



PONCHOS ROJOS

2026

La Ruta del Lago

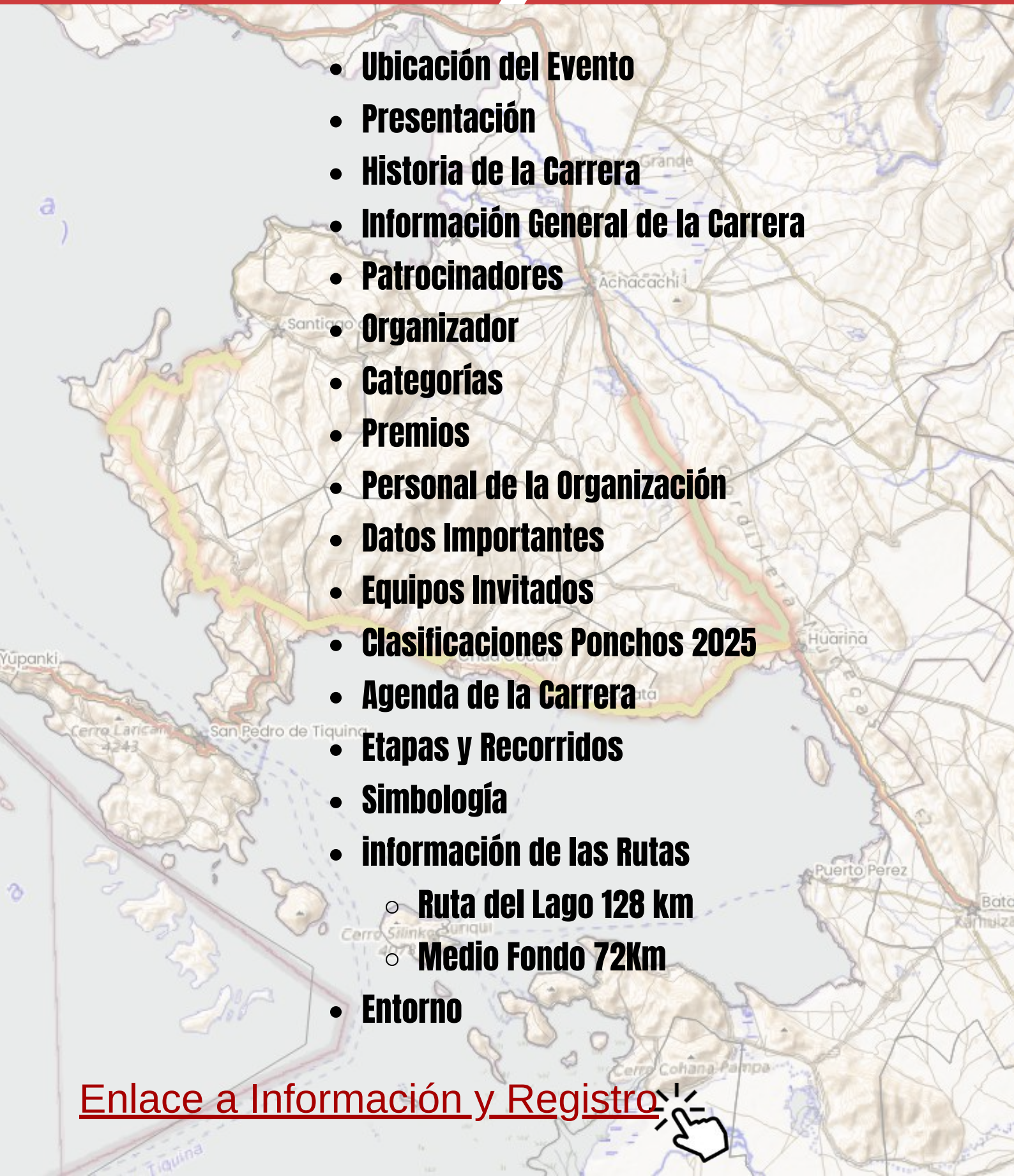
25 | ABR | 2026

“La Ruta del Lago: ciclismo, altiplano y tradición.”



Libro de Ruta

Contenido

- 
- **Ubicación del Evento**
 - **Presentación**
 - **Historia de la Carrera**
 - **Información General de la Carrera**
 - **Patrocinadores**
 - **Organizador**
 - **Categorías**
 - **Premios**
 - **Personal de la Organización**
 - **Datos Importantes**
 - **Equipos Invitados**
 - **Clasificaciones Ponchos 2025**
 - **Agenda de la Carrera**
 - **Etapas y Recorridos**
 - **Simbología**
 - **información de las Rutas**
 - **Ruta del Lago 128 km**
 - **Medio Fondo 72Km**
 - **Entorno**

[Enlace a Información y Registro](#)





Ponchos Rojos

La Ruta del Lago

2026





Ponchos Rojos
Fondo Ruta

2026

La Ruta del Lago

CAR - Kjasina - Uricachi - CAR

128 Km

1224 m ↑

Fondo (Media Montaña)





Ponchos Rojos

Medio Fondo

2026

Medio Fondo

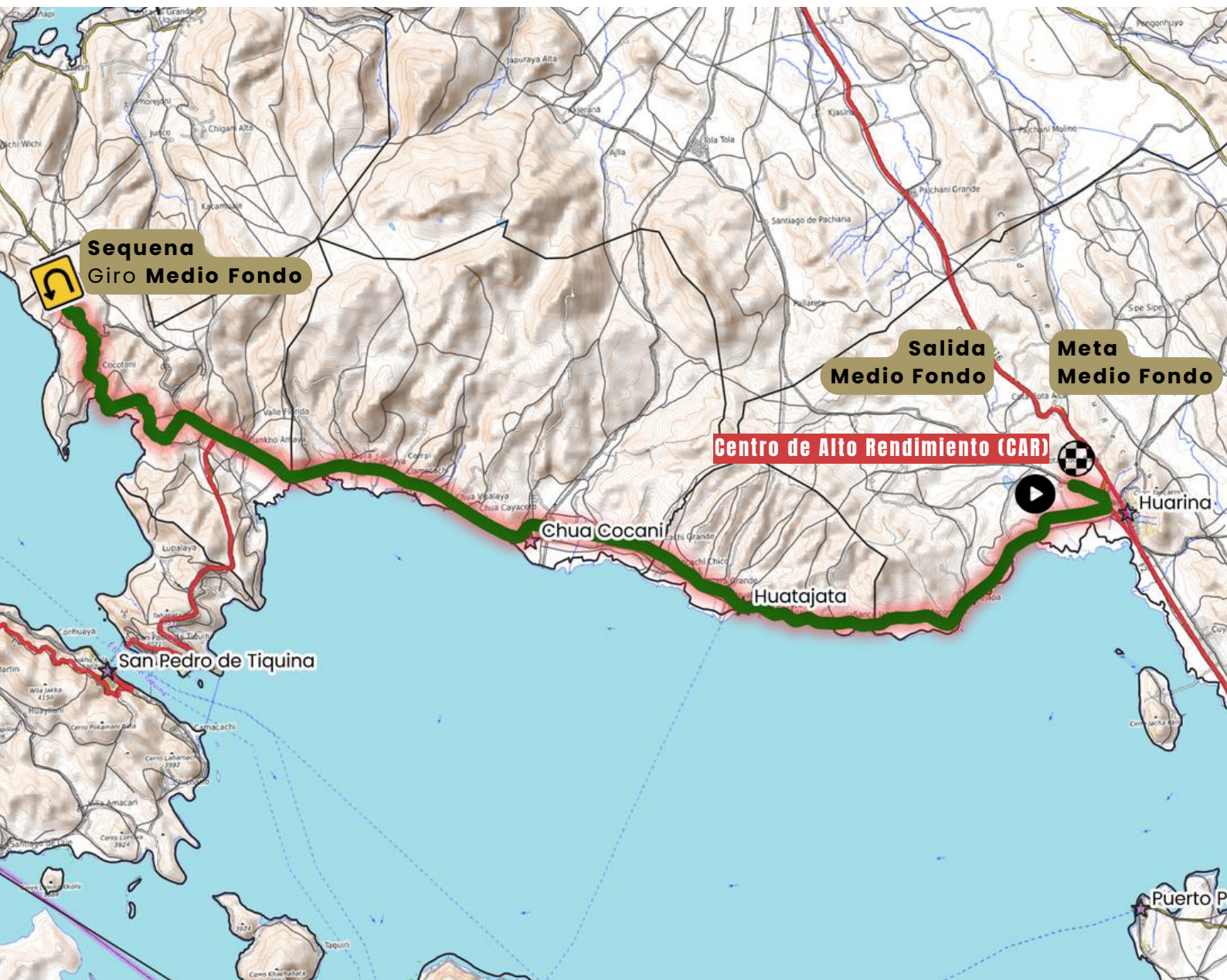
CAR - Sequena - CAR

72 Km

712 m ↑



La modalidad de
Medio Fondo
habilitada en las
modalidades de
**montaña y
ruta.**



Presentación



La carrera se lleva a cabo a orillas del Lago Titicaca, aprovechando su valor natural, cultural e histórico para integrar el deporte con el turismo en el altiplano paceño. Los objetivos principales son fomentar el ciclismo (en modalidades de ruta y MTB), promover hábitos saludables, fortalecer la integración deportiva nacional y dinamizar la economía y el turismo de las comunidades locales.



