



energianufri

MITJA MARATÓ

21 km 1340 +



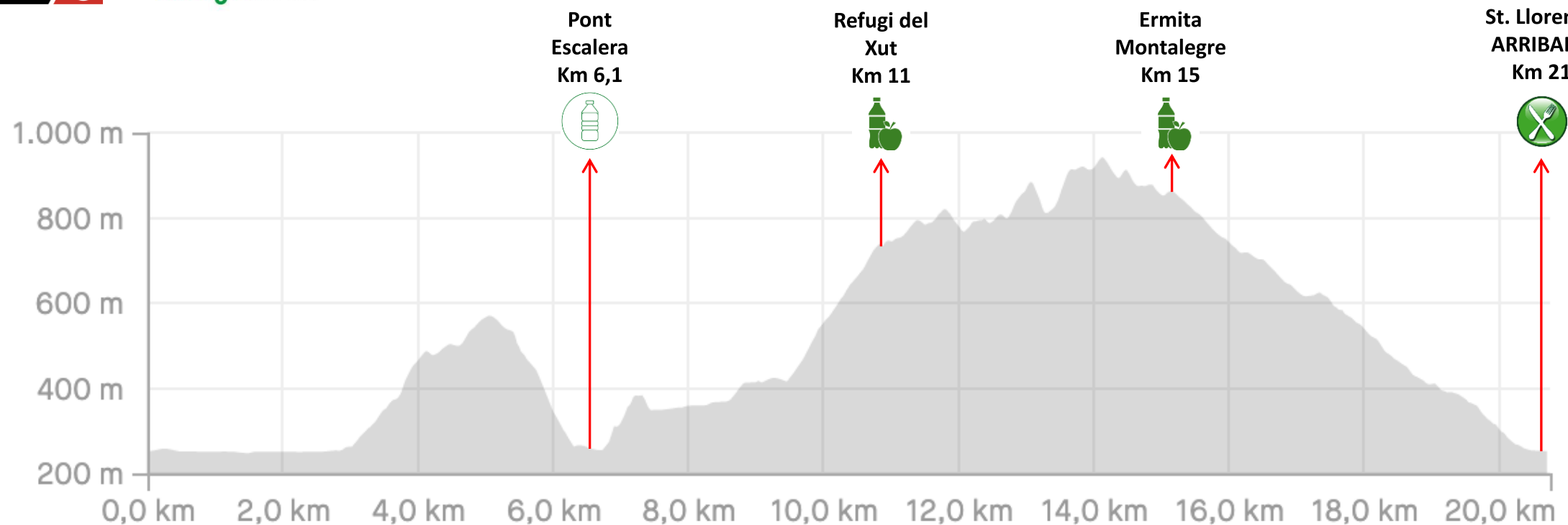
Avituallament líquid



Avituallament líquid i sòlid



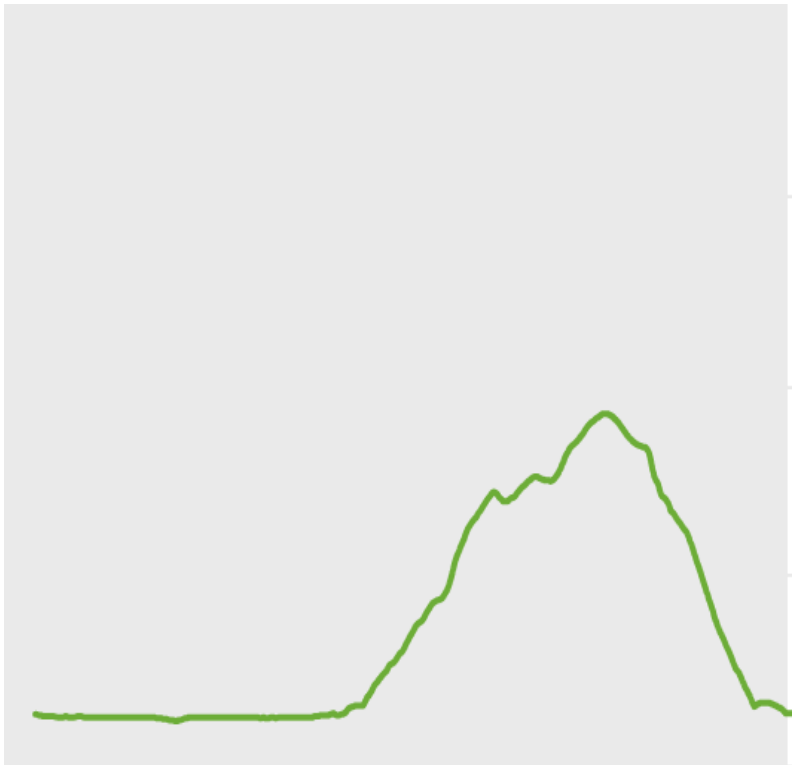
Avituallament “de forquilla”



