



energianufri

MARATÓ

41 km 2600+



Avituallament líquid



Avituallament líquid i sòlid



Avituallament "de forquilla"



TEMPS, DISTÀNCIES I DESNIVELLS MARATÓ

PUNT DE CURSA	KM TRAM	KM ACUMULAT	DESNIVELL + TRAM	DESNIVELL - TRAM	ACUMULAT +	ACUMULAT -	HORA PAS 1r CORREDOR	HORA PAS 1a CORREDORA	TEMPS DE TALL	PUNT RETIRADA
AV 1 - Pont Escalera	6,3	6,3	346	-346	346	-344	33'	43'		SI
AV 2 - Pont del Pastor	4,6	10,8	381	-380	730	-717	1h05'	1h38'	3 H	SI
AV 3 - Ermita St. Jordi	5,6	16,5	500	-90	1220	-800	1h40'	2h25'		
AV 4 - Túnel del Doll	10,7	27	500	-820	1700	-1615	2h45'	3h58'	6 H	SI
AV 5 - Refugi del Xut	3,2	31	420	-17	2130	-1650	3h20'	4h56'		
AV 6 - Ermita de Montalegre	4,5	35	406	-290	2540	-1930	4h00'	5h55'		SI
Arribada	5,9	41	21	-630	2560	-2560	4h25'	6h30'		SI