La competencia ciclista de ruta denominada **"LA RUTA DEL LAGO – PONCHOS ROJOS"** llega a su sexta versión, consolidándose como un evento de alto nivel organizado por el **Club de Tenis La Paz (CTLP)**. Esta institución deportiva sin fines de lucro cuenta con el aval de la Federación Boliviana de Ciclismo y el respaldo de las asociaciones departamentales y municipales de La Paz, además del apoyo de los Gobiernos Municipales de la Provincia Omasuyos.



El evento incorpora un enfoque de sostenibilidad y responsabilidad social, alineándose con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS - Naciones Unidas), promoviendo la salud y el bienestar a través del deporte, el turismo responsable, el desarrollo económico local, la inclusión y el cuidado del medio ambiente.

"Ponchos Rojos – La Ruta del Lago 2026" es el primer evento deportivo de ciclismo sostenible avalado por el **Ministerio de Turismo Sostenible, Culturas, Folklore y Gastronomía de Bolivia**.

El Club de Tenis La Paz aclara que esta es una actividad sin fines de lucro.

Historia de la Carrera



"La Ruta del Lago – Ponchos Rojos" se encuentra actualmente en su sexta versión, lo que indica una trayectoria ya establecida en el calendario deportivo nacional.

Desde sus inicios, el evento se desarrolla en la Provincia Omasuyos, específicamente a orillas del Lago Titicaca. Este lugar fue elegido por ser uno de los destinos turísticos más importantes de Bolivia y el continente, destacando por su valor natural, cultural e histórico.

La Ruta del Lago – Ponchos Rojos tiene como objetivo fomentar la práctica del ciclismo en sus modalidades de ruta y MTB, incentivar hábitos de vida saludables, fortalecer la integración deportiva nacional y contribuir activamente a la promoción turística de la región del Lago Titicaca, generando un impacto positivo en las comunidades locales, los servicios turísticos y la economía regional.





Información General

Lugar

Lago Titicaca – La Paz – Bolivia
(Centro de Alto Rendimiento – CAR)

Fechas

Sábado 25 de abril de 2026

Modalidades

Rutera	Varones
MTB	Damas

La Ruta del Lago

Fondo Ruta

Sábado 25
128 Km

Medio Fondo

Rutera - Montañera

Sábado 25
72 Km

Logística y Seguridad: Para la seguridad de los participantes, se contará con el apoyo de la policía, personal militar y ambulancias, además de un seguro exclusivo para el evento. También se dispondrá de un "bus escoba" para recoger a los ciclistas que no alcancen los tiempos de corte establecidos en la ruta.

Servicios al Ciclista: Los inscritos cuentan con diversos beneficios como hidratación, refrigerio, fisioterapia, soporte técnico básico y fotografías profesionales. Además, se han establecido convenios de alojamiento en hoteles como el Hotel CAR (sede principal en Huarina) y el Hotel Fratelli en La Paz.

Las inscripciones se realizan de manera virtual a través de la página web oficial del CTLP Ciclismo, con opciones de pago que incluyen facilidades en cuotas y descuentos por "pre-venta" hasta febrero de 2026.



Patrocinadores

Patrocinadores



**MINISTERIO DE
TURISMO SOSTENIBLE,
CULTURAS, FOLKLORE
Y GASTRONOMÍA**

**VICEMINISTERIO DE
FOMENTO AL
TURISMO SOSTENIBLE**



AMSTEL





Patrocinadores



226ERS® | FEED YOUR DREAMS

SUAREZ

Patrocinadores

Apoyo



Secretaría Municipal de
Salud y Deportes
Dirección de Deportes



Organizador



Club de Tenis La Paz



Categorías

LA RUTA DEL LAGO

FONDO RUTA

MAYORES DE 19 A 29 AÑOS	NACIDOS 2007 A 1997
MASTER A 30 A 39 AÑOS	NACIDOS 1996 A 1987
MASTER B 40 A 49 AÑOS	NACIDOS 1986 A 1977
MASTER C 50 A 59 AÑOS	NACIDOS 1976 A 1967
MASTER D 60 A 69 AÑOS	NACIDOS 1966 A 1957
MASTER E 70 AÑOS Y MÁS	NACIDOS 1956 O ANTES

MEDIO FONDO

JUVENIL Y MAYORES, de 17 a 29 años	NACIDOS 2007 A 1997
MASTER A 30 A 39 AÑOS	NACIDOS 1996 A 1987
MASTER B 40 A 49 AÑOS	NACIDOS 1986 A 1977
MASTER C 50 A 59 AÑOS	NACIDOS 1976 A 1967
MASTER D 60 A 69 AÑOS	NACIDOS 1966 A 1957
MASTER E 70 AÑOS Y MÁS	NACIDOS 1956 O ANTES

Se considera la edad del competidor según el año de nacimiento



Premios

LA RUTA DEL LAGO

Fondo Ruta

CATEGORIA MAYORES de 19 a 29

Damas y Varones

1er lugar: Bs. 1.000

2do lugar: Bs. 700

3er lugar: Bs. 500

4to lugar: Bs. 300

5to lugar: Bs. 200

CATEGORÍAS MASTER

Damas y Varones

Premiación a los 3 primeros
lugares por categoría

La premiación económica se habilitará únicamente en las categorías Damas y Varones, Mayores de 19 años, con un mínimo de 10 inscritos por categoría.

MEDIO FONDO

TODAS LAS CATEGORIAS

Damas y Varones

MTB: Premiación a los 3
primeros lugares por categoría

Ruta: Premiación a los 3
primeros lugares por categoría

Se realizará el sorteo de una BICICLETA MTB entre los participantes de la distancia 72 km, siendo requisito indispensable la presencia del ciclista al momento del sorteo.

Se otorgarán medallas de finalista a todos los ciclistas que completan las pruebas.



Personal de la Organización

Organizador

Gerente Deportivo

Maira Coll

Capitanía de Ciclismo

Carminia Molina

Coordinador Deportivo

Marvin Bernal (Cel 60546902)

Director de carrera

Marcelo Rivera

(Cel 69910586)

Comisarios

Sdenka Bacarreza

Maria Lourdes Velarde

Asistencia Técnica

GO2 SPORTS

MEKA BIKES

BICIMANIA

Staff de coordinación

Luis Villanueva

Roberto Orellana

Jaime Rubín de Celis

Óscar Chávez

Julio Burgos

Fernando Lemaitre

Supervisión Técnica

Cristian Conitzer

Fanny Huaranca

Cronometraje Electrónico

CRONCHIP

Documentación Técnica

B-Pulse

Daniel Méndez

(Cel 77791960)



Datos importantes



Puntos Importantes

- Las rutas tienen una dificultad media.
- Corte de tiempo de la distancia 128 km (La Ruta del Lago). Se tomará en el desvío hacia Santiago de Huata a las 10:45 (ingresando a 200 metros de Jancko Amaya estará la policía, ambulancia y bus escoba), siendo impedido su ingreso a esa parte del recorrido.
- El tiempo de corte para la distancia 72 km (Medio Fondo) desde Huarina a la plaza de Jancko Amaya será de dos horas y media 3:00 (se contabiliza desde el momento de salida de la última manga)
- El bus escoba realizará el “barrido” a las 11:00 desde el giro en U de la distancia larga kilómetro 64 km
- El tiempo máximo de llegada a la meta es a las 13:00
- Ciclista que fuere alcanzado por el bus escoba o que aún esté en ruta deberá subir al mismo; su distancia y su tiempo serán considerados para la clasificación. Esto es para velar su seguridad una vez el minibús comience el barrido se habilitarán la vía.
- El ciclista que se niegue a subir al bus será descalificado bus escoba procederá a cortar el chip y será castigado en próximos eventos con su exclusión.

Uniformes

- Los ciclistas deberán prever su indumentaria en caso de frío o lluvia.
- El uso del **casco protector es obligatorio** durante el desarrollo de la competencia.



