



EXTREM 95 KM	WC	AG	ASIST. TÉCNICA	FISIO	CONTROL DE PASO	CRONOES CALADA	COMIDA	LUGAR	DIST. ACU.	DIST. PARCIAL	DIST. PARCIAL	ALTURA	D+ PARCIAL	D+ ACU.	D- PARCIAL	D- ACU.	Parcial Tiempo Rápido	Más Rápido	Parcial Tiempo Lento	Más lento	Cierres Horaris
	SERVICIOS								km	CRONO	ENLLAÇ	m	m	m	m						
SALIDA -ULLDEMOLINS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>					SALA POLIVALENT	0					0		0		7:30		7:30	
CP 1 - Margalef STOP					STOP			Cruce Pista-Carretera	23,1	23,1		381	420	420	-670	-670	0:49	8:19	1:15	8:45	
MARGALEF	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>					AVI 1	Hostal 3 Pins	24,0		0,9	373		420		-670	0:02	8:21	0:06	8:51	
CP 2 - Margalef START					START			Inicio pista asfaltada	24,1		0,1	373		420		-670	0:01	8:22	0:01	8:52	
CP 3 - Cabacés STOP					STOP			Cruce pistas entrada Cabacés.	36,6	12,5		351	357	777	-331	-1.001	0:36	8:58	0:55	9:47	
CABACÉS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>					AVI 2	Bar La Societat	37,2		0,6	350		777		-1.001	0:05	9:03	0:15	10:02	
CP 4 - Cabacés START (desvío)					START			Cruce pistas salida Cabacés.	37,8		0,6	364		777		-1.001	0:02	9:05	0:08	10:10	10:10 CORTE HORARIO
CP 5 - T-702 STOP					STOP			Cruce pista - carretera	40,5	2,7		247	65	842	-156	-1.157	0:11	9:16	0:22	10:32	
CP 6 - T-702 START					START	INICIO		Cruce pista asfaltada - carretera	40,8		0,3	237		842		-1.157	0:02	9:18	0:04	10:36	
CP 7 - La Figuera	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>			CP	FIN	AV1	Font	44,9	4,1		555	343	1.185	-5	-1.162	0:16	9:34	0:40	11:16	
CP 8 - La Vilella Baixa		<input checked="" type="checkbox"/>			STOP			Norte Puente Medieval	55,7	10,8		190	145	1.330	-508	-1.670	0:32	10:06	1:10	12:26	
CP 9 - La Vilella Alta	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>			START			Area Recreativa	58,9		3,2	334		1.330		-1.670	0:16	10:22	0:23	12:49	
CP10 - Escaladei STOP					STOP			Cruce de pistas.	64,6	5,7		429	215	1.545	-102	-1.772	0:17	10:39	0:33	13:22	
CARTOIXA ESCALADEI		<input checked="" type="checkbox"/>					AV2	Cruce de pistas. Norte cartoixa.	66,2		1,6	447		1.545		-1.772	0:05	10:44	0:15	13:37	14:00
CP 11 - Escaladei START					START			Cruce de pistas.	66,3		0,1	475		1.545		-1.772	0:03	10:47	0:05	13:42	
CP12 - Cornudella de Montsant STOP					STOP			Cruce pista - carretera	77,5	11,2		465	445	1.990	-323	-2.095	0:41	11:28	1:18	15:00	
CORNUDELLA DE MONTSANT	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>				AV2	Plaza Mayor	78,9		1,4	525		1.990		-2.095	0:05	11:33	0:10	15:10	15:35
CP 13 - Cornudella de Montsant START					START			Piscinas	79,3		0,4	549		1.990		-2.095	0:05	11:38	0:10	15:20	
CP 14 - ALBARCA		<input checked="" type="checkbox"/>			CP			Coll Roig	85,9	6,6		794	285	2.275	-33	-2.128	0:30	12:08	1:00	16:20	
META - ULLDEMOLINS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>				SALA POLIVALENTE	95,2	9,3			161	2.436	-308	-2.436	0:25	12:33	0:40	17:00	17:30
									95,2	86,0	9,2		2.436		-2.436		5:03		9:30:00		

ABREVIACIONES: WC= lavado / AG= Agua / AV1= Avituallamiento ligero (frutos secos, fruta, refrescos, Agua, bebidas energéticas) / AV2= Avituallamiento completo (AV1+ bocadillos i galletas) / ACU = Acumulado. / DIST. Distancia / D+= Desnivel positivo / D-= Desnivel negativo

ABANDONOS: Sólo es posible abandonar en los controles con cierre horario.

CONTROLES NO VISIBLES: Son controles no marcados en el mapa ni en los waitpoints. Pueden estar colocados en cualquier punto del recorrido oficial .



