

GUÍA ÚTIL



EDICIÓN 0

26 de septiembre de 2009

AGUILAR DE CAMPOO - VALLADOLID

Índice

1.	INTRODUCCIÓN	3
2.	CÓMO LLEGAR A AGUILAR DE CAMPOO	6
3.	ALOJAMIENTOS	7
4.	HORARIOS DE TREN	10
5.	AVITUALLAMIENTO Y OTRAS COSILLAS	13
	<i>Comer</i>	13
	<i>Beber</i>	13
	<i>Horas de luz</i>	13
	<i>Otros</i>	13
6.	TÉCNICAS ANTIPINCHAZOS	14
7.	RUTÓMETRO	15

1. INTRODUCCIÓN

El Gran Premio Canal de Castilla es un proyecto que a través del ciclismo pretende lograr un desarrollo turístico adicional entorno a uno de las mayores obras de la ingeniería civil realizadas en España, el Canal de Castilla.

El Canal de Castilla es una obra de ingeniería hidráulica que recorre principalmente dos provincias, Palencia y Valladolid, incluyendo un pequeño tramo en la provincia de Burgos. Con una longitud total de 207 Km, su trazado se divide en tres ramales en forma de “Y” invertida, cuyos extremos son Alar del Rey (Ramal Norte), Medina de Rioseco (Ramal de Campos) y Valladolid (Ramal Sur).

En el Canal de Castilla y su entorno se aúnan y combinan a la perfección Deporte, Patrimonio y Naturaleza. Desde estas tres perspectivas, sus valores más destacados son los siguientes:

DEPORTE: En la actualidad el Canal de Castilla se erige como el recorrido en bicicleta sin convivencia con vehículos a motor más largo de nuestro país, no superado por ninguna otra vía verde.

PATRIMONIO: Integrado tanto por elementos relativos a esta obra (esclusas, puentes, dársenas) como por los propios de los pueblos que atraviesa. A ello se une que se atraviesa un pequeño tramo de un camino ancestral por el que han transitado peregrinos desde hace siglos y que este proyecto toca a la altura de Frómista: el Camino de Santiago.

NATURALEZA: Los valores naturales asociados al Canal, un oasis dentro de la llanura castellana, con sus riberas y lagunas asociadas al mismo, que albergan una gran diversidad florística y faunística., que han llevado a una importancia creciente del turismo ornitológico en la zona.

Se pretende organizar una prueba deportiva cuya característica singular, propia y original sea el empleo en su diseño de tramos no asfaltados.

Como resultado de este empeño inédito hasta hoy en España, el presente proyecto define minuciosamente los recorridos de la prueba, que atravesando las provincias de Palencia, Valladolid y Burgos, se apoya en su mayor parte en los caminos de sirga de los ramales norte y sur del Canal de Castilla, principal protagonista de la idea. La prueba completa su trazado fuera del canal atravesando el norte de la provincia de Palencia.

Para lanzar este proyecto se plantea la organización de una **Marcha Cicloturista**, cuya intención es comenzar a celebrarla en la **primavera de 2010**.

El **26 de septiembre de 2009** se pretende hacer el recorrido descendente, entre Aguilar de Campoo y Valladolid, de modo informal. Esta excursión individual servirá para presentar entre los cicloturistas que se animen a acudir este ilusionante proyecto.

Se ha elegido esta fecha por **motivos históricos**, al cumplirse **250 años y un día de la puesta de la primera piedra en el Ramal Norte del Canal de Castilla**, concretamente en el considerado “Km. 0” del Canal, Alar del Rey.

Los datos principales de la excursión son:

- **CÓMO CONFIRMAR ASISTENCIA:** Enviando un privado de miarroba antes del **11 de septiembre**, a victorponf, donde ha de figurar:
 - Nombre y apellidos
 - Correo electrónico

Victorponf os mandará un mail del **12 septiembre**, para que confirméis respondiendo a este mail hasta el **18 de septiembre** inclusive.

El que quiera venir pero no mandar estos datos no hay problema. La confirmación de asistencia es sólo para hacernos una idea de cuantos somos y encargar un número de regalos conmemorativos (si nos los financia alguien).

El límite que hemos pensado para esta salida informal es de 100 personas (máximo de regalos conmemorativos que se encargarán).