Datos importantes



Sanciones o Prohibiciones

Con el fin de garantizar la seguridad, el orden y la igualdad competitiva, se establecen las siguientes prohibiciones y disposiciones de cumplimiento obligatorio:

1. No se permitirá la participación de bicicletas eléctricas (E-bike) en ninguna modalidad.
 2. Únicamente en la prueba Contra Reloj estará permitido el uso de bicicletas de contrarreloj y aerobarras.
 3. En la prueba de Fondo, queda estrictamente prohibido el uso de bicicletas de contrarreloj y aerobarras.
 4. Está prohibido el uso de audífonos durante el desarrollo de la competencia.
 5. Está prohibido invadir el carril contrario. En la distancia media podrán existir ciclistas circulando en sentido opuesto; por tanto, no se podrá cruzar la línea central que divide los carriles. Asimismo, queda prohibido utilizar la estela de vehículos motorizados o de ciclistas no inscritos en la competencia.
 6. Categoría Damas: No está permitido ir a rueda de ciclistas varones ni aprovechar su estela. El incumplimiento será sancionado con descalificación.
 7. El avituallamiento durante la carrera estará restringido únicamente a la delegación del ciclista. Para recibir asistencia, el competidor deberá apartarse prudentemente del pelotón, sin interferir en la competencia.
 8. La prueba contará con el Director de Carrera, jueces y comisarios, quienes supervisarán el cumplimiento de la presente convocatoria. Asimismo, se contará con el apoyo de personal policial y militar para la seguridad y el control de vías. El Director de Carrera, en coordinación con los jueces, determinará la descalificación de los ciclistas infractores.
 9. Está prohibida la circulación de vehículos no autorizados por la organización a lo largo del recorrido.
 10. Los ciclistas que compitan como equipo tendrán derecho a un (1) vehículo de auxilio, conforme a las disposiciones establecidas por la organización.
 11. Para solicitar vehículo de auxilio en la distancia larga, los equipos deberán estar conformados por un mínimo de seis (6) ciclistas.
- Fecha máxima de solicitud de permisos 15 de abril a través del correo de la organización info@ciclismootlp.com o sólo mensajes al celular 63138551 donde se debe registrar: Nombre del conductor, número de placa y equipo (se descalificará a los ciclistas que sean acompañados por un vehículo no autorizado).
12. En la modalidad MTB, el ancho mínimo de la llanta deberá ser mayor a 1.9 pulgadas.
 13. En la prueba Contra Reloj, cada equipo podrá contar con un (1) vehículo de auxilio, el cual deberá ubicarse únicamente en los puntos habilitados: sector medio del recorrido o giro de retorno, debidamente señalizados.
 14. La organización dispondrá de motocicletas de auxilio con servicio técnico, tanto en la prueba de Contra Reloj como en la prueba de Fondo.
 15. Queda terminantemente prohibido arrojar basura a lo largo de la ruta de competencia. Se dispondrán basureros en los puntos de hidratación y en la meta. El ciclista que incumpla esta disposición será descalificado, debiendo además respetar y mantener limpios los ambientes externos del Hotel. Está prohibido ingresar o circular con bicicletas o vehículos en la cancha de fútbol.
 16. El ingreso a las instalaciones del Hotel CAR estará restringido exclusivamente a los participantes y acompañantes que se encuentren hospedados en dicho establecimiento. No se permitirá el acceso a personas, ciclistas, equipos o vehículos que no cuenten con hospedaje, con el fin de resguardar la seguridad, el orden y el adecuado desarrollo del evento.



Equipos Invitados

PIO RICO



**EMMANUEL
BIKES**



TEAM MIKI



**HECHO EN
BOLIVIA**



LOBOS



**MAPRIN R&R
CYCLING TEAM**



24 TRI



KTM



RETROBIKE



SB



MTB RODADAS



3600



CTLP
Team Pumas



FOTOCICLISTAS



**CHASQUIS
VIACHA**



CN77



TEAM MIKI



BICISUR



PIRAÑAS CBB



TEAM COMPI





Clasificacines 2025



SAMUEL CANAVIRI

Pio Rico Cycling Team
Bolivia
ELITE Varones

JOEL TOLABA

TWITER BOLIVIA
Bolivia
Varones SUB23

GILVER ZURITA

EMANUEL BIKE
Bolivia
ELITE Varones

RUTERA 100K

General
Varones

2

1

3

Velocidad med. 40.3 Km/h - 2:28:39hrs

VANIA VALKHYRIA CISNEROS

Hecho en Bolivia
Bolivia

ABIGAIL SARABIA

Hecho en Bolivia
Bolivia
ELITE Damas

ELITE Damas

MICAELA SARABIA

Hecho en Bolivia
Bolivia
ELITE Damas

RUTERA 100K

General
Damas

2

1

3

Velocidad med. 35.5 Km/h - 2:48:52hrs



Clasificacines 2025



click en el enlace
para mas resultados



WILLIAM JOEL ANGULO

JULIO ARNEZ

Proyecto K
Bolivia
Varones B

CTLP
Bolivia
ELITE Varones

MARCOS ALCON

DORLETA
Bolivia
Varones B

2

1

3

Velocidad med. 33.2 Km/h - 3:00:33hrs

MTB 100K

General Varones

CARLA QUISBERT

NATALIA ANEIVA

3600 Infinitum
Bolivia
Damas A

MTB Rodadas
Bolivia
Damas A

MICHELLE SZUCS

3600 Infinitum
Bolivia
Damas A

2

1

3

Velocidad med. 26.8 Km/h - 3:43:21hrs

MTB 100K

General Damas

ANGEL ALI

JOSUE MONTEVILLA

Chasqui Viacha
Bolivia
Sub 30

Chasqui Viacha
Bolivia
Sub 30

OSCAR LIMACHI

Chasqui Viacha
Bolivia
Varones A

2

1

3

Velocidad med. 39.1 Km/h - 1:24:23hrs

RUTERA 55K

General Varones

ISABEL PEÑALOZA

REFEKA SARABIA

Hecho en Bolivia
Bolivia
Damas A-B

CTLP
Bolivia
Sub 30

MARJIM SOTO

Hecho en Bolivia
Bolivia
Sub 30

2

1

3

Velocidad med. 34.7 Km/h - 1:35:03hrs

RUTERA 55K

General Damas

ALVARO SANCHEZ

JUAN CALLIZAYA

Chasqui Viacha
Bolivia
Sub 30

CTLP
Bolivia
Varones C

ARNOLD ALARCON

CTLP
Bolivia
Sub 30

2

1

3

Velocidad med. 35.4 Km/h - 1:32:59hrs

MTB 55K

General Varones

MARGARETH RAMOS

JULIET PLAZA

24 TRI
Bolivia
Damas B

MTB Rodadas
Bolivia
Damas A

MARICRUZ TONCONI

24 TRI
Bolivia
Damas A

2

1

3

Velocidad med. 31.1 Km/h - 1:45:57hrs

MTB 55K

General Damas



Agenda

LA RUTA DEL LAGO Fondo Ruta

Concentración todas las
distancias **7:00 AM** en el Hotel
CAR en Huarina.

Partida separada por cinco
minutos.

8:00 damas (todas).

8:05 varones A, B, C, D, E y Sub 23

8:10 Varones mayores de 19 para
adelante

MEDIO FONDO

Partida separada por cinco
minutos.

8:15 RUTEROS damas y varones
(salen todos)

8:20 MONTAÑEROS damas y
varones (salen todos)

6:30 a 7:40 Apertura de la firma de planillas o llamada
de la lista será 1:10 min antes del inicio de la carrera.



