



RUTOMETRO FONCEA TRAIL

MARCHA	KM	1º	ÚLTIMO	PUNTOS DE INTERES	TRAIL 13,5K (+500m)	KM	1º	ÚLTIMO	PUNTOS DE INTERES	TRAIL 20K (+850m)	KM	1º	ÚLTIMO	PUNTOS DE INTERES
	0	9:00	9:00	SALIDA		0	11:00	11:00	SALIDA		0	11:00	11:00	SALIDA
	1	9:10	9:15			1	11:04	11:11			1	11:04	11:12	
	2	9:20	9:30			2	11:08	11:22			2	11:08	11:24	
	3	9:30	9:45			3	11:12	11:33			3	11:13	11:36	
	4	9:40	10:00			4	11:17	11:44			4	11:17	11:48	
	5	9:50	10:15			5	11:21	11:55			5	11:21	12:00	
	6	10:00	10:30	AVITUALLAMIENTO 1		6	11:25	12:06	AVITUALLAMIENTO 1		6	11:26	12:12	AVITUALLAMIENTO 1
	7	10:10	10:45			7	11:29	12:17			7	11:30	12:24	
	8	10:20	11:00			8	11:34	12:28			8	11:34	12:36	
	9	10:30	11:15			9	11:38	12:39			9	11:39	12:48	
	10	10:40	11:30			10	11:42	12:50			10	11:43	13:00	
	11	10:50	11:45	AVITUALLAMIENTO 2		11	11:46	13:01	AVITUALLAMIENTO 2		11	11:47	13:12	AVITUALLAMIENTO 2
12	11:00	12:00		12	11:51	13:12		12	11:52	13:24				
13,5	11:15	12:22	LLEGADA	13,5	11:57	13:28	LLEGADA	13	11:56	13:36				
RITMOS MARCHA 13K					RITMOS TRAIL 13,5K					RITMOS TRAIL 20K				
00:10:00 minutos/km más rapido					00:04:15 minutos/km más rapido					00:06:00 minutos/km más rapido				
00:05:00 minutos/km más lento					00:11:00 minutos/km más lento					00:07:00 minutos/km más lento				

***Horarios de corte**

RITMOS TRAIL 20K
00:04:20 minutos/km más rapido
00:12:00 minutos/km más lento