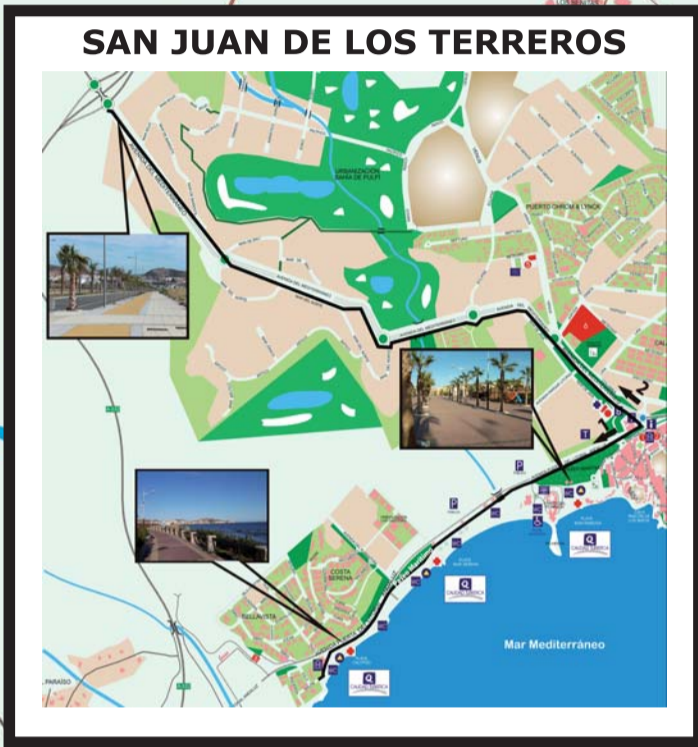


# RUTAS para la vida sana a pie y en bicicleta

## 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: 2,50 km   
 Tiempo estimado: 9 minutos (aprox.)   
 Calorías Consumidas: 63 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:** 2,50 km  
**Tiempo estimado:** 9 minutos (aproximado)  
**Calorías Consumidas:** 63 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 PULPI -POZO HIGUERA



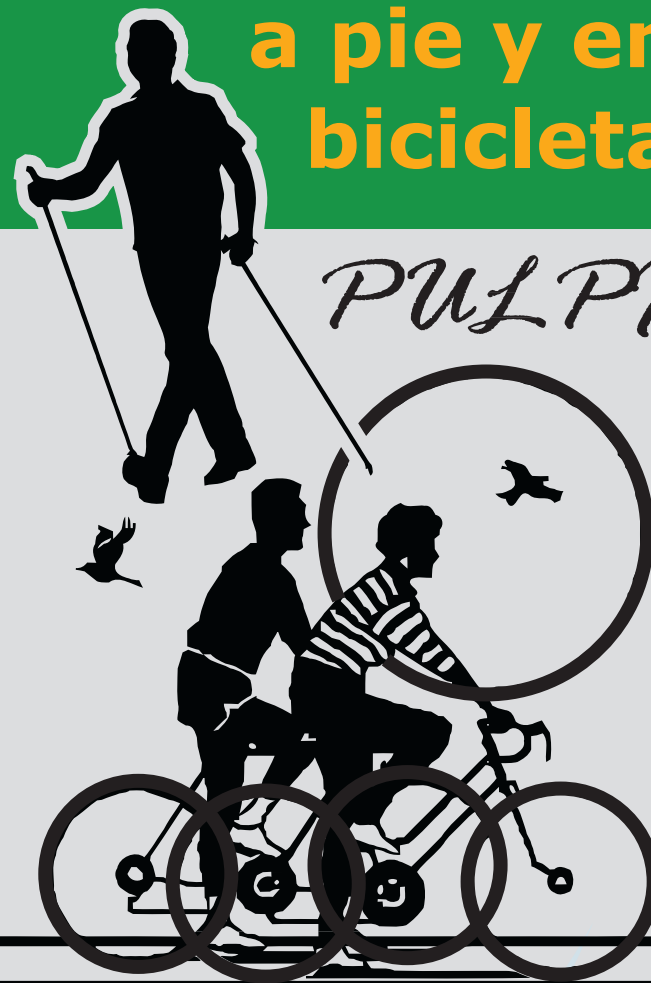
**Distancia:** 4,20 km  
**Tiempo estimado:** 13 minutos (aproximado)  
**Calorías Consumidas:** 90 kcal (aproximado según el peso de la persona)