ADVENTURE 79 KM	WC	AG	ASIST. TÉCNICA	FISIO	CONTROL DE PASO	COMIDA	LUGAR	DIST. ACU.	DIST. PARCIAL	DIST. PARCIAL	ALTURA	D+ PARCIAL	D+ ACU.	D- PARCIAL	D- ACU.	Parcial Tiempo Rápido	Más Rápido	Parcial Tiempo Lento	Más lento	Cierres Horaris
	SERVICIOS							km	CRONO	ENLLAC	m	m	m	m	m					
SALIDA -ULLDEMOLINS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>				SALA POLIVALENT	0					0		0		7:30		7:30	
CP 1 - Margalef STOP					STOP		Cruce Pista-Carretera	23,1	23,1		381	420	420	-670	-670	0:49	8:19	1:15	8:45	
MARGALEF	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>				AVI 1	Hostal 3 Pins	24,0		0,9	373		420	-670	-670	0:02	8:21	0:06	8:51	
CP 2 - Margalef START					START		Inicio pista asfaltada	24,1		0,1	373		420	-670	-670	0:01	8:22	0:01	8:52	
CP 3 - Cabacés STOP					STOP		Cruce pistas entrada Cabacés.	36,6	12,5		351	357	777	-331	-1.001	0:37	8:59	0:55	9:47	
CABACÉS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>				AVI 2	Bar La Societat	37,2		0,6	350		777	-1.001	-1.001	0:05	9:04	0:15	10:02	
CP 4 - Cabacés START (desvío)					START		Cruce pistas salida Cabacés.	37,8		0,6	364		777	-1.001	-1.001	0:02	9:06	0:08	10:10	10:10 CORTE HORARIO
CP5 ADV - Escaladei STOP					STOP		Cruce pistas	49,5	11,7		475	340	1.117	-343	-1.344	0:45	9:51	1:35	11:45	
CARTOIXA ESCALADEI		<input checked="" type="checkbox"/>				AV2	Cruce de pistas.	49,6		0,1	447		1.117	-1.344	-1.344	0:01	9:52	0:15	12:00	14:00
CP 11 - Escaladei START					START		Cruce pistas	49,7		0,1	475		1.117	-1.344	-1.344	0:01	9:53	0:01	12:01	
CP12 - Cornudella de Montsant STOP					STOP		Cruce pista - carretera	60,9	11,2		465	445	1.562	-323	-1.667	0:41	10:34	1:35	13:36	
CORNUDELLA DE MONTSANT	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>			AV2	Plaza Mayor	62,3		1,4	525		1.562	-1.667	-1.667	0:05	10:39	0:10	13:46	15:35
CP 13 - Cornudella de Montsant START					START		Piscinas	62,7		0,4	549		1.562	-1.667	-1.667	0:05	10:44	0:10	13:56	
CP 14 - ALBARCA		<input checked="" type="checkbox"/>			CP		Coll Roig	69,2	6,5		794	285	1.847	-33	-1.700	0:30	11:14	1:20	15:16	
META - ULLDEMOLINS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	SALA POLIVALENT	78,5	9,3			161	2.008	-308	-2.008	0:25	11:39	0:45	16:01	17:30
								78,5	74,3	4,2		2.008		-2.008		4:09		8:31:00		

ABREVIACIONES: WC= lavabo / AG= Agua / AV1= Avituallamiento ligero (frutos secos, fruta, refrescos, Agua, bebidas energéticas) / AV2= Avituallamiento completo (AV1+ bocadillos i galletas) / ACU = Acumulado. / DIST. Distancia / D+= Desnivel positivo / D-= Desnivel negativo

ABANDONOS: Sólo es posible abandonar en los controles con cierre horario.

CONTROLES NO VISIBLES: Son controles no marcados en el mapa ni en los waitpoints. Pueden estar colocados en cualquier punto del recorrido oficial.

GRAN FONTS MONTSANT BIKE 2017
GFMB® OPEN

05 MARZO 2017



OPEN 36 KM	WC	AG	ASIST. TÉCNICA	FISIO	CONTROL DE PASO	COMIDA	LUGAR	DIST. ACU.	DIST. PARCIAL	DIST. PARCIAL	ALTURA	D+ PARCIAL	D+ ACU.	D- PARCIAL	D- ACU.	Parcial Tiempo Rápido	Más Rápido	Parcial Tiempo Lento	Más lento	Cierres Horaris
	SERVICIOS							km	CRONO	ENLLAC	m	m	m	m	m					
SALIDA -ULLDEMOLINS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>				LOCAL SOCIAL	0			639		0		0		10:30		10:30	
CP1 COLL DEL SALVADORET		<input checked="" type="checkbox"/>				AVI 1	Cruce caminos	11,20	11,20		976	505	505	-187	-187	0:30	11:00	1:15	11:45	
CP 2 OPEN STOP					STOP		Cruce senda - carretera	18,60	7,40		522	63	568	-486	-673	0:20	11:20	0:45	12:30	
CORNUDELLA DE MONTSANT	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>			AV2	Plaza Mayor	19,20		0,60	525					0:05	11:25	0:10	12:40	15:35
CP 13 - Cornudella de Montsant START					START		Piscinas	19,40		0,20	549					0:05	11:30	0:10	12:50	
CP 14 - ALBARCA		<input checked="" type="checkbox"/>				CP	Coll Roig	26,10	6,70		794	285	853	-33	-706	0:30	12:00	1:50	14:40	
META - ULLDEMOLINS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	LOCAL SOCIAL	35,70	9,60		639	161	1.014	-308	-1.014	0:20	12:20	1:00	15:40	17:30
								35,7	34,9	0,8		1.014		-1.014		1:50		5:10		

ABREVIACIONES: WC= lavabo / AG= Agua / AV1= Avituallamiento ligero (frutos secos, fruta, refrescos, Agua, bebidas energéticas) / AV2= Avituallamiento completo (AV1+ bocadillos i galletas) / ACU = Acumulado. / DIST. Distancia / D+= Desnivel positivo / D-= Desnivel negativo

ABANDONOS: Sólo es posible abandonar en los controles con cierre horario.

CONTROLES NO VISIBLES: Son controles no marcados en el mapa ni en los waitpoints. Pueden estar colocados en cualquier punto del recorrido oficial .