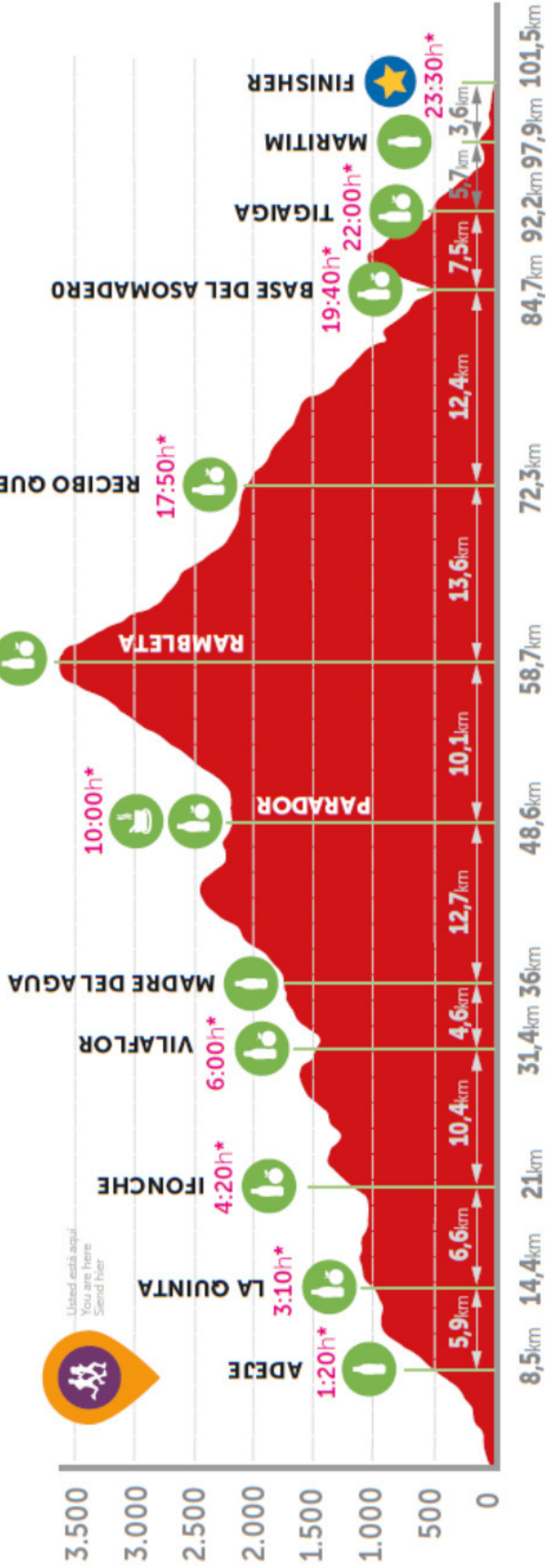


	Entfernung zwischen VPs	Entfernung zwischen Start und VP	HM im Aufstieg zwischen VPs	HM im Abstieg zwischen VPs	Cutoff Uhrzeit	Cutoff Zeit zw. VPS	Pace zwischen VPs in min/km	Pace zwischen VPs in km/h	Pace Gesamt in min/km	Pace Gesamt in km/h
Playa Fañabé (Adeje)	0				23:30					
Plaza Adeje	8,5	8,5	425,55	132,62	01:20	01:20	9,41	6,38	9,41	6,38
La Quinta	5,89	14,39	713,59	84,24	03:10	01:50	18,68	3,21	13,20	4,54
Ifonche	6,64	21,03	487,20	382,22	04:20	01:10	10,54	5,69	12,36	4,85
Albergue de Vilaflor	10,35	31,38	846,53	285,86	06:00	01:40	9,66	6,21	11,47	5,23
Pista Madre del Agua	4,58	35,96	401,50	302,96						
Parador	12,65	48,61	907,65	453,36	10:00	04:00	18,97	3,16	12,34	4,86
La Rambleta	10,09	58,7	1508,26	108,96	15:00	05:00	29,73	2,02	15,33	3,91
Recibo Quemado	13,6	72,3	98,22	1743,06	17:50	02:50	15,44	3,89	14,80	4,05
Base del Asomadero	12,39	84,69	396,50	1.810,75	19:40	01:50	8,88	6,76	13,93	4,31
Tigaiga	7,53	92,22	699,91	900,57	22:00	02:20	18,59	3,23	14,31	4,19
Maritim	5,69	97,91	266,14	500,88						
Puerto Cruz (Meta)	3,59	101,5	32,82	76,5	23:30	01:30	25,07	2,39	13,89	4,32



Adeje

* Tiempos Limite / Times Limit / Zeitlimit

Puerto de la Cruz

ULTRA: Versorgungsstationen

	Entfernung zwischen verpflegungspunkte	Entfernung zwischen start und Verpfegunspunkt	Hm im Aufstieg zwischen verpflegungspunkte	Hm im Abstieg zwischen verpflegungspunkte
Playa Fañabé (Adeje)	0			
Plaza Adeje	8,5	8,5	425,55	132,62
La Quinta	5,89	14,39	713,59	84,24
Ifonche	6,64	21,03	487,2	382,22
Albergue de Vilaflor	10,35	31,38	846,53	285,86
Pista Madre del Agua	4,58	35,96	401,5	302,96
Parador	12,65	48,61	907,65	453,36
La Rambleta	10,09	58,7	1.508,26	108,96
Recibo Quemado	13,6	72,3	98,22	1.743,06
Base del Asomadero	12,39	84,69	396,5	1.810,75
Tigaiga	7,53	92,22	699,91	900,57
Maritim	5,69	97,91	266,14	500,88
Puerto Cruz (Meta)	3,59	101,5	32,82	76,5
Total	101.5		6.401,57	6.397,40