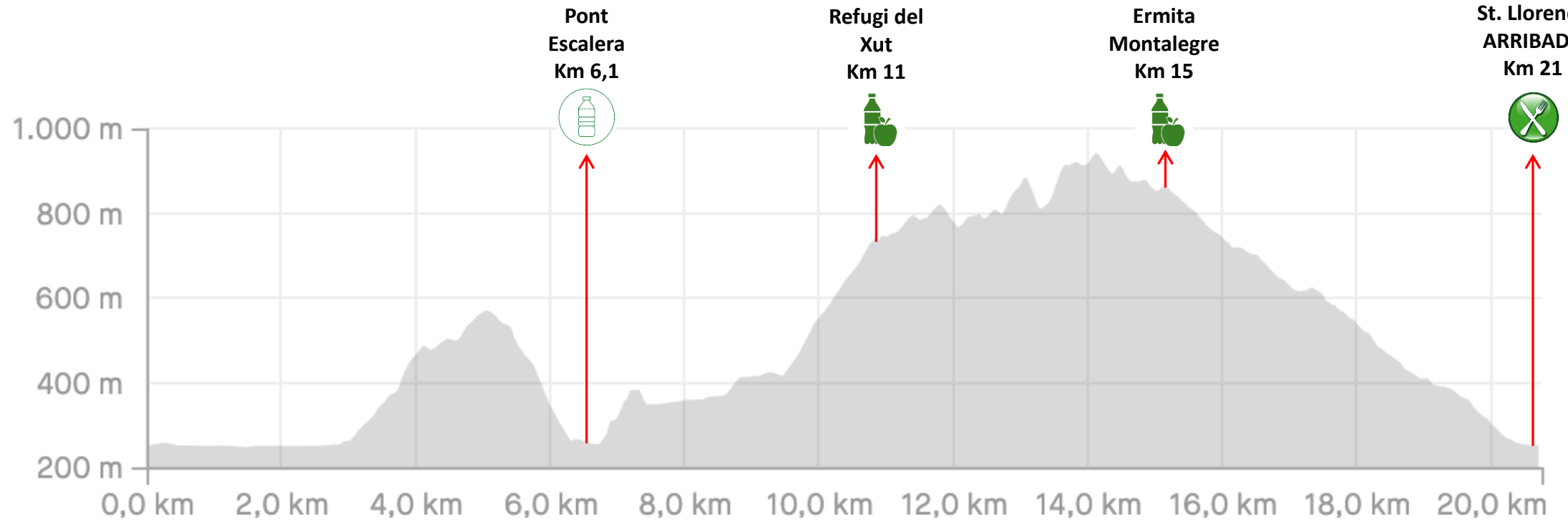


# MITJA MARATÓ

21 km 1340 +

-  Avituallament líquid
-  Avituallament líquid i sòlid
-  Avituallament “de forquilla”

