

LIBRO DE RUTA-RESUMEN: CATEGORIA ÉLITE

LIGA ESPAÑOLA DE RAIDS DE AVENTURA 2022
I RAID SERRA DA GROBA- MARQUES DE VIZHOJA
25-26 Y 27 DE Noviembre



ÉLITE

▶ 151 KM ◀			4910+	4.910-					
E1	DESNIVEL		Descripción	KM	Salida	P. ESPECIAL	Cierre	Mejor T.	T. promedio
▷	+	-			10:00				
S1	400	400	TREKKING	8 KM				1H10'	1H20'
S2	60	60	TREKKING	10 KM				1H	1H10'
S3	1150	1150	BTT	34,5 KM				2H30'	3H
S4	900	900	TREKKING	23 KM				3H15'	4H
S5	650	650	BTT	22 KM				1H45'	2H15'
S6	550	550	TREKKING	10 KM				1H45'	2H15'
⊙	3710	3710		107,5			22:00	11H25'	14H
E2	DESNIVEL		Descripción	KM	Salida	Corte	Cierre	Mejor T.	T. promedio
S7	60	60	TREKKING	2,5 KM	8:30			15'	20'
S8	1100	1100	BTT	31 KM				2H15'	2H30'
S9	30	30	TREKKING	4 KM				30'	40'
S10	10	10	KAYAK	6 KM				1H	1H15'
⊙	1200	1200		43,5 KM			12:30	4H	4H45'

Emerg.: 112 / Pedro Alvarez (Director): 699 844 5477 / Javier Rivero (Seguridad): 659 611 292

CATEGORÍA ÉLITE