Rutas

La Ruta de Lago

Día	Etapas	Especialidad	Recorrido	Km	Horario
Sábado 25 de abril	Única	Fondo Media Montaña	CAR - Kjasina - Huarina - Uricachi Grande - Huarina - CAR	128	8:00

Kilómetros totales

128 Km

Desnivel Acumulado

1224 m

Medio Fondo

Día	Etapas	Especialidad	Recorrido	Km	Horario
Sábado 25 de abril	Unica	Medio Fondo	CAR - Sequena - CAR	72	9:00

Medio Fondo

Distancia: 72 Km

Desnivel: 712 m



Simbología

Salida



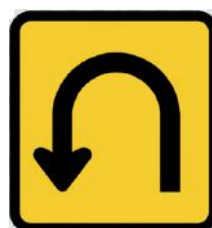
Meta



Puertos



Giro en U



Tipos de Etapa



**Fondo
Media Montaña**



Ponchos Rojos
La Ruta del Lago

2026

Ruta del Lago

***Fondo
Media Montaña***



PONCHOS ROJOS
2026



Fondo Media Montaña

128K

1224 m ↑



Legenda de Iconos

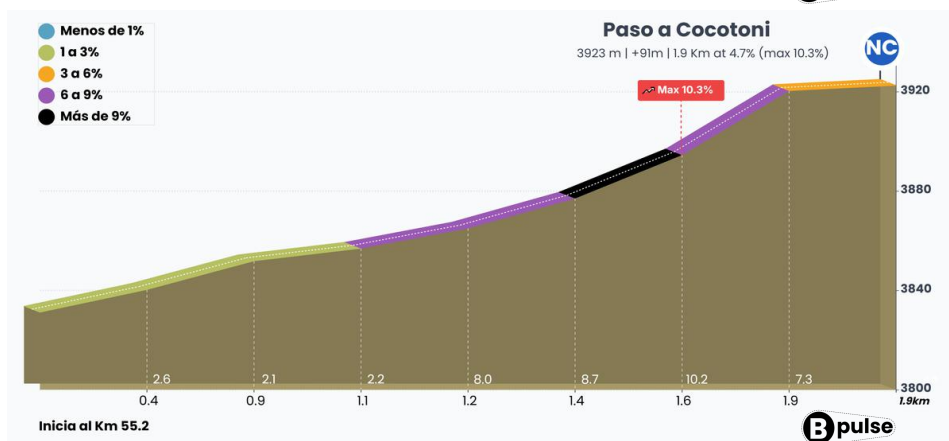
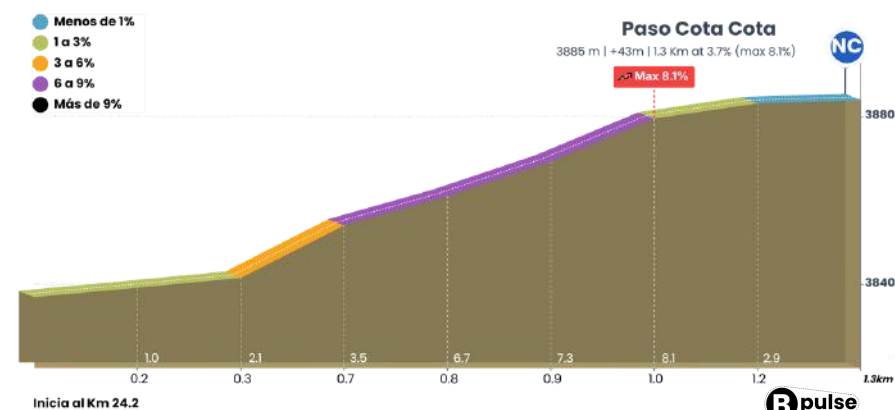
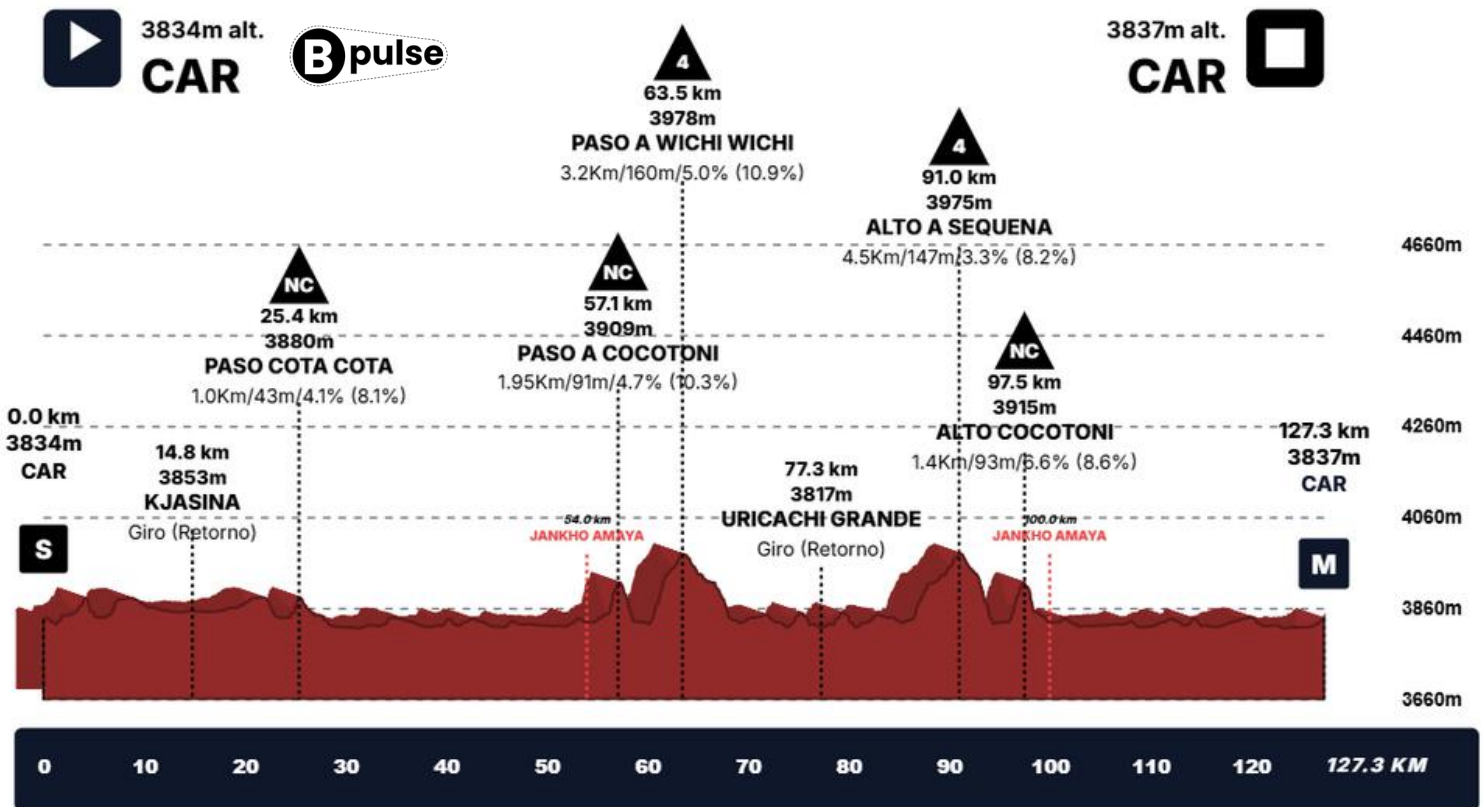
- | | | |
|------------------------|----------------------|----------------------|
| Línea de Ruta | Puerto Cat 4 | Inicio de Ruta |
| Cambio de Sentido | Punto de Hidratación | Asistencia Médica |
| Asistencia Técnica | Punto de Comida | Fin de Ruta |
| Puerto No Categorizado | Paso Cota Cota (NC) | Paso a Cocotoni (NC) |
| Paso a Wichi Wichi (4) | Alto a Sequena (4) | Alto Cocotoni (NC) |



Fondo Media Montaña

128K
1224 m ↑

Ninguno de los puertos señalados en la ruta es puntuable, la información presentada sirve solo como referencia para el corredor.





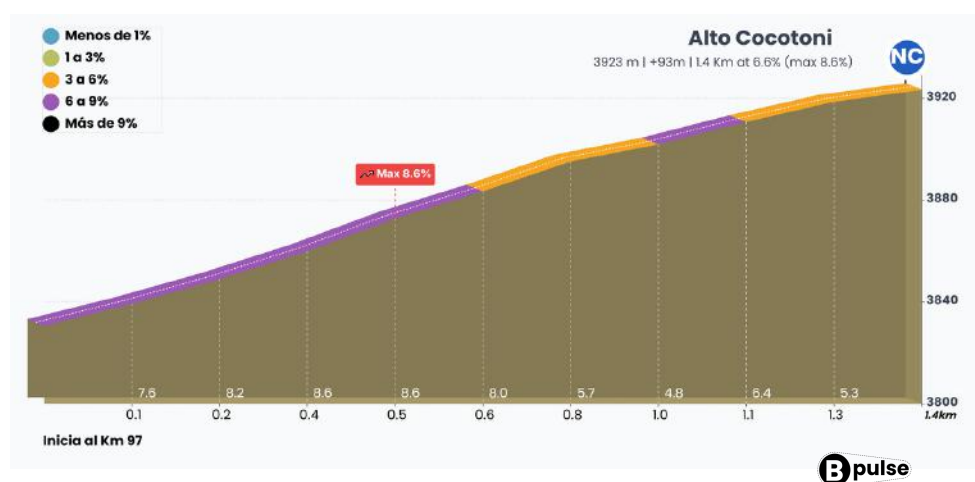
Fondo Media Montaña



128K

1224 m ↑

Ninguno de los puertos señalados en la ruta es puntuable, la información presentada sirve solo como referencia para el corredor.





