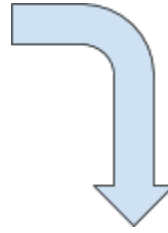


ESTO ES UN ROADBOOK



| FARLETE 6.5 | | Minimum Altitude: 352m Average Altitude: 383m Maximum Altitude: 430m | |
|--------------------------|--|--|--|
| 0,00 1 0,00 | | 3,19 7 0,67 | |
| 0,13 2 0,13 | | 3,75 8 0,56 | |
| 0,94 3 0,81 | | 4,46 9 0,71 | |
| 1,41 4 0,47 | | 5,69 10 1,23 | |
| 1,62 5 0,21 | | 5,85 11 0,16 | |
| 2,52 6 0,90 | | 6,35 12 0,50 | |

¿Por qué trabajamos en Mushing Monegros con Roadbook?

Porque es una forma de estar más atento al recorrido y disfrutar del entrenamiento.

Un Roadbook es un libro de instrucciones que nos guía paso a paso en nuestro recorrido. Para usarlo solo necesitamos llevar un gps o una aplicación en nuestro móvil que cuente la distancia (endomondo, strava, rangeviewer...)

Entendemos que es complicado ir mirando un trozo de papel cuando a la vez hay que estar atento a los perros y a las irregularidades del camino, así que, los Roadbooks son lo más sencillos posibles. Solamente se marcan las intersecciones absolutamente necesarias.

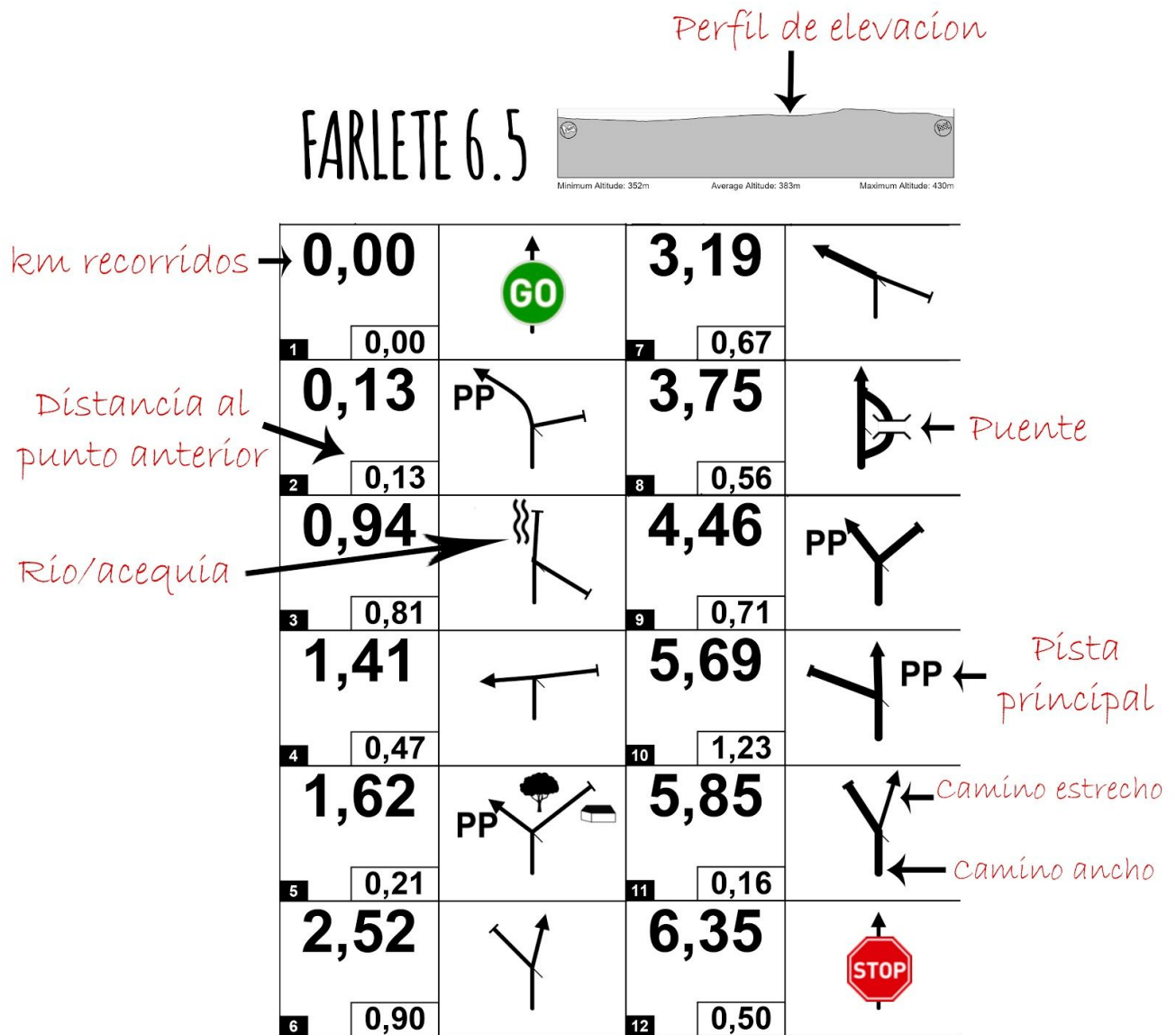
Ante la duda en una intersección o giro siempre hay que escoger el camino principal o el camino recto si el Roadbook no indica lo contrario. Normalmente se marca con PP (Pista Principal) cuando en las siguientes intersecciones haya que seguir por el camino principal.

