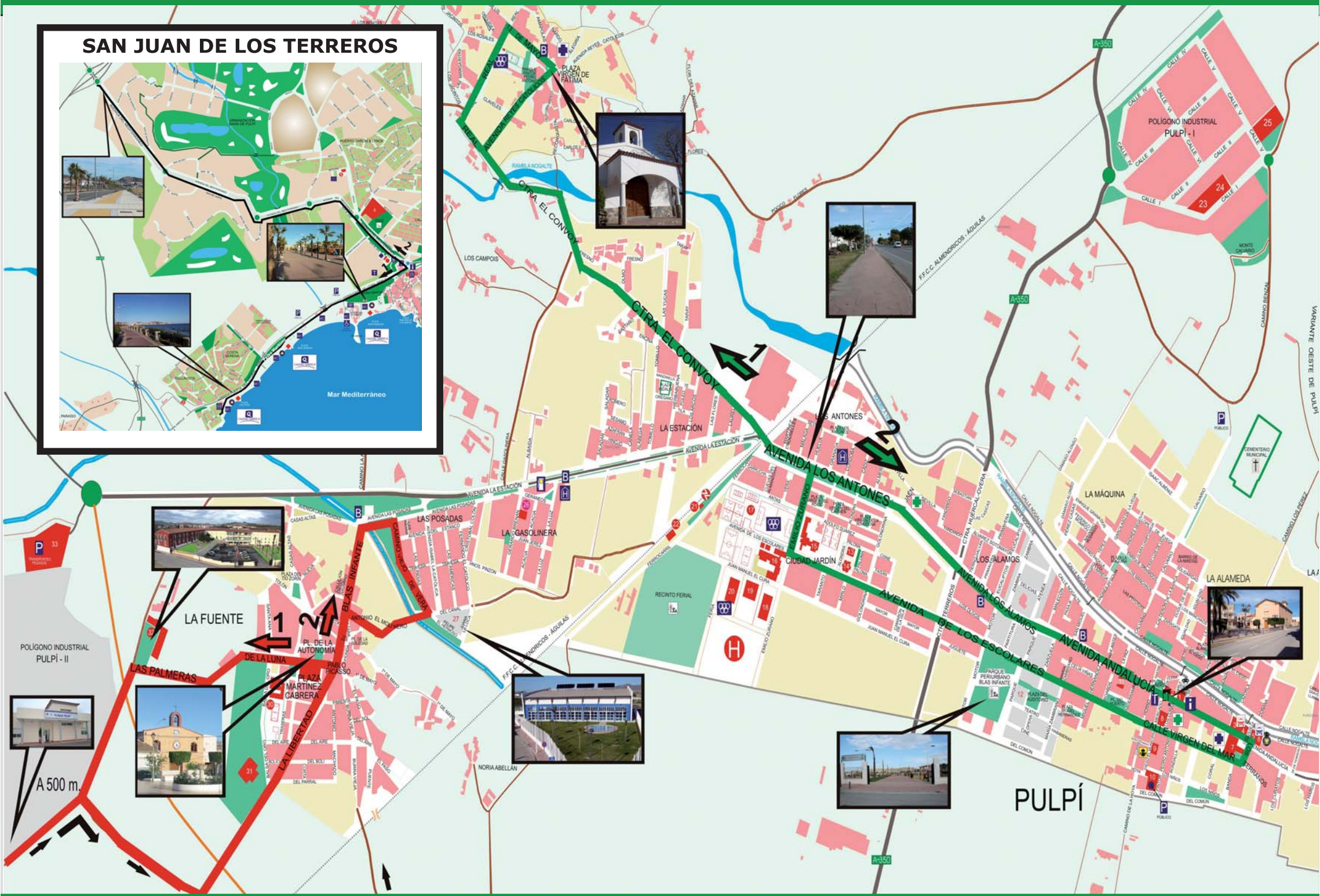




RUTAS para la vida sana a pie y en bicicleta


PULPI




RUTA "BRISA MARINA"


Todo el recorrido 
Distancia: 7,50 km
Tiempo estimado: 1:45 minutos (aproximado)
Calorías Consumidas: 310 kcal (aproximado según el peso de la persona)


Ruta 1 
Distancia: 2,50 km
Tiempo estimado: 45 minutos (aproximado)
Calorías Consumidas: 103 kcal (aproximado según el peso de la persona)

Ruta 2 
Distancia: 5 km
Tiempo estimado: 60 minutos (aproximado)
Calorías Consumidas: 207 kcal (aproximado según el peso de la persona)


RUTA "FÁTIMA"


todo el recorrido 
Distancia: 6,30 km
Tiempo estimado: 1:15 minutos (aproximado)
Calorías Consumidas: 260 kcal (aproximado según el peso de la persona)


Ruta 1 
Distancia: 3 km
Tiempo estimado: 55 minutos (aproximado)
Calorías Consumidas: 123 kcal (aproximado según el peso de la persona)

Ruta 2 
Distancia: 3,30 km
Tiempo estimado: 60 minutos (aproximado)
Calorías Consumidas: 136 kcal (aproximado según el peso de la persona)

RUTA "LAS MORERAS"

Todo el recorrido 
Distancia: 5,20 km
Tiempo estimado: 58 minutos (aproximado)
Calorías Consumidas: 215 kcal (aproximado según el peso de la persona)

Ruta 1 
Distancia: 4,10 km
Tiempo estimado: 45 minutos (aproximado)
Calorías Consumidas: 170 kcal (aproximado según el peso de la persona)

Ruta 2 
Distancia: 1,10 km
Tiempo estimado: 13 minutos (aproximado)
Calorías Consumidas: 45 kcal (aproximado según el peso de la persona)

