

A CORUÑA (9)

	Nombre	Vertiente	Altitud	Desnivel	Longitud	% medio	% max.	APM
AC01	San Lois	Taramancos	363	304	3,80	8,00	18	76
AC02	Iroite	Pomardorio	670	624	10,31	6,05	15	173
		Camboño	670	661	10,38	6,37	19	153
		Runs	670	655	11,30	5,80	13	114
AC03	Garita da Herbeira	Cedeira	599	576	12,90	4,47	17	137
		Cariño	599	574	8,20	7,03	15	126
		Cariño-A Vacariza	599	597	11,05	5,40	15	156
AC04	Tremuzo	A Ribeira do Freixo	515	511	6,40	8,05	19	152
AC05	Enxa	Porto do Son	539	510	7,40	6,89	17	115
AC06	Pico Muralla (antes Encrucixada do Treito)	Ponte Beluso	530	515	11,40	4,50	14	91
		Bexo / Teaio	530	515	10,80	5,30	18	107
		Imo / Teaio	530	508	8,48	6,00	18	105
		Araño	530	450	11,22	4,00	11	70
AC07	As Paxareiras	O Viso / Carnota	538	536	9,30	5,78	15	116
		Portugalete / Muros	538	532	8,10	6,57	12	120
		Sestaio	538	515	10,70	4,81	16	91
		Abelleira	538	524	10,60	4,94	15	108
AC08	A Curota- Os Forcados	Pobra do Caramiñal	590	554	10,00	5,54	18	122
AC09	Fragas do Eume (A Torre de San Bartolomeu)	Central do Eume	437	354	3,21	11,30	17	136