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)

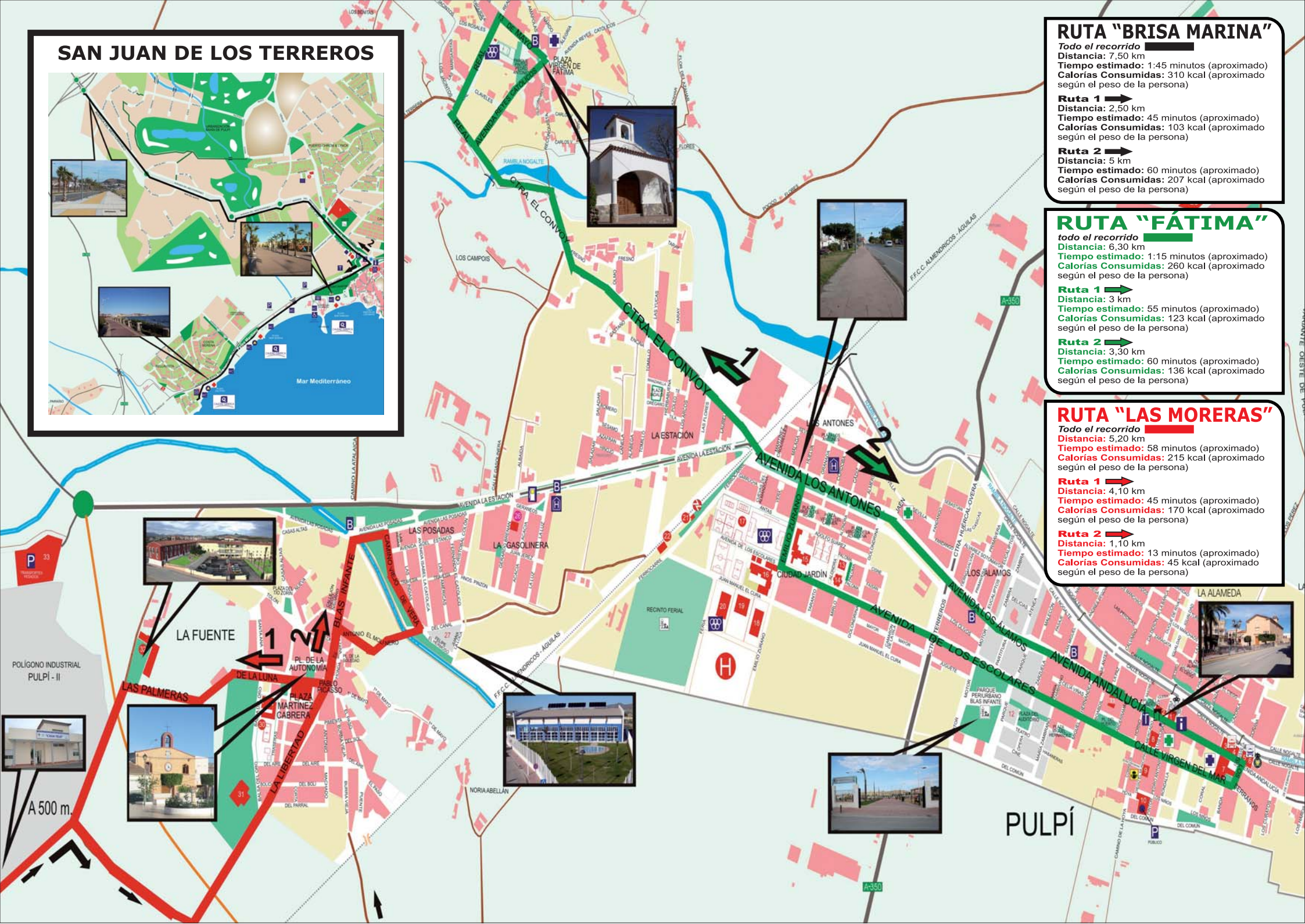
**Ruta 2**   
 Distancia: 3,30 km  
 Tiempo estimado: 60 minutos (aproximado)  
 Calorías Consumidas: 136 kcal (aproximado según el peso de la persona)

## 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)



POLIGONO INDUSTRIAL PULPÍ - II

A 500 m.

PULPÍ