CARRIL BICI SAN JUAN DE LOS TERREROS

Distancia: 5 km
Tiempo estimado: 15 minutos (aprox.)
Calorías Consumidas: 120 kcal (aprox. según el peso de la persona)



CARRIL BICI MUNDO AGUILON

Distancia: 7,80 km
Tiempo estimado: 30 minutos (aprox.)
Calorías Consumidas: 198 kcal (aprox. según el peso de la persona)



CARRIL BICI PULPI-POZO HIGUERA

Distancia: 4,20 km
Tiempo estimado: 13 minutos (aprox.)
Calorías Consumidas: 90 kcal (aprox. según el peso de la persona)



CARRIL BICI SAN JUAN DE LOS TERREROS



Distancia: 5 km
Tiempo estimado: 15 minutos (aproximado)
Calorías Consumidas: 120 kcal (aproximado según el peso de la persona)

CARRIL BICI MUNDO AGUILON



Distancia: 7,80 km
Tiempo estimado: 30 minutos (aproximado)
Calorías Consumidas: 198 kcal (aproximado según el peso de la persona)

CARRIL BICI PULPÍ-POZO HIGUERA



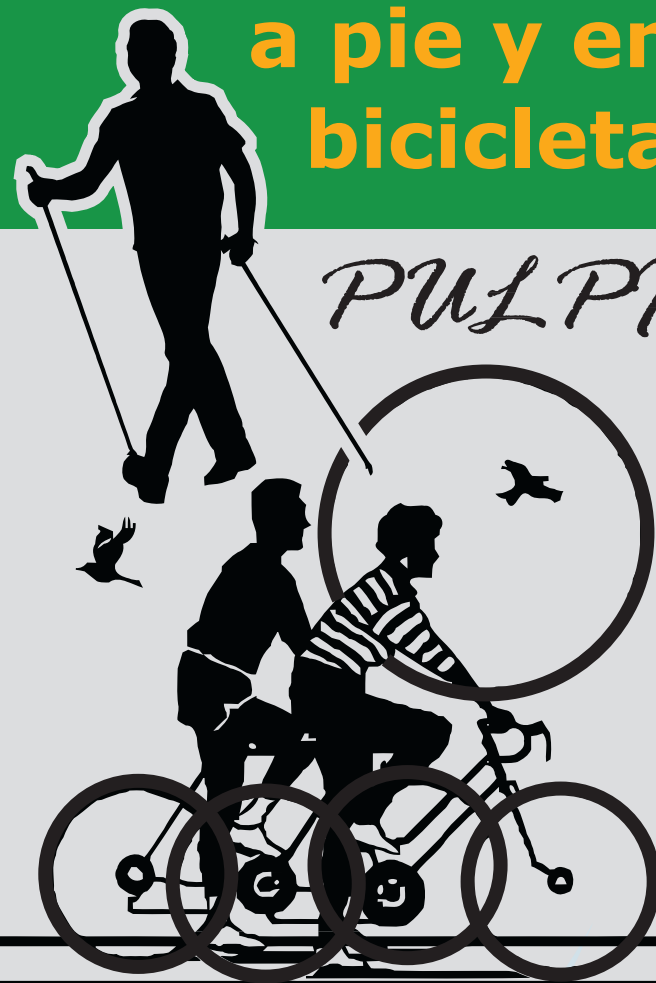
Distancia: 4,20 km
Tiempo estimado: 13 minutos (aproximado)
Calorías Consumidas: 90 kcal (aproximado según el peso de la persona)



Plan para la Promoción
de la Actividad Física y la
Alimentación Equilibrada



RUTAS para la vida sana a pie y en bicicleta



Itmo. Ayuntamiento de Pulpí

SAN JUAN DE LOS TERREROS



RUTA "BRISA MARINA"

Todo el recorrido
 Distancia: 7,50 km
 Tiempo estimado: 1:45 minutos (aproximado)
 Calorías Consumidas: 310 kcal (aproximado según el peso de la persona)

Ruta 1
 Distancia: 2,50 km
 Tiempo estimado: 45 minutos (aproximado)
 Calorías Consumidas: 103 kcal (aproximado según el peso de la persona)

Ruta 2
 Distancia: 5 km
 Tiempo estimado: 60 minutos (aproximado)
 Calorías Consumidas: 207 kcal (aproximado según el peso de la persona)

RUTA "FÁTIMA"

todo el recorrido
 Distancia: 6,30 km
 Tiempo estimado: 1:15 minutos (aproximado)
 Calorías Consumidas: 260 kcal (aproximado según el peso de la persona)

Ruta 1
 Distancia: 3 km
 Tiempo estimado: 55 minutos (aproximado)
 Calorías Consumidas: 123 kcal (aproximado según el peso de la persona)

Ruta 2
 Distancia: 3,30 km
 Tiempo estimado: 60 minutos (aproximado)
 Calorías Consumidas: 136 kcal (aproximado según el peso de la persona)

RUTA "LAS MORERAS"

Todo el recorrido
 Distancia: 5,20 km
 Tiempo estimado: 58 minutos (aproximado)
 Calorías Consumidas: 215 kcal (aproximado según el peso de la persona)

Ruta 1
 Distancia: 4,10 km
 Tiempo estimado: 45 minutos (aproximado)
 Calorías Consumidas: 170 kcal (aproximado según el peso de la persona)

Ruta 2
 Distancia: 1,10 km
 Tiempo estimado: 13 minutos (aproximado)
 Calorías Consumidas: 45 kcal (aproximado según el peso de la persona)