- **HORA DE REUNIÓN:** 7:30h, sábado 26 de septiembre de 2006.
- **LUGAR:** Plaza Mayor o de España. Aguilar de Campoo (Palencia)
- **HORA DE SALIDA:** **8:00h.** No esperamos por nadie. El que quiera puede incorporarse en algún otro punto, pero no garantizamos una hora de paso.
- **BICICLETAS A EMPLEAR:** Preferiblemente de carretera, pero si alguno quiere traer otro tipo sin problemas.
- **COMIDA:** Pararemos una hora en Frómista, km 106. Aproximadamente a la 13-14h de la tarde, dependiendo del retraso acumulado. Pondremos 10 euros de bote por cabeza para comprar biandas.

Se trata de una salida no organizada, gratuita en la que cada persona es responsable de sus actos.

En resumen:

DÍA	EVENTO
17 Agosto	Inicio de envío de privados para comunicar asistencia
11 Septiembre	Fin envío de privados
12 Septiembre	Se envía mail para que se confirme asistencia
18 Septiembre	Fin de período de confirmación de asistencia mediante mail
21 Septiembre	Lista definitiva de gente que acude. Se publica indicando nick
26 Septiembre	Reunión de amigos entorno al Gran Premio Canal de Castilla. 7:30 h, Plaza Mayor de Aguilar de Campoo

2. CÓMO LLEGAR A AGUILAR DE CAMPOO

Por Carretera:

A Aguilar de Campoo se llega por la A-67 si vienes de Santander o Valladolid, o por la N-627 si vienes de Burgos, si bien en este caso quizás es preferible tomar la Autovía del Camino de Santiago (A-231) para en Osorno conectar con la A-67.

Si se viene del Oeste (Galicia, León, Asturias), quizás la mejor opción es tomar la citada autovía del Camino de Santiago en León, para en Osorno ya dirigirse a Aguilar.



En tren:

Utilizando la línea Valladolid – Santander.

Ver el apartado específico dedicado al tren y enlaces a Valladolid y Santander en www.renfe.es.

Aeropuertos cercanos:

Villanubla (Valladolid)

Camargo (Santander)

3. ALOJAMIENTOS

Información extraída de páginas amarillas.

AGUILAR DE CAMPOO KM. 0

NOMBRE	TIPO	TELÉFONO
Virgen del Llano	CAMPING	979 181 007
Cortés Poza	HOSTAL	979 125 080
Los Olmos	HOSTAL	979 125 505
Siglo XX	HOSTAL	979 126 040
Valentín	HOTEL	979 122 125

Villa de Aguilar	HOTEL	979 122 225
Casa Fuencaliente	RURAL	979 125 144
Las Peñas	RURAL	979 126 026
Posada Sta. María La Real	RURAL	979 122 000

Puntos intermedios

LUGAR	KM	NOMBRE	TIPO	TELÉFONO
REVILLA DE POMAR	12	Casa Florencia	RURAL	979 609 041
VILLALLANO	15	Campoo	RURAL	659 578 605
		Las Tuerces	RURAL	979 181 217
VILLAESCUSA DE LAS TORRES	18	González García	RURAL	979 122 241
		Pérez Bureba	RURAL	979 278 622
VALORIA DE AGUILAR	23	La Torre	RURAL	979 122 576
MAVE	27	El Portillo	RURAL	979 125 026
		La Escuela	RURAL	979 123 050
SANTA MARÍA DE MAVE	28	Posada el Convento	RURAL	979 123 611
ALAR DEL REY	40	Alas del Rey	RURAL	979 133 638
HERRERA DE PISUERGA	50	La Piedad	HOSTAL	678 542 423

MELGAR DE FERNAMENTAL Km. 72.

NOMBRE	TIPO	TELÉFONO
Concha	HOSTAL	947 37 20 13
Leo	HOSTAL	947 37 20 02
Abánades	RURAL	657 837 236

OSORNO Km. 82

NOMBRE	TIPO	TELÉFONO
El Navío	HOSTAL	979 150 228
Los Chopos	HOSTAL	979 817 455
Tierra de Campos	HOTEL	979 817 216

FRÓMISTA Km. 108

NOMBRE	TIPO	TELÉFONO
Antonio y Marcelino	RURAL	979 810 148
El Milagro	RURAL	979 810 944
San Telmo	RURAL	979 811 028