Las casillas suelen tener referencias como edificaciones, árboles, depósitos de agua... para que sea más fácil reconocer el punto donde nos encontramos.

Hay que tener en cuenta que las distancias son aproximadas, muchas veces no salimos de un punto exacto o nuestro gps está mal calibrado y puede haber diferencias de varios cientos de metros.

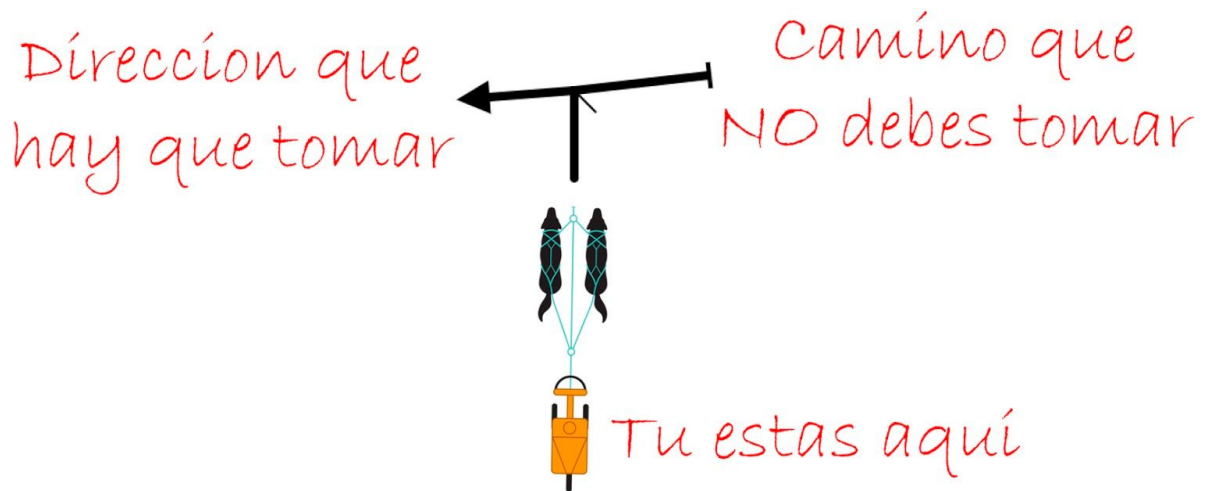
¿Que podemos encontrarnos en un Roadbook?

Un Roadbook está formado por varias casillas de este tipo.



El número grande indica la distancia que llevamos recorrida en ese punto y el número pequeño la distancia de ese punto al anterior (esto prácticamente no se usa).

Siempre hay que coger el camino que indica la flecha



¿Qué hacer si nos perdemos?

Debemos retroceder por donde hemos venido hasta que identifiquemos alguna de las casillas y nos ubiquemos de nuevo.

En algunos Roadbooks cada casilla tiene sus coordenadas por si nos perdiéramos, aunque en muchas ocasiones al no tener cobertura es imposible que el navegador nos guíe.

Algunas personas marcan en el navegador de google el punto de salida antes de empezar el entrenamiento para poder volver al punto de partida en caso de perderse.