
MIERES	GI-524	89	12:27	11:34	10:58	273
SANT MIQUEL DE CAMPMAJOR	GI-524	95				214
PORQUERES (VEINAT CAL GERMÀ)	GI-524	101				184
BANYOLES (VORA ESTANY)		103	13:09	12:07	11:26	174
SANTA MARIA DE PORQUERES	GIV-5248	104				180
BANYOLES. ARRIBADA DAVANT EL PARC DE LA DRAGA	C-150 A	108	13:24	12:19	11:36	176
<b>RECORREGUT TOTAL: 108 Km</b>						
<b>DESNIVELL + ACUMULAT: 1.400 m</b>						