Serviarias	RURAL	979 810 148
------------	-------	-------------

Puntos intermedios

LUGAR	KM	NOMBRE	TIPO	TELÉFONO
PIÑA DE CAMPOS	113	El arrabal	RURAL	979 153 068
TÁMARA DE CAMPOS	118	El Zapatero	RURAL	979 810 492
		San Hipólito	RURAL	979 810 492
GRIJOTA	155	El Silo	RURAL	979 767 217

PALENCIA Km. 163

NOMBRE	TIPO	TELÉFONO
Algodón	HOSTAL	979 170 019
Ávila	HOSTAL	979 711 910
Ceres	HOSTAL	979 784 032
Serpol	HOSTAL	979 713 088
3 de Noviembre	HOSTAL	979 703 042
AC	HOTEL	979 165 701
Diana Palace	HOTEL	979 018 050

Rey don Sancho	HOTEL	979 725 300
Castilla Vieja	HOTEL	979 74 90 44
Colón	HOTEL	979 740 700
Monclus	HOTEL	979 744 300
Palacio	HOTEL	979 100 762
Plaza Jardinillos	HOTEL	979 750 022
Rodrigo	HOTEL	979 170 697

DUEÑAS Km. 187.

NOMBRE	TIPO	TELÉFONO
Zamorano	HOSTAL	979 761 427
La Casona	HOSTAL	979 780 153

Camino Real	HOTEL	979 761 585
Las Calzadas	RURAL	979 780 977

VALLADOLID Km. 228 (entrada)

Oferta múltiple. Consultar:

- <http://www.valladolidturismo.com>
- <http://www.infohostal.com/guia/valladolid/49>

4. HORARIOS DE TREN

Por la línea ferroviaria que comunica Valladolid con Santander, circulan dos tipos de trenes:

1. **Alvia:** Con paradas únicamente en Palencia y Aguilar de Campoo dentro del recorrido del GP. No admite bicicletas sin que estén empaquetadas o metidas en una maleta.
2. **Regionales:** Programa un número amplio de paradas. Admite bicicletas.

www.renfe.es dice lo siguiente al respecto del transporte de bicicletas en el tren:

Alta Velocidad – Larga Distancia

Se permitirá el acceso de bicicletas en los trenes que tengan oferta de plazas acostadas (litera y/o coches cama).

En coche cama, ya sea material convencional o Trenhotel, sólo será posible la admisión de bicicletas cuando se adquiera el departamento en la modalidad familiar, es decir, constituyendo un grupo todos los viajeros que ocupen el departamento.

Como norma general sólo se admitirá una bicicleta por viajero, con un máximo de dos bicicletas por departamento.

Las bicicletas deberán estar previamente embaladas en bolsas para bicicletas diseñadas al efecto, con los pedales desmontados y el manillar girado 90°. Renfe no se hace responsable de los posibles desperfectos o pérdidas.

Media Distancia

Se admitirá el transporte de bicicletas en todos los trenes de Media Distancia que tengan un área específica o espacio suficiente para su transporte. Sólo se admitirá una bicicleta por viajero siempre que la ocupación del tren lo permita o la capacidad máxima permitida para cada coche o tren no se sobrepase. En caso contrario el viajero tendrá derecho a utilizar otro tren de Media Distancia o a la devolución del importe del viaje no realizado.

Como norma general, los viajeros en grupo con más de tres bicicletas deberán ser autorizados previamente por RENFE-Operadora. Sólo en el caso de grupos autorizados se podrá sobrepasar el límite máximo para cada coche o tren admitido.

Este transporte se podrá realizar en todos los trenes de Media Distancia, si bien, podrá limitarse en aquellos trenes con saturación de viajeros. Se podrá establecer máximos por tren y coche para este transporte. Este transporte no ocupará asiento ni podrá disponer de reserva de plaza. El precio será el establecido en la tarifa vigente.

El viajero que lleve una bicicleta deberá mantener en todo momento el cuidado debido para garantizar la seguridad y comodidad de los demás viajeros, siendo responsable de los posibles daños que se pudieran producir al tren y a terceros.

En la Tarifa Especial Nº 6 se podrán establecer limitaciones a dicho transporte, en función de la fecha, la hora, el periodo y el trayecto.