Fondo Media Montaña



128K
1224 m ↑

Tabla de Tiempos Estimados - La Ruta del Lago 2026

A continuación se detallan los puntos clave del recorrido de 128K (127.3K).
Los cálculos de tiempo asumen una salida a las 8:00 AM

Kilómetros A recorrer	Kilómetros Recorridos	Itinerario	Altitud (msnm)	Horario 25 km/h	Horario 30 km/h	Horario 35 km/h	Horario 45 km/h
127,3	0,0	Salida (CAR)	3834m	08:00:00	08:00:00	08:00:00	08:00:00
112,5	14,8	KJASINA (Giro/Retorno) Avituallamiento	3853m	08:35:31	08:29:36	08:25:22	08:19:44
101,9	25,4	PASO COTA COTA	3880m	09:00:58	08:50:48	08:43:33	08:33:52
70,2	57,1	PASO A COCOTONI	3909m	10:17:02	09:54:12	09:37:53	09:16:08
63,8	63,5	PASO A WICHI WICHI Avituallamiento	3978m	10:32:24	10:07:00	09:48:51	09:24:40
50,0	77,3	URICHACHI GRANDE (Giro/Retorno) Avituallamiento	3817m	11:05:31	10:34:36	10:12:31	09:43:04
36,3	91,0	ALTO A SEQUENA Avituallamiento	3975m	11:38:24	11:02:00	10:36:00	10:01:20
29,8	97,5	ALTO COCOTONI	3915m	11:54:00	11:15:00	10:47:09	10:10:00
0,0	127,3	Meta (CAR)	3837m	13:05:31	12:14:36	11:38:14	10:49:44

Distancia Total: **127.3 km**
Punto más alto: **Paso a Wichi Wichi (3978m)**
Duración Estimada:

- A 25Km/h: 05:05:31
- A 30km/h: 04:14:36
- A 35km/h: 03:38:14
- A 45km/h: 02:49:44