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



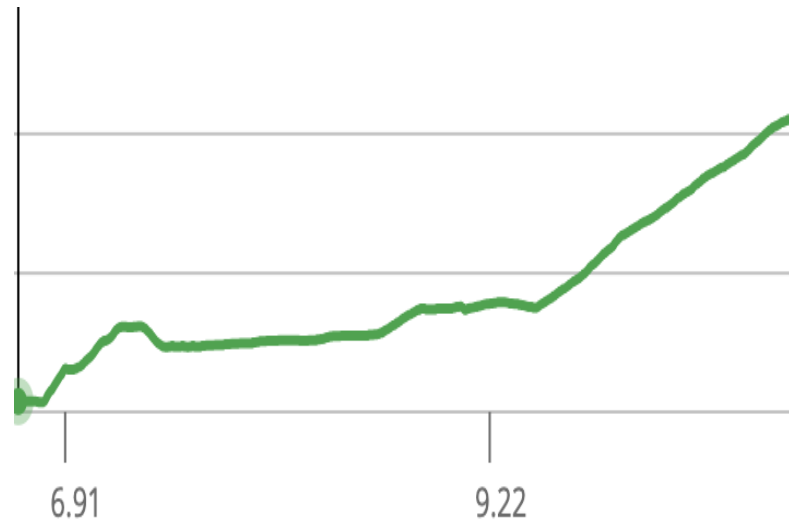
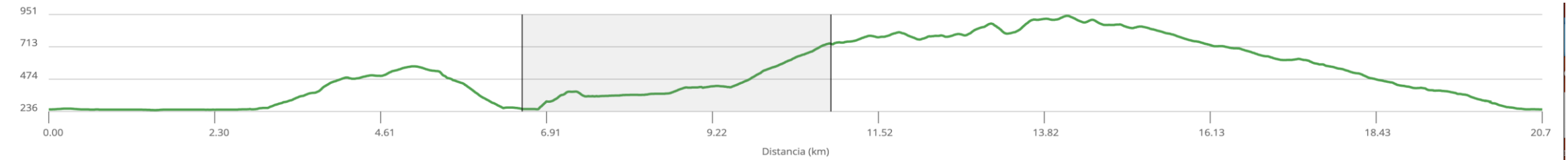
DISTÀNCIA: 6,10km

Ascens total: 350+

Descens total: 350-

MITJA MARATÓ

Pont Escalera – Refugi del Xut



DISTÀNCIA: 4,3 km

Ascens total: 550+

Descens total: 60-

KM Acumulats: 4,3km

META a: 17km

MITJA MARATÓ

Refugi del Xut - Ermita de Montalegre



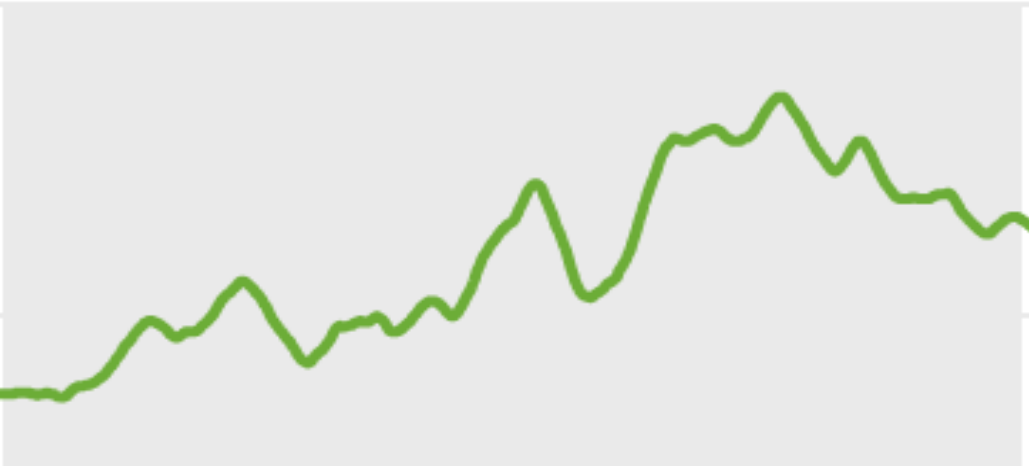
DISTÀNCIA: 4,5km

Ascens total: 406+

Descens total: 290-

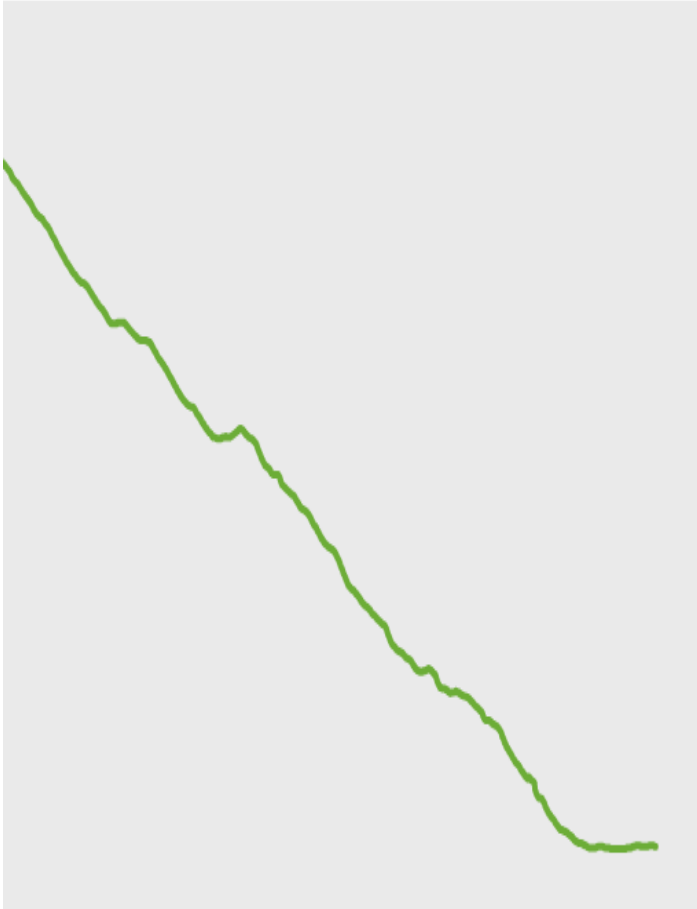
KM Acumulats: 11km

META a: 10km



MITJA MARATÓ

Ermita de Montalegre - ARRIBADA



DISTÀNCIA: 5,90km

Ascens total: 21+

Descens total: 630-

KM Acumulats:15km

META a: 6km