Las paradas de los trenes regionales se concretan a continuación (Alvia consultar en www.renfe.es, pero al tener que llevar la bici embalada es de poca utilidad):

SENTIDO VALLADOLID – AGUILAR DE CAMPOO

Localidad	VSD	VSD	SD	VSD
VALLADOLID	9.35	14.55	18.10	19.40
Cabezón	9.44	15.04	18.19	-
Corcos	9.48	15.08	18.23	-
Cubillas	9.53	15.13	18.28	-
Dueñas	10.00	15.19	18.35	-
PALENCIA	10.20	15.37	18.55	20.20
Monzón	10.28	15.44	19.03	20.29
Amusco	10.35	15.51	19.10	20.36
Piña	10.39	15.55	19.13	20.40
Frómista	10.44	16.00	19.18	20.45
OSORNO	11.02	16.14	19.33	20.55
Herrera	11.17	16.30	19.48	21.09
Alar del Rey	11.22	16.46	19.53	21.17
Mave	11.29	16.53	20.00	21.24
AGUILAR	11.36	17.01	20.07	21.31

VSD: Circula viernes, sábado y domingo

SD: Circula sábado y domingo.

IMPORTANTE: Hay muchos más trenes que hacen tan sólo el recorrido Valladolid – Palencia, aproximadamente uno cada media hora

SENTIDO AGUILAR DE CAMPOO - VALLADOLID

Localidad	VSD	VSD	VSD	VSD
AGUILAR	10.28	16.19	18.59	19.04
Mave	10.34	16.26	19.06	19.10
Alar	10.40	16.32	19.13	19.16
Herrera	10.45	16.37	19.18	19.20
OSORNO	11.01	16.52	19.33	19.32
Frómista	11.13	17.04	19.43	19.43
Piña	11.18	17.09	19.49	-
Amusco	11.22	17.13	19.53	-
Monzón	11.31	17.21	20.02	-
PALENCIA	11.41	17.32	20.17	20.19
Dueñas	11.57	17.47	20.34	-
Cubillas	12.02	17.52	20.40	-
Corcos	12.06	17.56	20.45	-
Cabezón	12.10	19.59	20.49	-
VALLADOLID	12.20	18.09	21.00	20.52

VSD: Circula viernes, sábado y domingo

IMPORTANTE: Hay muchos más trenes que hacen tan sólo el recorrido Palencia – Valladolid, aproximadamente uno cada media hora

5. AVITUALLAMIENTO Y OTRAS COSILLAS

Comer

Cada uno de las personas que asistan libremente a esta reunión deberá proveerse su propio avituallamiento.

Si estáis de acuerdo podemos poner una cantidad de dinero, un “**BOTE**” en el inicio del día en Aguilar para tener un pisolabis en Frómista.

Bastaría con 10 euros por cabeza y una de las personas que seguirán nuestro discurrir se acercará a un Super a comprar viandas. De todas formas es muy recomendable que os traigáis barritas, un bocadillo.... porque tanto antes como después de **Frómista** hay mucho que andar.

Beber

Los pueblos de paso están bien provistos de fuentes, aunque es recomendable que traigáis dos “cacharras”.

En el pisolabis se traerán las habituales bebidas de caféina e hidratantes.

Horas de luz

Es importante saber las horas de **orto** (sale el sol) y **ocaso** (se pone) del día 26 de septiembre en la zona, que son las siguientes:

ORTO: 8:10h

OCASO: 20:09h

De ello se deriva si salimos a las 8:00h, que tenemos 10 horas brutas para hacer el recorrido completo, 9 si paramos una hora a comer, lo cual nos lleva a una media de 26 km/h, para aquellos que quieran hacerlo completo.

Por ello se recomienda llevar **chaleco reflectante y a ser posible luces** por si se nos hace muy tarde. La idea es que llevemos una media constante de aproximadamente 25 Km./h hasta Palencia, y a partir de aquí los que estén más enteros traten de acabar el recorrido a una media superior.

Tampoco nos vamos a obsesionar con acabar en Valladolid, lo importante es que disfrutemos de la ruta, saquemos unas buenas fotos y nos deis vuestra opinión del Gran Premio Canal de Castilla.

Otros

Se intentará conseguir que se nos patrocine algún **OBSEQUIO CONMEMORATIVO** de la inauguración de este Castillo en el aire.

Las **fotos** que nos envíen aquellos asistentes que lo deseen, servirán para ilustrar nuestra **página Web, donde se publicarán indicando el autor de la misma.**

Así mismo se os enviará por correo electrónico un **listado de los tramos especiales** que hemos pasado para que los puntuéis de 1 a 5 estrellas (dependiendo de su dificultad).