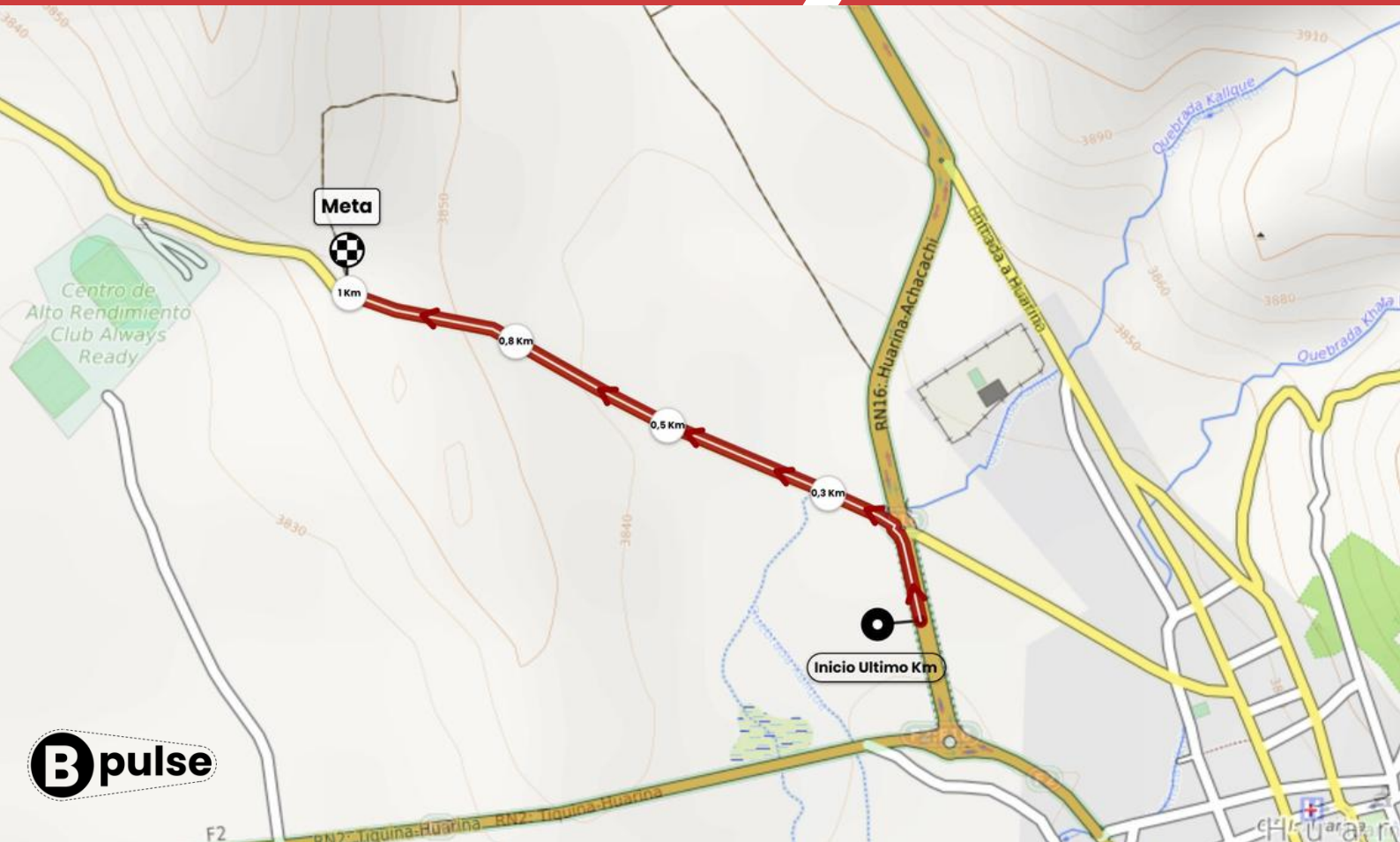


Ultimo Kilometro

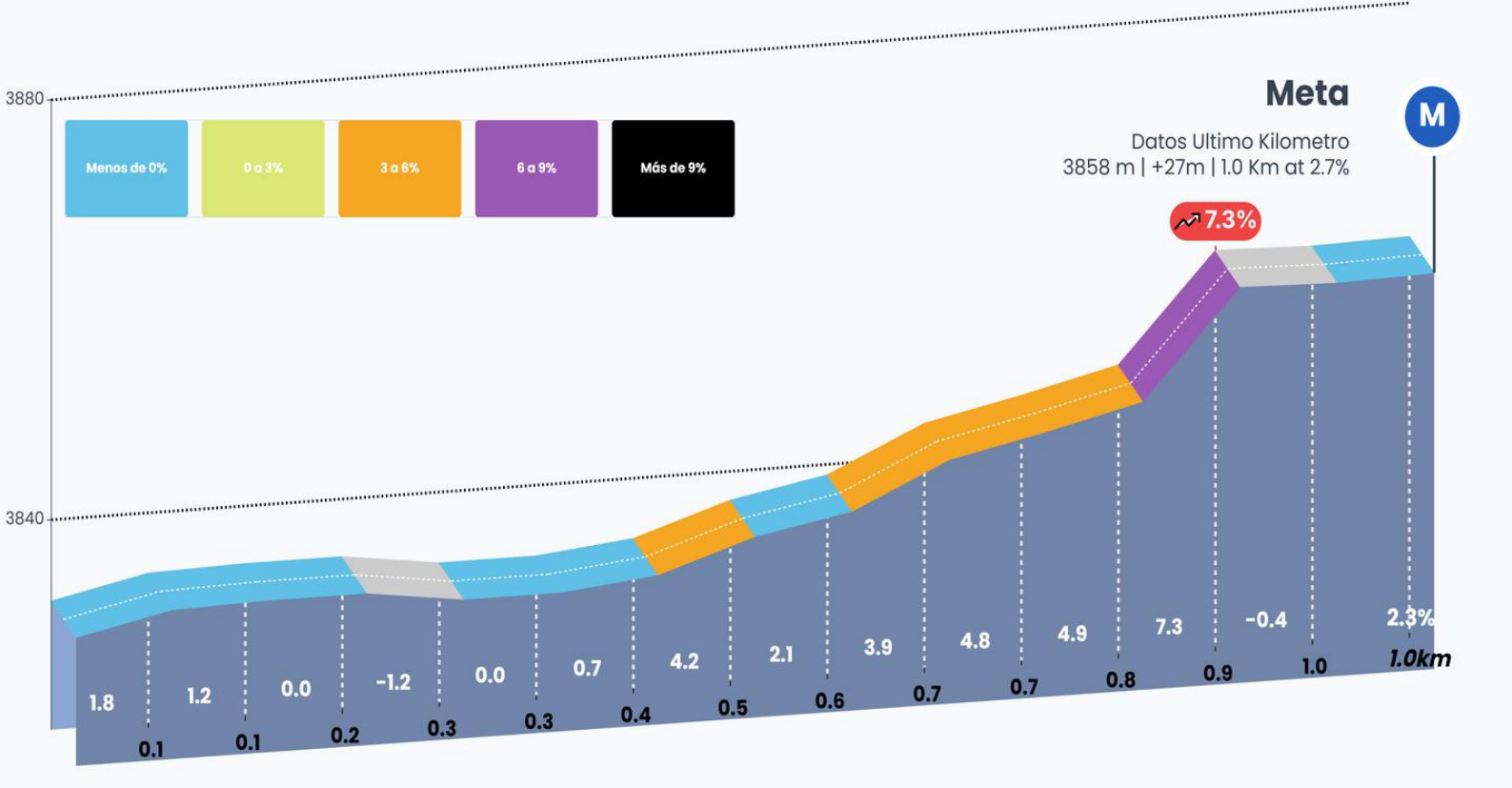


128K

1224 m ↑



Bpulse





PONCHOS ROJOS
2026

Ponchos Rojos
La Ruta del Lago

2026

Medio

Fondo

Bpulse



PONCHOS ROJOS
2026



Medio Fondo

72K
712 m ↑



Leyenda de Iconos

- | | | |
|------------------------|----------------------|------------------------|
| Línea de Ruta | Puerto Cat 4 | Inicio de Ruta |
| Cambio de Sentido | Punto de Comida | Punto de Hidratación |
| Asistencia Médica | Asistencia Técnica | Fin de Ruta |
| Puerto No Categorizado | Paso a Cocotoni (NC) | Paso a Wichi Wichi (4) |
| Alto Cocotoni (NC) | | |



Medio Fondo

72K
712 m ↑

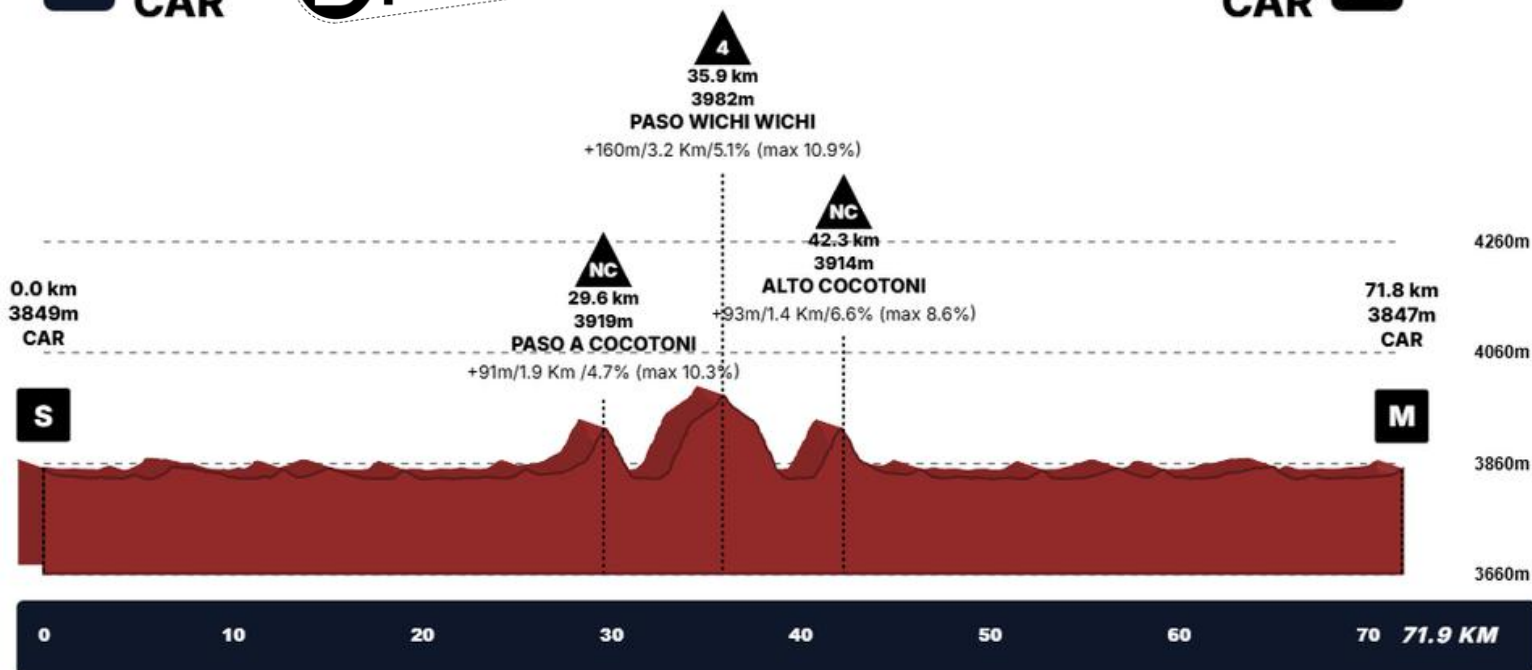
Ninguno de los puertos señalados en la ruta es puntuable, la información presentada sirve solo como referencia para el corredor.



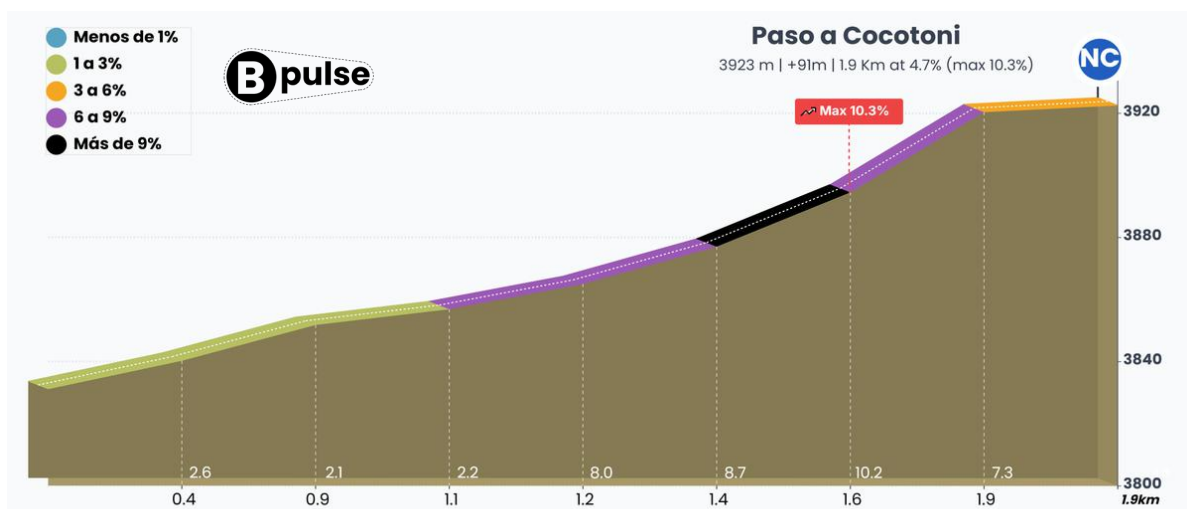
3849m alt.
CAR



3849m alt.
CAR



La ruta de Medio Fondo habilitada en las modalidades de montaña y ruta.