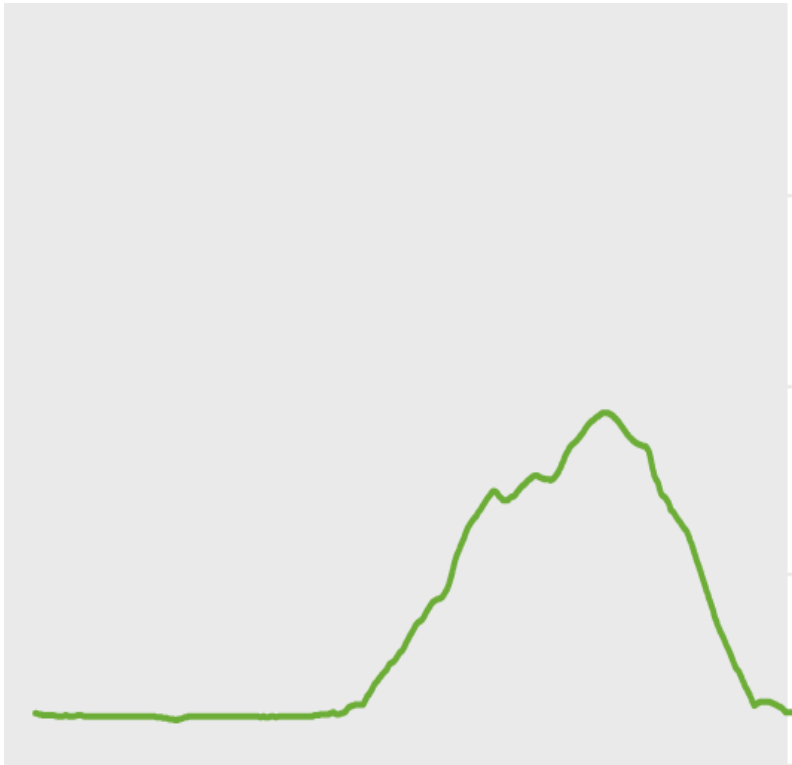


## TEMPS, DISTÀNCIES I DESNIVELLS MITJA MARATÓ

| 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            |

# MITJA MARATÓ

## Sortida - Pont Escalera



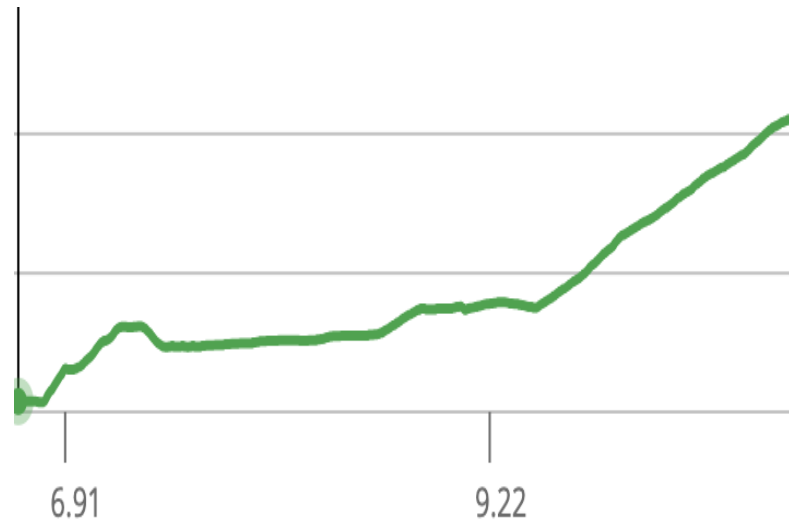
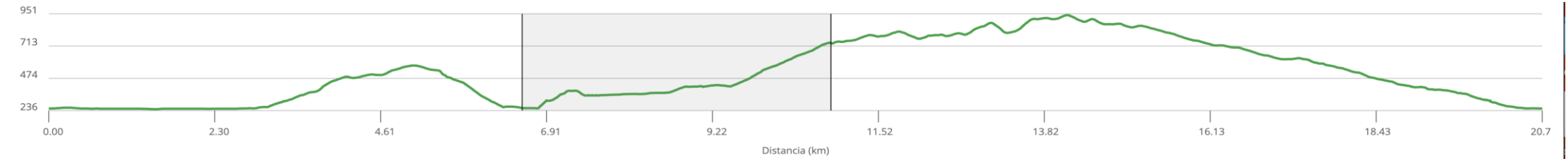
**DISTÀNCIA: 6,10km**

**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 Montalegre



DISTÀNCIA: 4,5km

Ascens total: 406+

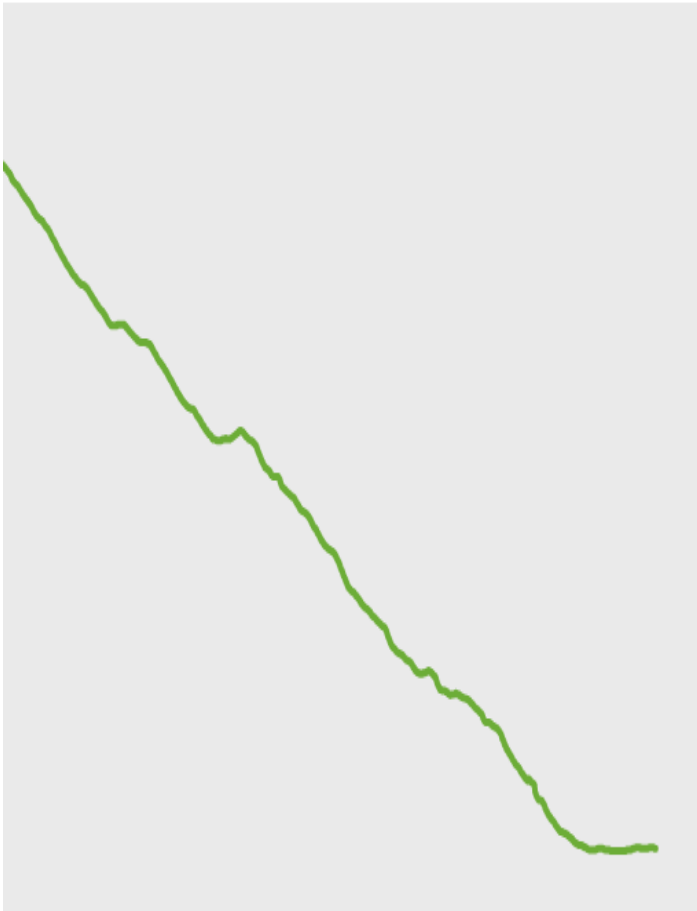
Descens total: 290-

KM Acumulats:11km

META a: 10km

# MITJA MARATÓ

## Ermita Montalegre - ARRIBADA



DISTÀNCIA: 5,90km

Ascens total: 21+

Descens total: 630-

KM Acumulats:15km

META a: 6km



# TRACK ALTERNATIU MITJA MARATÓ

22 km 1100 +

-  Avituallament líquid
-  Avituallament líquid i sòlid
-  Avituallament “de forquilla”