Con la media de los resultados se establecerán las puntuaciones definitivas de cada uno de los tramos, y nos servirá de orientación para puntuar las del recorrido en sentido contrario (que en muchos casos coincide).

6. TÉCNICAS ANTIPINCHAZOS

Gracias a los comentarios vertidos en Parlamento Ciclista por varios foreros, hemos sacado las siguientes conclusiones:

IMPRESINDIBLE:

- Utilizar unas cubiertas que no estén muy gastadas.
- Tener una presión adecuada, alta, preferentemente superior a 7 kilos.
- Llevar todos y cada uno de nosotros dos cámaras de recambio, para nosotros y por si hay que dejarle a un compañero.
- Llevar un juego de llaves Allen, de tamaño llavero, un corta cadenas y un destornillador pequeño. Para solucionar pequeños problemas de cambios, frenos, partir una cadena...

EXTRAS QUE PUEDEN VENIR MUY BIEN (Suponen un gasto)

- Cubiertas duras, preferentemente de Kevlar. Pueden valer las siguientes:
 - Specialized Armadillo que tienen una fuerte capa de kevlar en el centro y casi no pinchan.
 - Las Schwalbe Maraton son una opción muy buena y a mejor precio que las Specialized ("sólo" 22€)
 - En Decatlon o tiendas similares tienda así comparar las cubiertas más duras que haya, serán de marca desconocida y costarán 10 euros a lo sumo, serán tan duras que no vienen plegadas como otras sino "en redondo". Para un día y este recorrido son la opción más barata y eficaz.
- Cámaras llenas con fluido antipinchazo. El inconveniente es que se aumenta bastante el peso.
- Montar ruedas 700 X 25 (si se dispone de ellas)

7. RUTÓMETRO

El Rutómetro es el siguiente:

TRAMO 1:

PÁRAMOS ROMÁNICOS 81 Km. (Aguilar – Osorno)

Los lugares donde se puede coger un tren regional en este tramo son:

- Aguilar de Campoo Km. 0
- Mave Km. 27
- Alar del Rey Km. 40
- Herrera de Pisuerga Km. 50
- Osorno Km. 82

INICIO TRAMO 1 DE MARCHA CICLOTURISTA		
SALIDA PLAZA MAYOR AGUILAR DE CAMPOO, recorrido neutralizado hasta rotonda de Autovía (N-627)		
PROVINCIA DE PALENCIA		
PUNTO DE PASO	km	Alt. (m)
Rotonda antes de Camesa, SALIDA LANZADA, tomar derecha N-627	0,0	893
Cruce Camesa de Valdivia (no tomar)	0,3	895
Cruce hacia la Izquierda dirección Cueva de los Franceses	2,3	919
Tomar Cruce derecha Inicio carretera Blanca	2,4	920
CARRETERA BLANCA 10 "Báscones de Ojeda"	0,9	
BÁSCONES DE VALDIVIA, fin de carretera blanca	3,3	912
Salida pueblo, cruce 1ª a izquierdas inicio Carretera Blanca	3,4	910
CARRETERA BLANCA 9 "La Ermita"	3,9	

Segundo cruce a la izquierda, continúa Carretera Blanca	7,3	905
Primer cruce a la derecha, inicio Cota	8,1	910
Ermita de Samoño	9,0	964
Cota 9 COVALAGUA	9,4	992
Cruce hacia la izquierda, fin de Carretera Blanca, inicio P-6222	9,5	985
POMAR DE VALDIVIA (tomar cruce izq. Hacia Aguilar)	11,0	936
Tomar 1º cruce a la izquierda, inicio carretera blanca	11,2	920
CARRETERA BLANCA 8 "Pomar de Valdivia"	3,4	
Se atraviesa Carretera N-627, continúa carretera Blanca	13,2	905
Fin de carretera blanca en la entrada al Pueblo	14,6	910
REBOLLEDO DE LA INERA	15,1	910
Inicio carretera Blanca, cruce a la salida del pueblo hacia la izquierda	15,2	910
CARRETERA BLANCA 7 "La Inera"	2,9	
RENEDO DE LA INERA	16,3	907
Cruce hacia la derecha, continúa carretera blanca	16,9	912
Fin de carretera blanca, tomar carretera hacia la cantera (izquierda)	17,5	915
Coronamos altillo de la cantera y comienza carretera blanca	17,7	930
CARRETERA BLANCA 6 "La Cantera"	0,2	
Fin de cantera y carretera blanca	17,9	920
VILLALLANO	18,2	880
Giro a la izquierda, P-6201, dirección Gama	18,3	882
Cruce izquierda, inicio carretera blanca, inicio Cota	18,7	890
CARRETERA BLANCA 5 "Las Torres"	2,1	
Cota 8 LAS TUERCES	20,0	928
Continúa Carretera Blanca tras paso estrecho, girar a la derecha	20,2	925
Fin de carretera Blanca a la entrada del pueblo	20,8	885
VILLAESCUSA DE LAS TORRES	22,5	878
Paso a nivel, carretera a Valoria de Aguilar	22,6	876