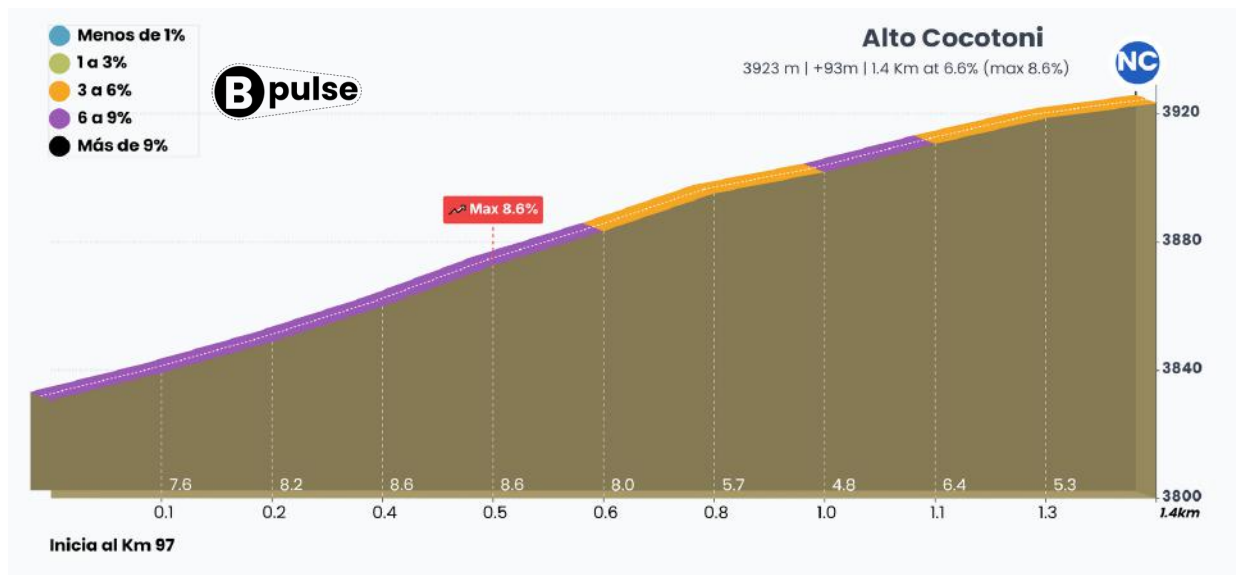
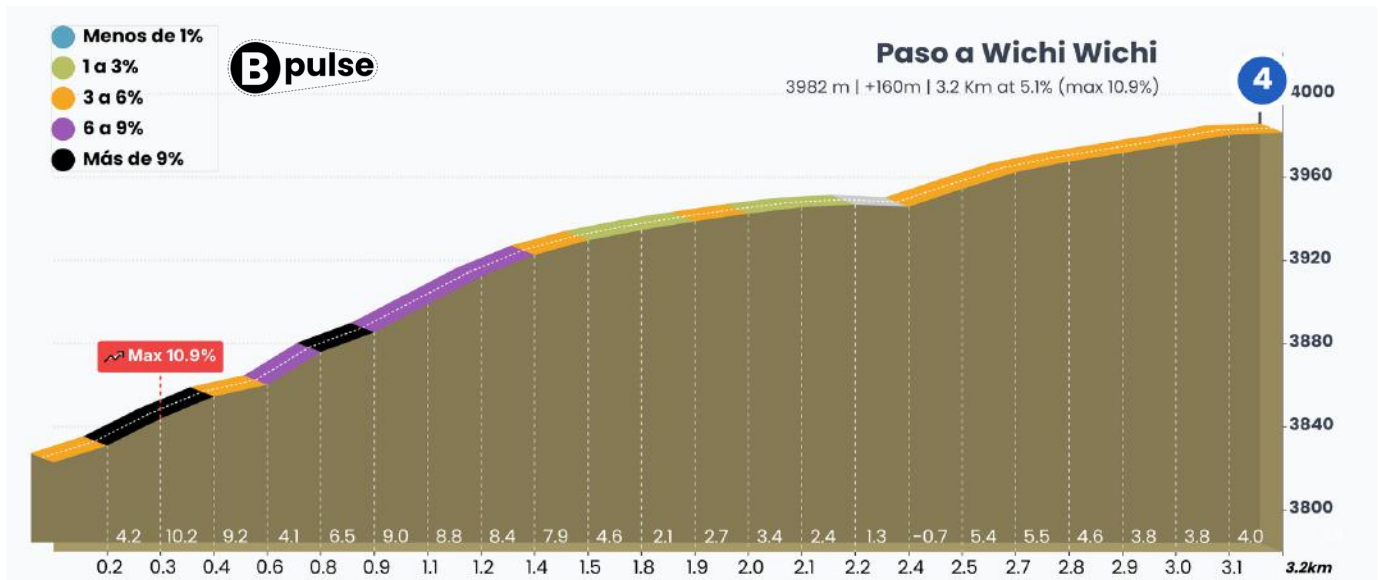


Medio Fondo



72K
712 m ↑

Ninguno de los puertos señalados en la ruta es puntuable, la información presentada sirve solo como referencia para el corredor.



Sede

Centro de Alto Rendimiento

CAR

El Centro de Alto Rendimiento de Huarina es un complejo deportivo ubicado en la provincia Omasuyos, cerca del lago Titicaca en La Paz, Bolivia, a unos 73 km de la ciudad. Inaugurado inicialmente en 2013 por el presidente Evo Morales como centro público para deportistas de altura, ha sido modernizado por el Club Always Ready, que lo usa como sede principal desde su reapertura en 2023.

Desde el año 2025 fue el punto de salida y llegada de la competencia La Ruta del Lago - Ponchos Rojos 2025, esta infraestructura cuenta con las instalaciones necesarias para albergar a la gran cantidad de ciclistas que se dan cita a este evento. Es en este mismo lugar que se realiza la premiación y presentación del evento.





Alojamiento

Alimentación

Se cuenta con convenios de alojamiento con el **Hotel CAR** y el **Hotel Inca Utama** (los precios y condiciones especiales).

Asimismo, se dispone de un acuerdo con el **Hotel Fratelli**, ubicado en la zona Sur de la ciudad de La Paz, destinado principalmente a ciclistas y delegaciones provenientes del interior del país.

Como alternativas adicionales de alojamiento, se sugiere considerar: **Transturin** (servicio de transporte lacustre), **Hotel Pachamana**, **Hotel Titikaka**, **Casa Relax Chuquiñapi** y **Hospedaje Maya** en Achacachi, entre otros. Los contactos, ubicaciones y referencias estarán disponibles en la página web oficial de ciclismo del CTLP y en las redes sociales del evento.

Los participantes podrán encontrar restaurantes en las inmediaciones del **Hotel Inca Utama**, donde se ofrece gastronomía local, destacando platos a base de trucha a precios accesibles. En la localidad de Achacachi existe una amplia variedad de restaurantes y servicios de comida.

Para hidratación y abastecimiento adicional, los ciclistas podrán adquirir productos en las localidades de Achacachi y Huarina, recomendándose prever sus necesidades personales de acuerdo a la distancia y modalidad de competencia.

Achacachi

Achacachi, conocida como la "Ciudad Jardín" y capital de la provincia Omasuyos, es un punto estratégico en el altiplano paceño. Situada a unos 93 km de la ciudad de La Paz y a una altitud de 3.840 msnm, es un centro urbano vibrante con una identidad cultural muy fuerte.

Paisaje y Entorno Natural

El paisaje de Achacachi es una combinación imponente de llanura altiplánica y picos nevados.

Cordillera Real: La población goza de una vista privilegiada de los Andes, destacando el nevado Illampu, que domina el horizonte con su presencia majestuosa.

Cercanía al Lago Titicaca: Se encuentra muy cerca de las orillas del Lago Titicaca, lo que influye en su clima y en la humedad de sus tierras, permitiendo una agricultura más diversa que en otras zonas del altiplano.

Planicies infinitas: El entorno se caracteriza por extensas áreas de pastoreo y cultivos que cambian de color según la estación, ofreciendo atardeceres de gran belleza fotográfica.

Turismo y Cultura

Achacachi es un destino para quienes buscan autenticidad y contacto con la historia viva de los Andes.

Identidad Poncho Rojo: Es mundialmente conocida por ser la cuna de los "Ponchos Rojos", símbolo de la resistencia y organización comunitaria aymara.

Iglesia de San Pedro: Un hito arquitectónico colonial que resguarda arte sacro y es el centro de las festividades religiosas.

Ferias Tradicionales: Su mercado es uno de los más importantes de la región, donde aún se puede observar el intercambio comercial a gran escala de productos agrícolas y ganado.



Deporte y Recreación

Dada su ubicación y geografía, la zona tiene un potencial enorme para actividades de resistencia y aventura.

Ciclismo de Ruta y MTB: Las carreteras que conectan Achacachi con Sorata o las orillas del lago son rutas desafiantes pero espectaculares para el ciclismo, debido a la altitud y los cambios de pendiente.

Fútbol de Altura: Como en gran parte del departamento, el fútbol es el deporte rey, con ligas locales muy competitivas que se juegan en condiciones de oxígeno reducido.

Turismo de Aventura: Es un punto de paso obligado para los montañistas que se dirigen hacia el macizo de Sorata para realizar trekking o escalada en el Illampu.



Huarina

Huarina es conocida estratégicamente como el "Corazón del Altiplano", ya que es el punto de bifurcación que conecta la ciudad de La Paz con el Lago Titicaca, Sorata y la frontera con Perú. Es una población que combina la tranquilidad lacustre con una importancia histórica y logística vital.



Deporte y Actividad Física

Por su geografía plana pero rodeada de retos, Huarina es un punto clave para deportistas de resistencia.