Sortida - Pont Escalera

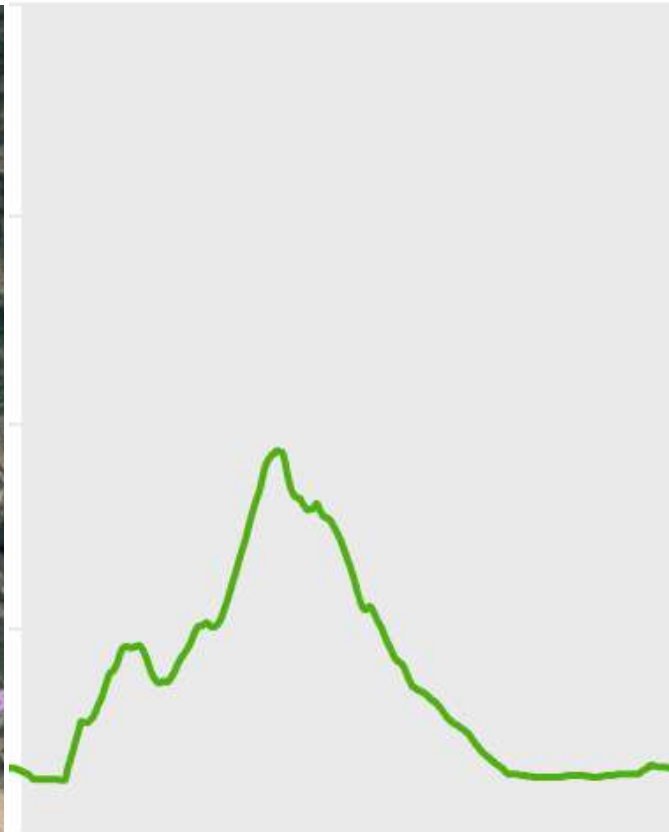


DISTÀNCIA: 6,10km

Ascens total: 350+

Descens total: 350-

Pont Escalera - Pont del Pastor

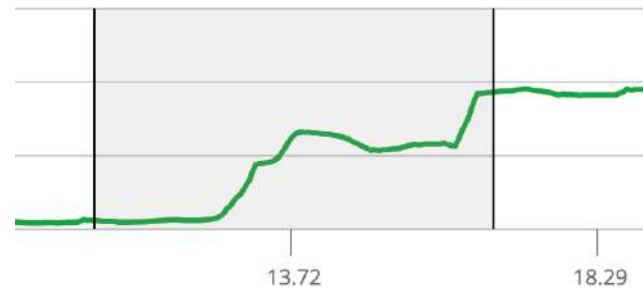
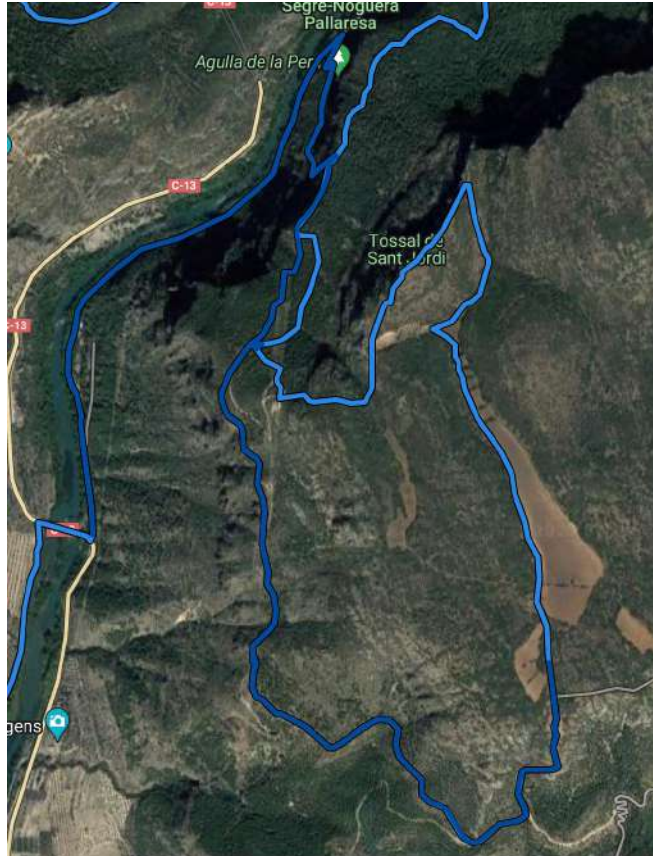
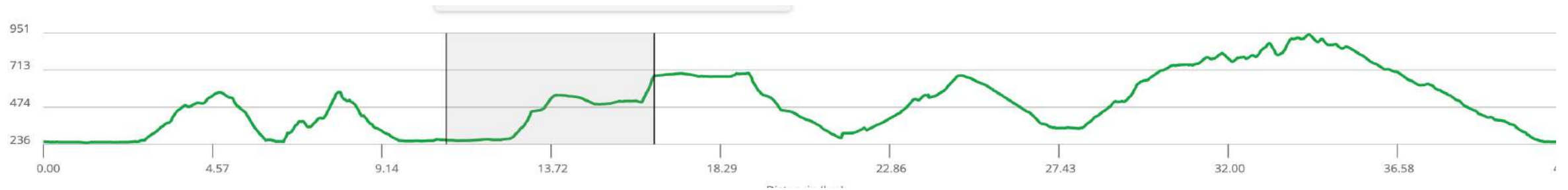