Puente sobre el Pisuerga, inicio cota	22,7	876
Cota 7 VALORIA DE AGUILAR	23,6	914
Cruce izquierda justo antes de Valoria de Aguilar, inicio carretera blanca y cota	24,5	907
VALORIA DE AGUILAR (exterior)	24,5	907
CARRETERA BLANCA 4 "Olleros"	3,4	
Inicio cota	25,1	905
Cota 6 MONTE CILDÁ	26,3	960
Fin de carretera blanca, tomar a la izquierda, P-620	27,9	880
Puente sobre el Pisuerga	28,1	880
Cruce al izquierda dirección MAVÉ, PP-6210	28,8	883
MAVÉ	29,0	882
SANTA MARÍA DE MAVÉ	29,5	875
Cruce a la izquierda, paso a nivel con barreras, tomar PP-6213	30,1	874
Puente sobre el Pisuerga	30,3	873
Cruce, tomar izquierda N-611 dirección Palencia	31,5	885
BECERRIL DEL CARPIO	31,6	884
Cruce Rebolledo de la Torre (no tomar)	35,8	860
Cruce peligroso de fin de autovía	37,7	880
ALAR DEL REY	40,1	851
Inicio tramo de pavé	40,2	850
PAVÉ 2 "Homenaje al Marqués de la Ensenada"	0,1	
Fin de pavé	40,3	850
Rotonda, tomar recto segunda salida	40,5	850
Cruce a nivel con barreras	41,0	851
Puente sobre el Canal,	41,1	853
Cruce a derecha, ctra dirección Barrio de San Vicente	41,2	855
BARRIO DE SAN VICENTE	43,2	857
salida pueblo, inicio Sirga izquierda. Esclusa 1	43,5	851
SIRGA 11 "Alar del Rey" RAMAL NORTE	3,9	

Esclusa 2	44,3	849
Esclusa 3	45,2	846
Esclusa 4, cruzar puente y tomar camino derecha Inicio tramo de carretera Blanca	47,4	843
CARRETERA BLANCA 3 "Herrera"	1,1	
Fin de carretera Blanca	48,5	844
Tomar a la derecha , cruzar puente sobre el Pisuerga	48,6	845
Rotonda, tomar recto hacia Herrera	48,7	844
HERRERA DE PISUERGA	49,0	845
Cruce a la izquierda, inicio enlosado urbano	49,5	870
ENLOSADO URBANO 3"Homenaje a La Ilustración Española"	0,4	
Muralla, plaza mayor	49,6	868
Fin enlosado urbano cruce a la izquierda	49,9	853
Salida de Herrera, tomar N-611 dirección Palencia, hacia la derecha	49,7	853
Cruce a izquierda para entrar en el Canal	51,6	840
Inicio de Sirga, superar puente de Esclusa 7 , Sirga IZQUIERDA	51,7	840
Esclusa 8	53,0	834
Esclusa 9	55,2	824
Esclusa 10	58,7	807
SIRGA 10 "Pisuerga"	16,1	
PROVINCIA DE BURGOS		
Esclusa 13 , tomar drcha. Ctra local Fin tramo de canal y sirga	67,8	804
SAN LLORENTE DE LA VEGA	68,7	799
Cruce dcha,tomar N-120	72,6	806
MELGAR DEL FERMENTAL (exterior)	72,7	806
PROVINCIA DE PALENCIA		
Cruce dcha, tomar N-611 dirección Palencia	80,6	805
FIN TRAMO 1 DE MARCHA CICLOTURISTA 81 km		

TRAMO 2: RAMAL NORTE 82 Km. (Osorno – Palencia)

