

# Ruta para la Vida Sana



Ilmo. Ayuntamiento de Pulpí

## Ruta Brisa Marina

## PULPÍ



### RUTA "BRISA MARINA" (color negro)

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)



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



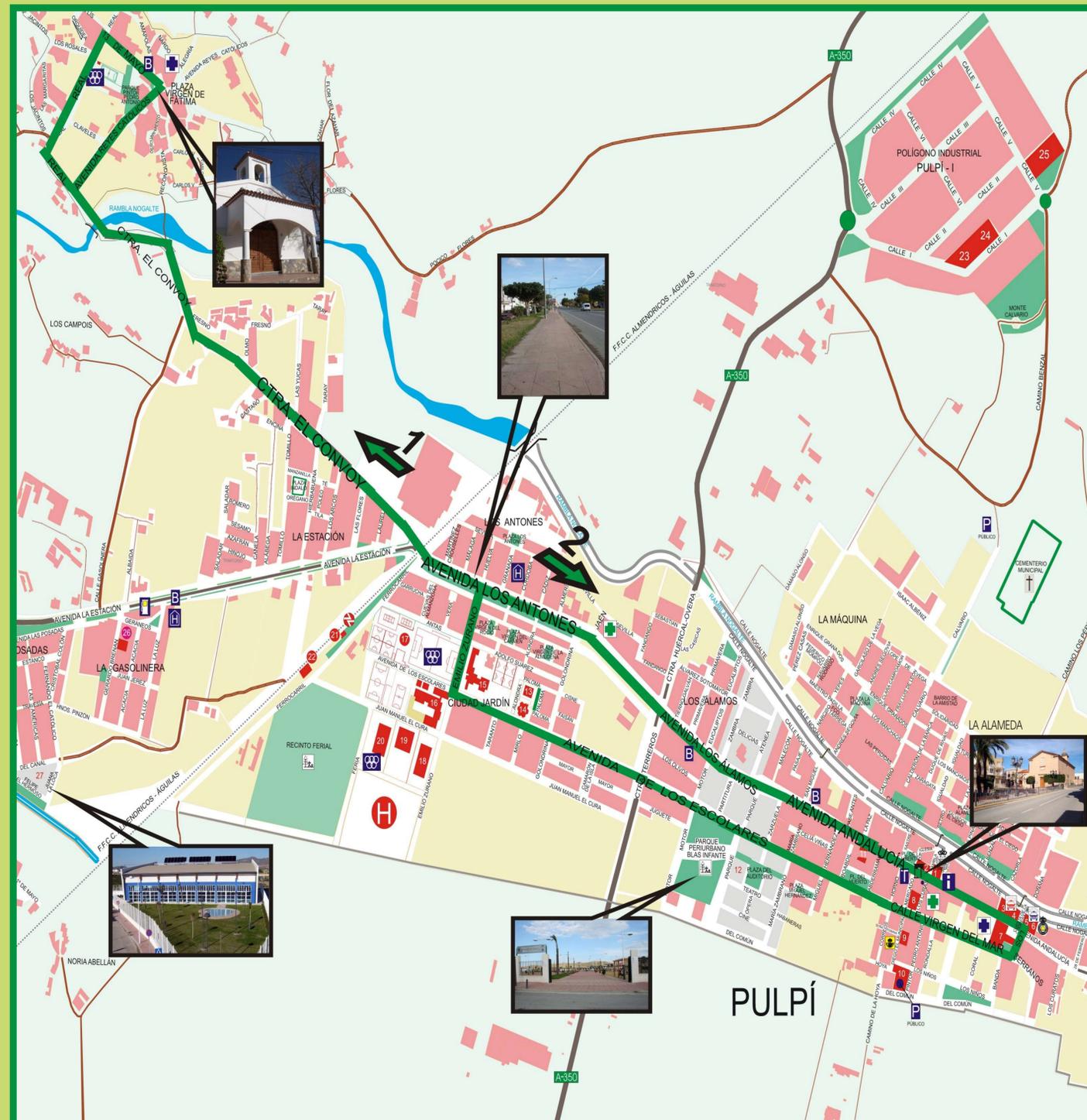
# Ruta para la Vida Sana



Ilmo. Ayuntamiento de Pulpí

## Ruta Fátima

## PULPÍ



### RUTA "FÁTIMA" (color verde)

#### 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)



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



# Ruta para la Vida Sana



Ilmo. Ayuntamiento de Pulpí

## Ruta Las Moreras

# PULPÍ



### RUTA "LAS MORERAS" (color rojo)

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)



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