DISTÀNCIA: 4,6km

Ascens total: 381+

Descens total: 380-

Pont del Pastor - Ermita St. Jordi



DISTÀNCIA: 5,6 km

Ascens total: 500+

Descens total: 90-

Ermita St. Jordi - Túnel del Doll

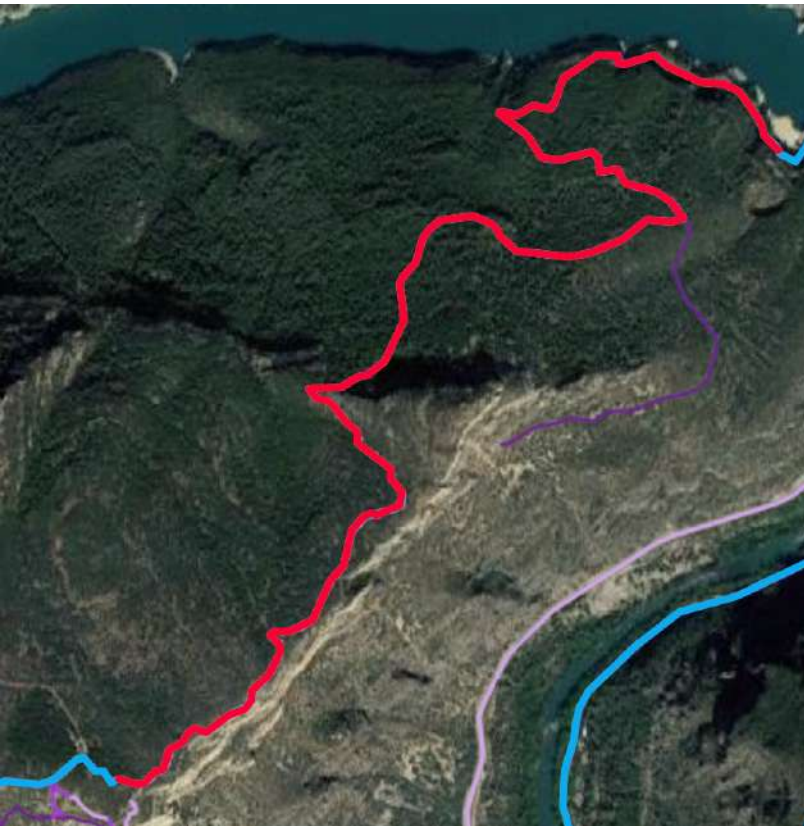


DISTÀNCIA: 10,7km

Ascens total: 500+

Descens total: 820-

Túnel del Doll - Refugi del Xut

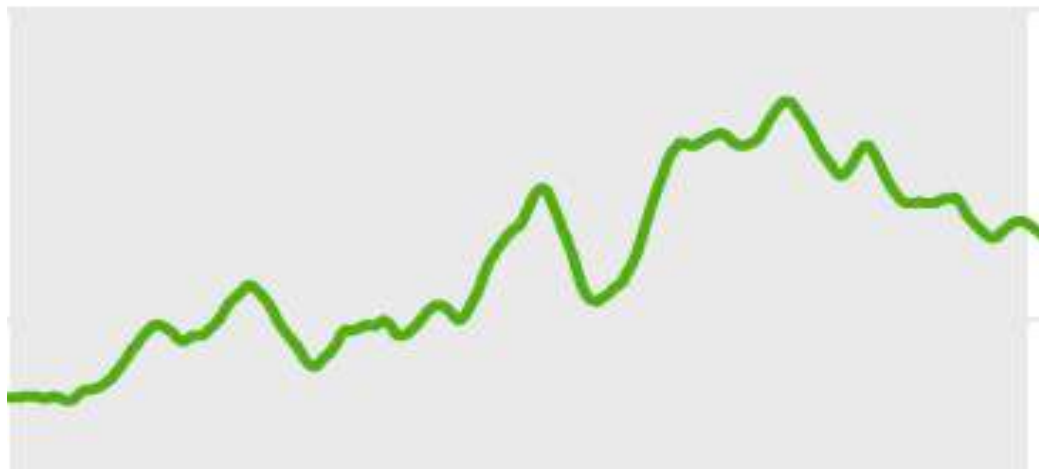


DISTÀNCIA: 3,2km

Ascens total: 420+

Descens total: 17-