Los lugares donde se puede coger un tren regional en este tramo son:

- Osorno Km. 82
- Frómista Km. 106
- Piña de Campos Km. 113
- Amusco Km. 127
- Monzón de Campos Km. 135
- Palencia Km. 163

INICIO TRAMO 2 DE MARCHA CICLOTURISTA		
OSORNO	81,0	809
Giro derecha, Ctra. De Saldaña, se inicia callejeo	81,1	807
En el pueblo cruce izquierda, N-611 dirección Santander	82,8	804
En el pueblo cruce derecha, PP- 4311 (carretera de Astudillo)	83,4	807
Inicio Canal, Puente de Osorno . Sirga IZQUIERDA	83,7	800
SIRGA 9 "Camino de Santiago"	21,6	
Esclusa 15	84,2	798
Esclusa 16	87,6	795
Tramo común con Camino de Santiago Francés	102,6	793
Esclusas 17,18, 19 y 20 Fin Sirga y Camino Santiago, izquierda P-430	106,1	790
FRÓMISTA	106,3	783
Callejeo, cruce con N-611 hacia la derecha dirección Piña de Campos	107,4	780
PIÑA DE CAMPOS	113,5	766
Cruce hacia la izquierda, tomamos PP-4301	113,6	766
Puente sobre el FFCC	114,2	770

TÁMARA DE CAMPOS	119,0	796
cruce drcha, PP-43O	119,1	798
Inicio cota	119,8	805
Cota 5 ALCOR	121,3	866
cruce drcha, PP-4 dirección Amusco	122,0	870
Altillo (borde del páramo)	124,1	880
AMUSCO	128,1	771
Vaguada al borde del Pisuerga	132,6	755
Altillo	134,8	779
MONZÓN DE CAMPOS	134,8	752
CRUCE drcha P-990 dirección La Nava	137,4	745
Venta de Valdemudo, Puente sobre el Canal	142,0	768
Altillo	147,9	810
VILLAUMBRALES	149,9	763
Cruce izquierda	153,7	763
SIRGA 7 "Ramal de Campos". Esclusas 25,26 y 27	5,7	
El Serrón (INICIO DEL RAMAL SUR DEL CANAL DE CASTILLA)	154,4	759
GRIJOTA, fin de sirga	159,4	750
Tomar carretera de enlace dirección Palencia	156,8	750
Doble rotonda bajo autovía, recto en ambas	158,9	736
Rotonta, tomar primera a la derecha, Camino de San Román (asfaltado)	159,0	734
PALENCIA	159,1	734
Fin de camino de San Román, giro a la izquierda dirección Centro de Palencia	163,1	730
FIN TRAMO 2 DE MARCHA CICLOTURISTA km 163		

TRAMO 3:

RAMAL SUR 74 Km. (Palencia – Valladolid)

Los lugares donde se puede coger un tren regional en este tramo son:

- Palencia Km. 163
- Dueñas Km. 188
- Cubillas de Santa Marta Km. 203 (al comienzo de Sirga nº 3 “Cigales”).
- Corcos Km. 212
- Cabezón de Pisuerga Km. 215
- Valladolid Km. 228 (entrada)

INICIO TRAMO 3 DE MARCHA CICLOTURISTA		
Cruce, tomar derecha, ctra Monte Viejo, SALIDA PALENCIA	163,2	728
Cruce drcha, estrechamiento Dársena de Palencia, PALENCIA	163,4	728
Inicio Canal, Sirga IZQUIERDA	163,5	728
SIRGA 6 "Dársena de Palencia"	1,4	
Fin de Canal, Puente sobre canal Ctra del Monte Viejo	164,9	730
Cruce derecha, inicio Carretera Blanca	164,9	730
CARRETERA BLANCA 2 "Monte Viejo"	1,6	
Inicio alto Monte viejo	166,5	730
Fin Carretera blanca, cruce a la derecha, Ctra Monte Viejo	168,4	780
Cota 4 MONTE VIEJO	171,2	890
Cumbre, cruce Izquierda ZONA ESPARCIMIENTO NATURAL "MONTE VIEJO"	171,2	890
Cruce izqu, Ctra descenso Monte Viejo (Casa Pequeña seguir recto)	171,2	890
Inicio canal, sirga DERECHA	174,8	728
SIRGA 5 "Cerrato"	5,8	
VILLAMURIEL DEL CERRATO, fin Carretera Canal (cruzar puente). Esclusa 33	180,6	727

