

Nº	PROVINCIA - REGIÓN	ALTITUD (MEDIA)	RUGOSIDAD (MEDIA)
1	Asturias	625,6	75,25
2	Guipúzcoa	369,6	68,23
3	Sta. Cruz de Tenerife	809,1	64,12
4	Santander	595,9	57,8
5	Vizcaya	290,8	56,29
6	Lérida	934,3	54,11
7	Huesca	853,3	47,11
8	Girona	517,3	46,52
9	Ceuta	108,2	45,84
10	Málaga	519,4	45,6
11	Las Palmas	309,9	43,79
12	Logroño	855,7	43,04
13	León	1.082,00	42,44
14	Barcelona	518,1	41,61
15	Castellón	593,7	40,83
16	Navarra	600,4	40,62
17	Orense	761	40,38
18	Granada	1.076,20	39,97
19	Lugo	564,6	39,93
20	Jaén	714	39,04
21	Almería	729,3	38,85
22	Alava	658,3	36,91
23	Tarragona	341	34,78
24	Pontevedra	354,8	33,49
25	Alicante	400,6	31,5
26	Valencia	508,2	30,68
27	Teruel	1.054,80	30,48
28	Ávila	1.131,80	29,85
29	A Coruña	280,4	28,47
30	Guadalajara	1.070,90	28,35
31	Baleares	139,7	26,87
32	Burgos	909,4	25,81
33	Cádiz	187,1	25,73
34	Córdoba	449,1	25,17
35	Murcia	502,6	25,03
36	Cáceres	456,3	23,69
37	Zaragoza	550,9	22,61
38	Soria	1.094,00	22,49
39	Madrid	819,6	22,03
40	Cuenca	961,1	21,82
41	Huelva	225,1	20,88
42	Albacete	845,3	20,39
43	Ciudad Real	712,5	19,66
44	Palencia	940,9	18,19
45	Badajoz	406,4	16,54
46	Zamora	828,7	16,49
47	Sevilla	200,8	16,48
48	Segovia	1.018,80	16,4
49	Salamanca	822,5	15,48
50	Toledo	635,3	14,99
51	Melilla	47,6	14,99
52	Valladolid	777,5	9,43

Tabla elaborada por LinkAlicante.com

Datos extraídos del estudio sobre la Rugosidad del Terreno, por Francisco J. Goerlich Gisbert y Isidro Cantarino Martí.

Se puede consultar el estudio original en: https://www.fbbva.es/wp-content/uploads/2017/05/dat/dt10_2010.pdf