Refugi del Xut - Ermita de Montalegre

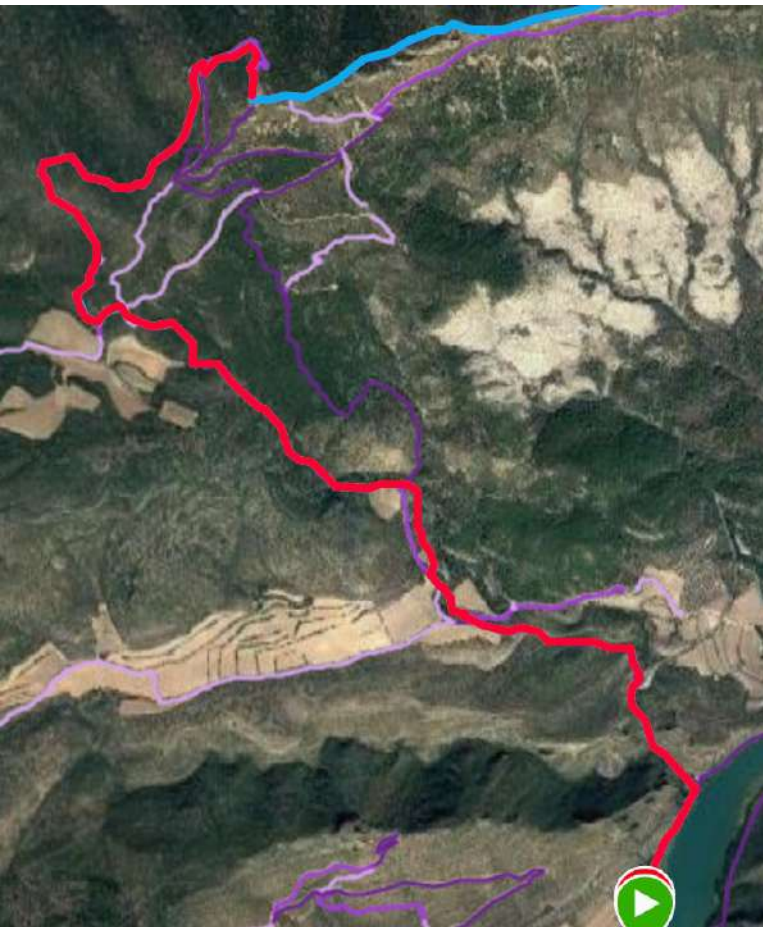


DISTÀNCIA: 4,5km

Ascens total: 406+

Descens total: 290-

Ermita de Montalegre - ARRIBADA



DISTÀNCIA: 5,90km

Ascens total: 21+

Descens total: 630-



energianufri



MITJA MARATÓ

21 km 1340 +



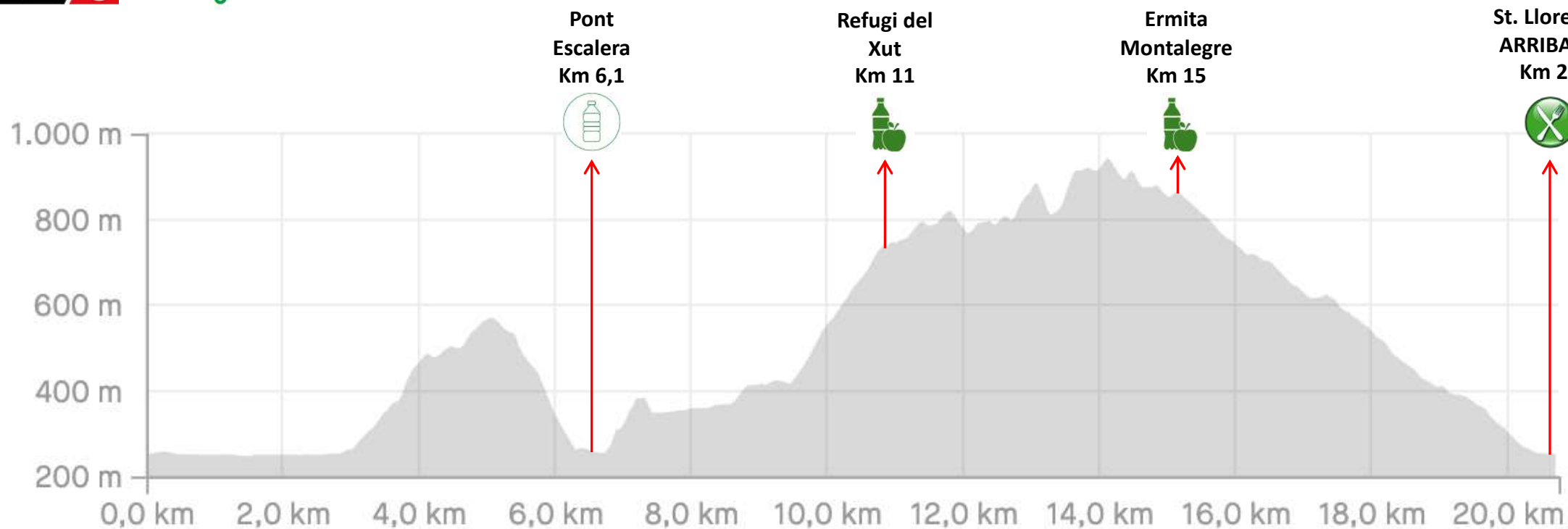
Avituallament líquid



Avituallament líquid i sòlid



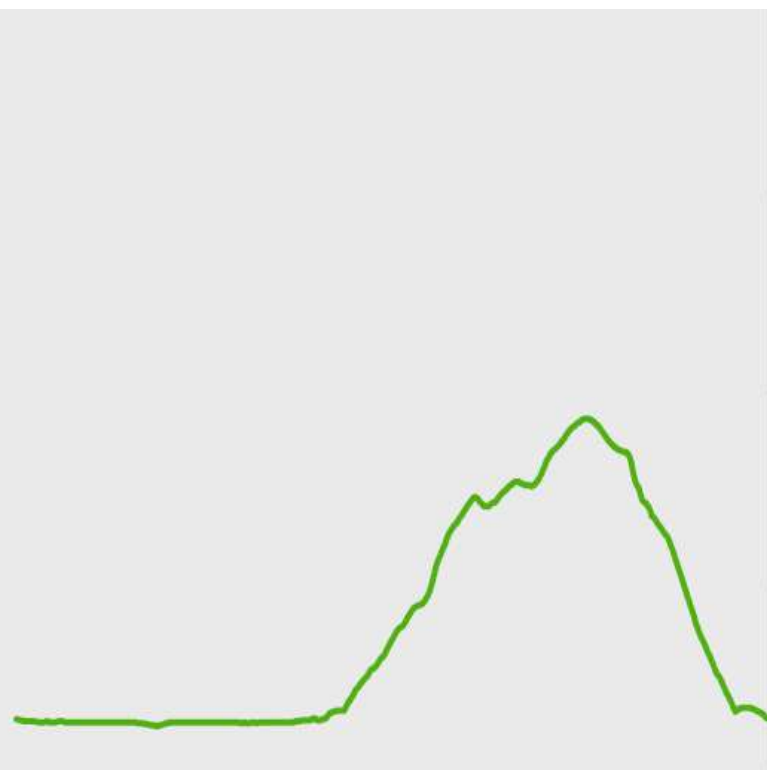
Avituallament "de forquilla"



