

ULTRA-TRAIL MUNTANYES COSTA DAURADA®

UTMCD® 110kms

02-03 Mayo 2020

	WC	AG	FISIO	+	CRONO ON-LINE	CONTROL ☺	COMIDA	TRAMO	Distancia Parcial	Distancia Acumulada	Altitud	Parcial D+	Acumulado D+	Parcial D-	Acumulado D-	Parcial Mejor Tiempo	Hora paso 1º	min/km Más Rápido	Parcial Tiempo Lento	Hora paso último	min/km Más Lento	Cierres Horarios
SALIDA -Prades	☑	☑	☑	☑	☑	☺	-			0	954		0		0		7:30					
Prades av1	☑	☑	☑	☑	☑		AVI 0	Prades a Prades	10,0	10,0	954	270	270	270	270	0:51	8:21	5,10	1:30	9:00	9,00	
Albarca	☑	☑	-	-	☑	☺	AVI 0	Prades a Albarca	13,3	23,3	800	468	738	635	905	1:30	9:51	5,64	2:40	11:40	12,03	
Cornudella de Montsant	☑	☑	-	☑	☑		AV1	Albarca a Cornudella de Montsant	9,8	33,1	533	360	1.098	652	1.557	1:16	11:07	7,76	2:15	13:55	13,78	02-14:00
Siurana	-	☑	-	-	-	☺	AVI 0	Cornudella de Montsant a Siurana	4,6	37,7	701	401	1.499	156	1.713	0:40	11:47	8,70	1:20	15:15	17,39	
Castillejos: Carretera TV-7092	-	☑	-	-	☑	☺	AVI 0	Siurana a Castillejos	9,3	47,0	961	546	2.045	377	2.090	1:10	12:57	7,53	2:15	17:30	14,52	
Vilaplana (bolsa de vida)	☑	☑	☑	☑	☑		AV2	Castillejos a Vilaplana	9,1	56,1	351	82	2.127	667	2.757	0:55	13:52	6,04	1:51	19:21	10,00	02-19:30
La Mussara	☑	☑	-	-	☑	☺	AVI 0	Vilaplana a La Mussara	5,7	61,8	964	684	2.811	56	2.813	0:55	14:47	9,65	2:00	21:21	21,05	
Albiol	☑	☑	-	-	☑	☺	AVI1	La Mussara a Albiol	11,7	73,5	820	445	3.256	598	3.411	1:45	16:32	7,26	2:50	0:11	14,53	03-00:15
Mas de Forès (Alcover)	☑	☑	-	-	☑	☺	AVI 0	Albiol a Mas de Forès	7,3	80,8	318	147	3.403	635	4.046	1:05	17:37	8,90	1:50	2:01	15,07	
Mont-ral	☑	☑	☑	☑	☑		AV1	Mas de Forès a Mont-ral	5,9	86,7	850	583	3.986	68	4.114	1:05	18:42	11,02	2:13	4:14	22,54	03-04:15
Capafonts	☑	☑	-	-	☑		AV1	Mont-ral a Capafonts	9,8	96,5	745	364	4.350	473	4.587	1:25	20:07	8,67	2:45	6:59	16,84	03-07:00
Ermite Abellera	-	☑	-	-	-	-	FUENTE	Capafonts a Ermite Abellera	4,1	100,6	993	285	4.635	35	4.622	0:22	20:29	5,37	1:06	8:05	16,10	
Baltassana	-	☑	-	-	☑	☺	AVI 0	Ermite Abellera a Baltassana	4,9	105,5	1.173	346	4.981	10	4.632	0:27	20:56	5,51	1:10	9:15	14,29	
META - Prades	☑	☑	☑	☑	☑	☺	☑	Baltassana a Prades	3,6	109,1	954	14	4.995	363	4.995	0:21	21:17	5,83	0:45	10:00	12,50	03-10:00
TOTAL									109,1	109,1			4.995	4.995	13:47			26:30:00				

SERVICIOS: WC= lavado / AG= Agua - Water / + Médico / AVI 0=Avituallamiento mínimo: galletas, frutos secos, fruta, Agua / AV1= Avituallamiento ligero (AVI 0 + bocadillos, refrescos, bebidas energéticas, caldo, etc) / AV2= Avituallamiento completo (AV1+ pasta.), ☑=Servicio UTMCD Ofrecido

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

CONTROLES NO VISIBLES: Son controles no marcados en el mapa. Pueden estar colocados en algún punto del recorrido oficial.