Recorrido asfaltado, al borde del Canal, Avd del Canal	181,0	727
Inicio Canal, Sirga IZQUIERDA	180,6	726
Puente-Eclusas 34, 35 y 36. Soto de Albúrez , paso estrecha a sirga DERECHA	185,0	714
SIRGA 4 "Dueñas"	7,2	
Fin de Canal, Esclusa 37. Ctra del Vivero de Dueñas	187,8	702
Inicio Cota de Dueñas	189,0	704
DUEÑAS	189,3	720
Cota 3 DUEÑAS	189,6	755
Alto de Dueñas, inicio tramo enlosado Urbano en descenso tras girar a izquierda	189,6	755
ENLOSADO URBANO 2 "Homenaje a Bartolomé Bustamante" (descendente)	0,7	
Fin de enlosado, puente y cruce hacia la izquierda	190,3	722
inicio de tramo de Pavé	190,4	720
PAVÉ 1 "Homenaje a los trabajadores del Canal"	0,4	
Cruce 4 caminos, seguir recto	190,6	720
Fin de pavé, salida Dueñas, puente sobre Canal, P-102	190,8	719
PROVINCIA DE VALLADOLID		
VA-102	194,3	720
VALORIA LA BUENA	199,0	722
Cruce a izquierda tomar VA-103	199,2	720
Puente sobre el Pisuerga	203,2	705
Rotonda, coger derecha	204,0	722
Inicio tramo de Canal. Esclusa 39, sirga IZQUIERDA	204,2	709
SIRGA 3 "Cigales"	7,6	
CORCOS - AGUILAREJOS (Exterior). Esclusa 40	210,8	705
Fin de Canal, VA-4402	211,9	704
Monasterio de Santa María de Palazuelo (más allá de Corcos)	212,5	704
CABEZÓN DE PISUERGA	214,5	700

VA-4402	215,1	707
PUENTE DE CABEZÓN, Inicio tramo de Canal, sirga IZQUIERDA	215,4	708
SIRGA 2 "Pucela"	6,9	
Fin de Canal, VA-3401 con Carril bici	222,3	705
Rotonda salida a la derecha a Sirga tras un pequeño camino de tierra	225,2	703
Inicio Canal, sirga IZQUIERDA	225,2	703
SIRGA 1 "Dársena de Valladolid"	2,2	
Pasarela de madera, Paso al lado derecho, fin de de sirga	227,7	704
Carretera Fuensaldaña dirección Valladolid	227,8	704
Cruce con Avd Gijón, seguir recto por C/ Morena	228,7	701
Curva derecha, seguimos por C/ Morena	229,2	695
Cruce, tomamos derecha y nos incorporamos a C/ De las mieses	229,6	693
Rotonda, recto (C/ Mieses)	230,6	689
Semáforo y rotonda, tomar derecha C/ Monasterio de Yuste	230,9	693
Izquierda, tramo de carril bici y enlosado urbano paralelos	231,1	695
Inicio Carretera Blanca.	231,4	699
CARRETERA BLANCA 1 "Homenaje a Don Miguel"	0,5	
Fin tramo, tomamos Avda Mundial 82	231,9	716
Rotonda, tomar derecha, Avd Puente Colgante	232,3	714
Rotonda, seguir recto	232,6	715
Cruce Avda Salamanca, tomar derecha	233,5	685
Inicio cota de PARQUESOL (calle Doctor Villacián- Continúa en C/ Hernando Acuña)	233,6	684
Cota 2 PARQUESOL, tomar cruce izquierda Avd Ciudad de la Habana	235,1	747
Cruce derecha, tomar C/Martín Santos Romero	235,2	735
Inicio de Cota Parquesol Plaza	235,8	713
Cruce Derecha, inicio Enlosado Urbano, Calle Morelia	236,0	720
ENLOSADO URBANO 1 "Homenaje a Antonio Ulloa"	0,5	
COTA 1 Parquesol Plaza	236,5	762
Fin de enlosado urbano, tomar izquierda, C/ Manuel Azaña	236,5	762
Cruce derecha, tomar C/Hernando Acuña	236,8	756
META, BARRIO DE PARQUESOL (VALLADOLID)	236,5	768
FIN TRAMO 3 DE MARCHA CICLOTURISTA km 237		