TEMPS, DISTÀNCIES I DESNIVELLS MITJA MARATÓ

PUNT DE CURSA	KM TRAM	KM ACUMULAT	DESNIVELL + TRAM	DESNIVELL - TRAM	ACUMULAT +	ACUMULAT -	HORA PAS 1r CORREDOR	HORA PAS 1a CORREDORA	PUNT RETIRADA
AV 1 - Pont Escalera	6,3	6,3	346	-346	346	-344	28'	38'	SI
AV 2 - Refugi del Xut	5	11	560	-70	900	-414	57'	1h18'	
AV 3 - Ermita de Montalegre	4,5	15	406	-290	1300	-700	1h30'	2h00'	SI
Arribada	5,9	21	21	-630	1320	-1320	1h50'	2h28'	SI

Sortida - Pont Escalera



DISTÀNCIA: 6,10km

Ascens total: 350+

Descens total: 350-

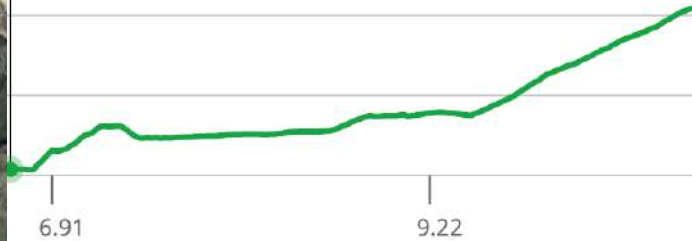
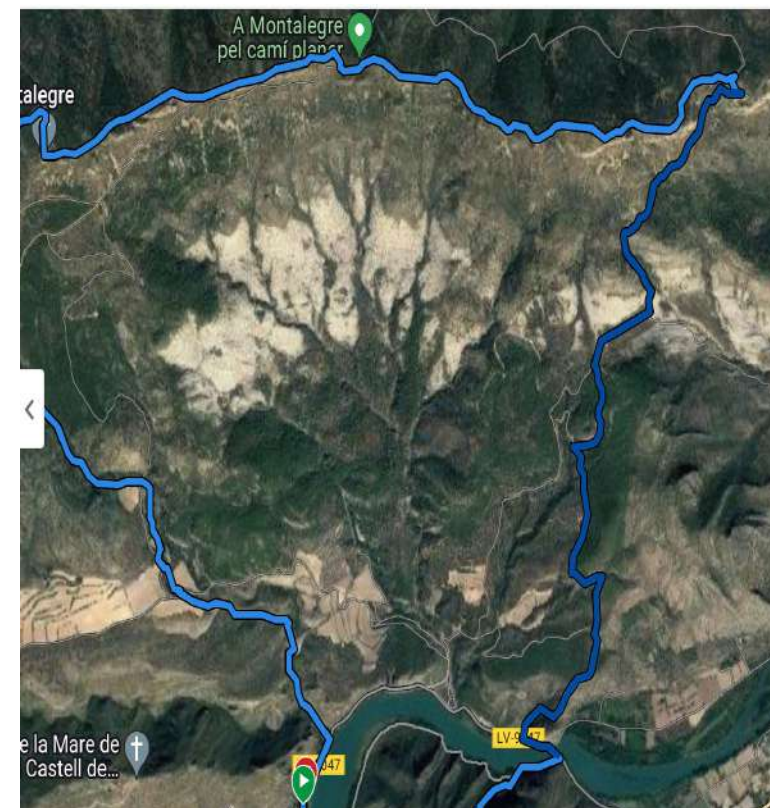
Pont Escalera – Refugi del Xut