Ciclismo de Ruta: Es un punto de referencia para los ciclistas que realizan el trayecto La Paz - Copacabana. La carretera es moderna y permite rodar a altas velocidades en un terreno mayormente llano antes de enfrentar las cuestas hacia Tiquina.

Deportes Náuticos: Su acceso directo al lago menor ofrece un potencial enorme para el kayak y la navegación a vela, aprovechando los vientos constantes de la tarde.

Pesca Deportiva: Muchos aficionados locales y visitantes practican la pesca artesanal en sus orillas, una actividad que combina la paciencia con el entorno natural.

Paisaje y Ubicación Privilegiada

A diferencia de otras poblaciones altiplánicas, Huarina vive de cara al agua.

Vistas al Lago Menor (Wiñaymarka): Al estar situada a orillas del Titicaca, su paisaje está definido por el contraste entre el azul profundo del lago y el ocre de la cordillera.

Clima Moderado: Gracias a la regulación térmica del lago, Huarina suele tener temperaturas un poco más amables que el resto del altiplano, lo que favorece una vegetación más verde y presencia de totorales.

Humedales y Fauna: Es un sitio excelente para la observación de aves andinas y la contemplación de la flora nativa que crece en las riberas.

Turismo y Patrimonio

Huarina es un lugar de paso obligado que invita a detenerse por su valor histórico.

Cuna del "Mariscal de Zepita": Es el lugar de nacimiento de Andrés de Santa Cruz, figura clave en la historia de Bolivia y la Confederación Perú-Boliviana. Existe un monumento y referencias históricas a su legado en el pueblo.

Turismo Gastronómico: Es famosa por su oferta culinaria basada en productos frescos del lago. Los platos de ispi, trucha y pejerrey son paradas obligatorias para los viajeros que transitan por la carretera principal.

Arquitectura Republicana: El centro del pueblo conserva ese aire pausado con construcciones que reflejan su importancia como nodo comercial desde el siglo XIX.



Huatajata

Huatajata es, sin duda, la joya turística del Lago Menor (Wiñaymarka). A diferencia de Huarina o Achacachi, Huatajata ha desarrollado una infraestructura mucho más orientada al servicio, convirtiéndose en el destino preferido para quienes buscan una experiencia directa con el Titicaca sin alejarse demasiado de la ciudad de La Paz (está a solo 80 km).



Deporte y Aventura

El agua y la carretera son los escenarios principales para la actividad física en esta población.

Navegación y Remo: Es el lugar ideal para practicar kayak y remo. Las aguas tranquilas del lago menor facilitan la práctica deportiva incluso para principiantes, permitiendo explorar las islas cercanas.

Ciclismo de Alta Velocidad: Para los ciclistas, el tramo que pasa por Huatajata es una "recta" espectacular con pavimento en muy buen estado, ideal para cronos o entrenamientos de fondo con una vista inmejorable del lago.

Trekking Ribereño: Existen senderos que bordean el lago conectando pequeñas comunidades, ideales para caminatas de baja dificultad pero de gran impacto visual y fotográfico.



Paisaje y Entorno Lacustre

El paisaje en Huatajata es sereno y contemplativo, definido por la estrecha relación entre la tierra y el agua.

El Espejo del Wiñaymarka: Sus vistas se centran en la parte sur del lago, que es más tranquila y menos profunda que el lago mayor, lo que permite un color de agua muy particular y atardeceres dorados sobre los totorales.

Microclima lacustre: Al estar protegida por pequeñas colinas y disfrutar de la regulación térmica del lago, es una de las zonas más agradables del altiplano para caminar al aire libre.

Sinfonía de Totoras: El paisaje está salpicado por embarcaciones tradicionales de totora, que son el sello distintivo de la zona.

Turismo y Legado Náutico

Huatajata es el centro de la sabiduría náutica del altiplano y posee una oferta turística de alta calidad.

Museos de la Totoras: Es el hogar de los hermanos Limachi y la familia Esteban, constructores de las famosas balsas de totora (como la RA II y la Tigris) que cruzaron océanos en expediciones científicas de Thor Heyerdahl. Se pueden visitar museos que narran estas hazañas.

Hotelería y Gastronomía de Nivel: A diferencia de otros pueblos cercanos, Huatajata cuenta con hoteles boutique y restaurantes de primer nivel donde la trucha y el pejerrey se preparan con técnicas tanto tradicionales como internacionales.

Observación Astronómica: Algunos complejos turísticos cuentan con observatorios, aprovechando la limpieza del cielo altiplánico para la observación de constelaciones del hemisferio sur.

Santiago de Huata

Santiago de Huata es considerada por muchos como la "Perla del Titicaca". A diferencia de la actividad comercial de Achacachi o la turística de Huatajata, Santiago de Huata destaca por ser un enclave de paz, con una geografía accidentada que regala vistas espectaculares y una de las playas más hermosas de todo el lago.

Paisaje y Entorno Natural

El paisaje de Santiago de Huata es notablemente más accidentado y pintoresco, ofreciendo una combinación única de montaña y playa.

Playas de Arena Blanca: Posee una de las pocas playas de arena fina en el Lago Titicaca, lo que le da un aire casi "oceánico" en medio de los Andes.

Miradores Naturales: Debido a su topografía, cuenta con cerros como el Chuqi Wat'a, que funcionan como miradores naturales desde donde se puede apreciar la inmensidad del Lago Mayor y la Cordillera Real al fondo.

Bahías Protegidas: Su ubicación en una bahía la protege de los vientos más fuertes, creando un espejo de agua cristalina y serena que refleja el cielo con una nitidez impresionante.

Deporte y Desafíos Físicos

Por su geografía, es probablemente uno de los puntos más versátiles para el deportista multidisciplinar.

Vela y Windsurf: Gracias a sus bahías y vientos constantes pero controlados, es un sitio privilegiado para la navegación a vela y el windsurf. De hecho, ha sido sede de importantes encuentros náuticos.

Ciclismo de Montaña y Ascensos: Para un ciclista, Santiago de Huata ofrece el desafío del "desnivel". A diferencia de las rectas planas de Huarina, aquí las rutas incluyen ascensos y descensos técnicos que requieren buena potencia y resistencia a la fatiga.

Natación en Aguas Abiertas: Su playa es el punto de partida o llegada para valientes que practican natación en aguas abiertas (con el equipo de protección adecuado por la temperatura del agua), siendo un escenario icónico para este deporte.



Turismo y Educación

Santiago de Huata tiene una vocación académica y de turismo comunitario muy marcada.

Sede Universitaria: Es conocida por albergar una de las sedes de la Universidad Católica Boliviana (UCB), lo que le da una dinámica joven y un ambiente de constante aprendizaje y desarrollo rural.

Turismo Comunitario y de Salud: Se han desarrollado proyectos de turismo donde los visitantes pueden convivir con las familias locales, además de ser un lugar buscado por su aire puro y tranquilidad para retiros de salud y meditación.

Cultura Náutica: Al igual que en Huatajata, existe una fuerte tradición de constructores de barcos, pero aquí se ha impulsado mucho la navegación a vela moderna.

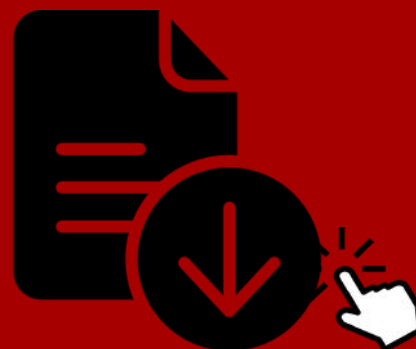




ENLACES

Información

Descarga Recursos



En la carpeta de "Recursos" encontraras los archivos GPX de cada distancia así como los mapas y perfiles de jpg.

Contacto



www.ciclismoctlp.com



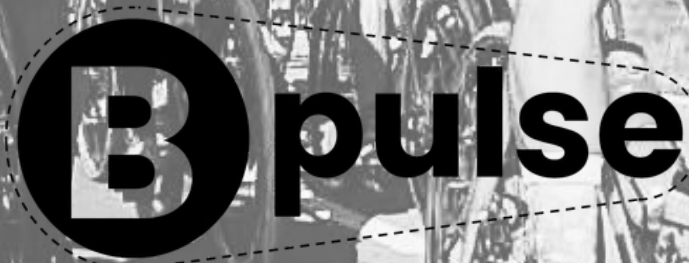
+591 77596357





PONCHOS ROJOS

2026



“La Ruta del Lago” Libro de Ruta elaborado y diagramado por B-Pulse, Especialista en Documentación Técnica para Rutas de Ciclismo.