



VII MARATÓN BAJO TIÉTAR - GREDOS SUR

125 KMS - 3.625 M +

PUNTO KILOMÉTRICO	ALTITUD	LUGAR	VELOCIDAD MEDIA							
			10 KM/H	12 KM/H	14 KM/H	16 KM/H	18 KM/H	20 KM/H	22 KM/H	24 KM/H
0,00	510	ARENAS DE SAN PEDRO (SALIDA)	8:30	8:30	8:30	8:30	8:30	8:30	8:30	8:30
5,50	650	LA PARRA	9:03	8:57	8:53	8:50	8:48	8:46	8:45	8:43
14,00	630	MOMBELTRAN	9:54	9:40	9:29	9:22	9:16	9:12	9:08	9:05
18,00	718	SANTA CRUZ DEL VALLE	10:18	10:00	9:47	9:37	9:30	9:24	9:19	9:15
30,00	1.205	PUERTO DE PEDRO BERNARDO (PC1)	11:30	11:00	10:38	10:22	10:10	10:00	9:51	9:45
35,00	763	SAN ESTEBAN DEL VALLE	12:00	11:25	10:59	10:41	10:26	10:15	10:05	9:57
37,50	821	VILLAREJO DEL VALLE	12:15	11:37	11:10	10:50	10:35	10:22	10:12	10:03
40,00	835	CUEVAS DEL VALLE	12:30	11:50	11:21	10:59	10:43	10:30	10:19	10:10
54,00	1.335	PUERTO DE LA CENTENERA (PC2)	13:54	13:00	12:21	11:52	11:30	11:12	10:57	10:45
59,50	895	EL ARENAL	14:27	13:27	12:44	12:13	11:48	11:28	11:12	10:58
66,50	755	EL HORNILLO	15:09	14:02	13:14	12:39	12:11	11:49	11:31	11:16
71,50	1.056	ALTO COLLADO DE LA CASA		14:27	13:36	12:58	12:28	12:04	11:44	11:28
77,00	798	GUISANDO		14:55	13:59	13:18	12:46	12:21	11:59	11:42
82,00	1.027	ALTO PORTEZUELO		15:20	14:21	13:37	13:03	12:36	12:13	11:55
88,50	769	CAMPAMENTO ARBILLAS		15:52	14:49	14:01	13:25	12:55	12:31	12:11
104,00	450	CANDELEDA (PC3)		17:10	15:55	14:59	14:16	13:42	13:13	12:50
114,00	540	POYALES DEL HOYO		18:00	16:38	15:37	14:50	14:12	13:40	13:15
119,00	617	ARBILLAS		18:25	16:59	15:56	15:06	14:27	13:54	13:27
125,00	510	ARENAS DE SAN PEDRO (META)		18:55	17:25	16:18	15:26	14:45	14:10	13:42



VII MARATÓN BAJO TIÉTAR - GREDOS SUR

73 KMS - 2.065 M +

PUNTO KILOMÉTRICO	ALTITUD	LUGAR	VELOCIDAD MEDIA							
			10 KM/H	12 KM/H	14 KM/H	16 KM/H	18 KM/H	20 KM/H	22 KM/H	24 KM/H
0,00	510	ARENAS DE SAN PEDRO (SALIDA)	8:30	8:30	8:30	8:30	8:30	8:30	8:30	8:30
5,50	650	LA PARRA	9:03	8:57	8:53	8:50	8:48	8:46	8:45	8:43
14,00	630	MOMBELTRAN	9:54	9:40	9:29	9:22	9:16	9:12	9:08	9:05
18,00	718	SANTA CRUZ DEL VALLE	10:18	10:00	9:47	9:37	9:30	9:24	9:19	9:15
30,00	1.205	PUERTO DE PEDRO BERNARDO (PC1)	11:30	11:00	10:38	10:22	10:10	10:00	9:51	9:45
35,00	763	SAN ESTEBAN DEL VALLE	12:00	11:25	10:59	10:41	10:26	10:15	10:05	9:57
37,50	821	VILLAREJO DEL VALLE	12:15	11:37	11:10	10:50	10:35	10:22	10:12	10:03
40,00	835	CUEVAS DEL VALLE	12:30	11:50	11:21	10:59	10:43	10:30	10:19	10:10
54,00	1.335	PUERTO DE LA CENTENERA (PC2)	13:54	13:00	12:21	11:52	11:30	11:12	10:57	10:45
59,50	895	EL ARENAL	14:27	13:27	12:44	12:13	11:48	11:28	11:12	10:58
66,50	755	EL HORNILLO	15:09	14:02	13:14	12:39	12:11	11:49	11:31	11:16
73,00	510	ARENAS DE SAN PEDRO (META)	15:48	14:35	13:42	13:03	12:33	12:09	11:49	11:32