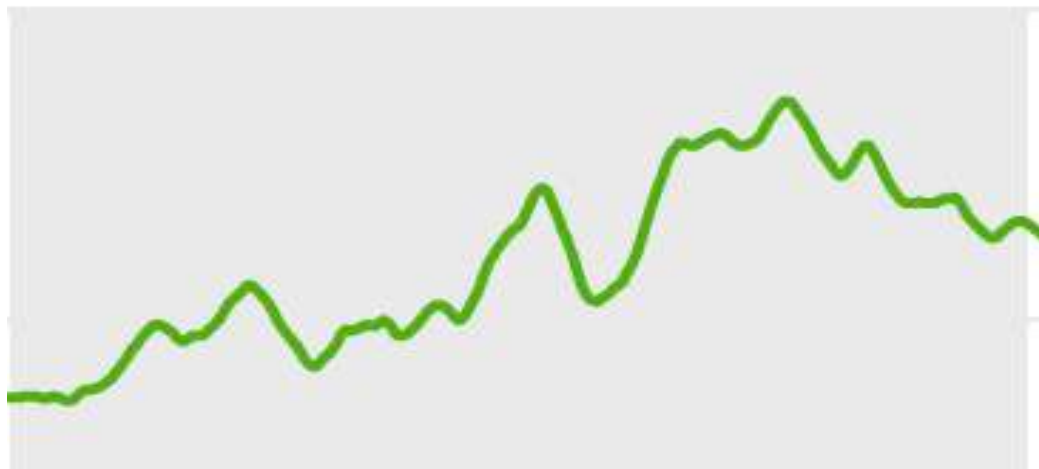
DISTÀNCIA: 4,3 km

Ascens total: 550+

Descens total: 60-



Refugi del Xut - Ermita de Montalegre

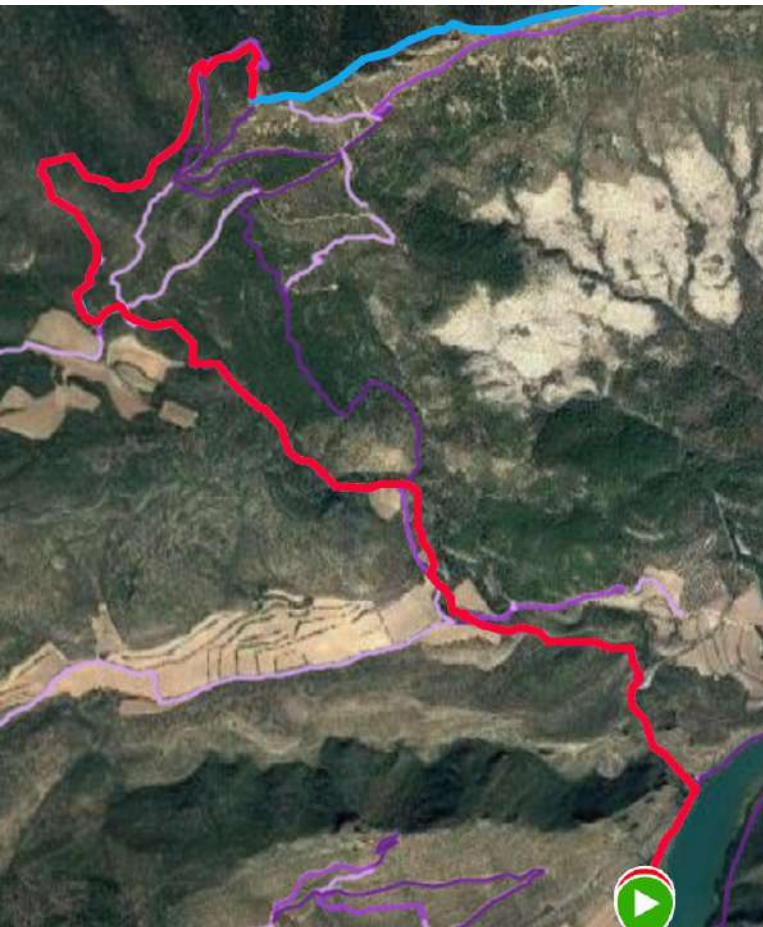


DISTÀNCIA: 4,5km

Ascens total: 406+

Descens total: 290-

Ermita de Montalegre - ARRIBADA



DISTÀNCIA: 5,90km

Ascens total: 21+

Descens total: 630-



energianufri

VOLTA AL PANTÀ

8,3 km



Avituallament líquid



Avituallament líquid i sòlid



Avituallament "de forquilla"

Pont
Escalera
Km 2,1



St. Llorenç -
ARRIBADA
Km 8,3

