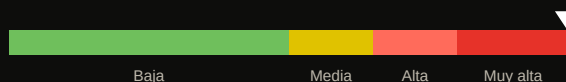


CXM PICU TURBINA

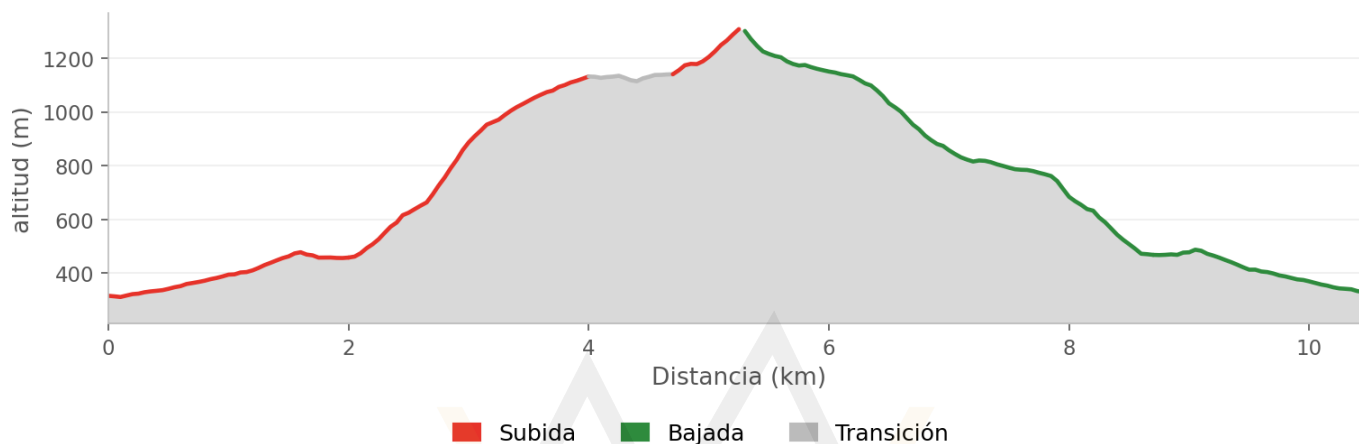
10.54 km · +1099 m · -1091 m

DUREZA: 104.3 m+/km · MUY ALTA



Este es el informe resumido.

Los deportistas de CorreMontes tienen el informe completo e interactivo: calculadora de tiempos con tus puntos, ajustando la dificultad técnica y la meteorología del día, y consulta libre de cualquier tramo del recorrido.

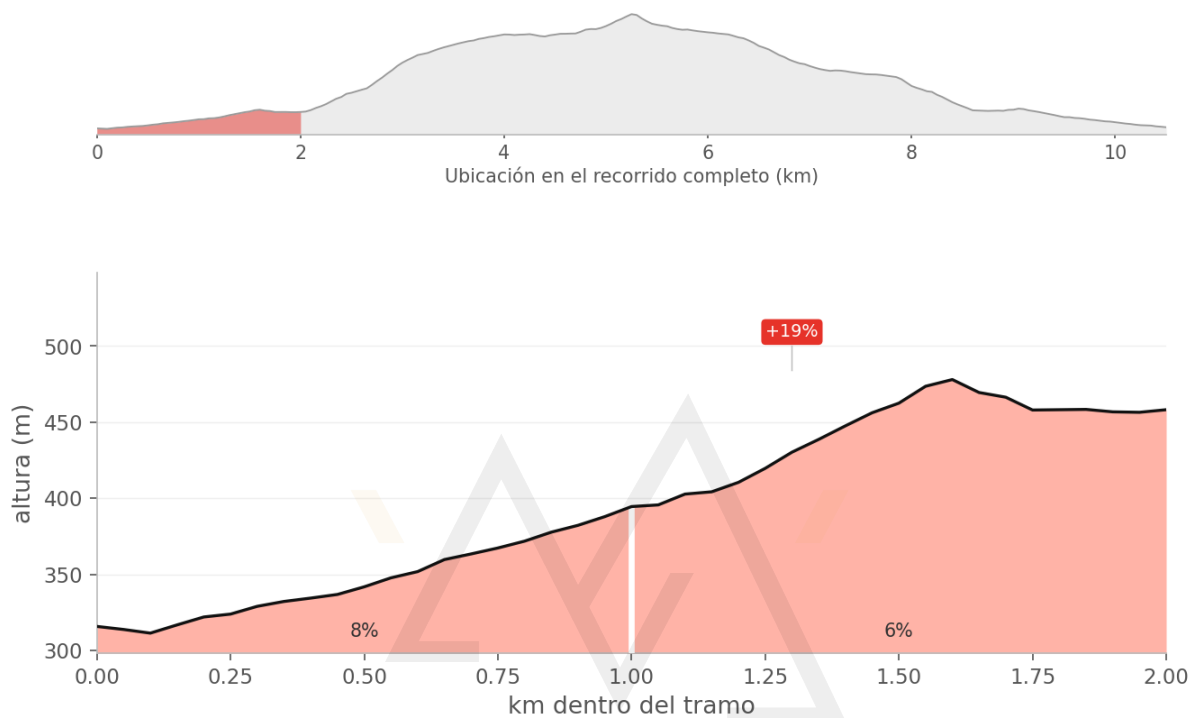


Tramos

#	Tipo	Del km	Al km	Long.	D+	D-	% medio
1	Subida	0.00	2.00	2.00	+173	-30	8.6%
2	Subida	2.00	4.00	2.00	+675	-1	33.8%
3	Transición	4.00	4.70	0.70	+40	-32	1.2%
4	Subida	4.70	5.27	0.57	+173	-3	30.4%
5	Bajada	5.27	8.70	3.43	+13	-855	-24.9%
6	Bajada	8.70	10.53	1.83	+25	-168	-9.2%

km 0.00 a 2.00

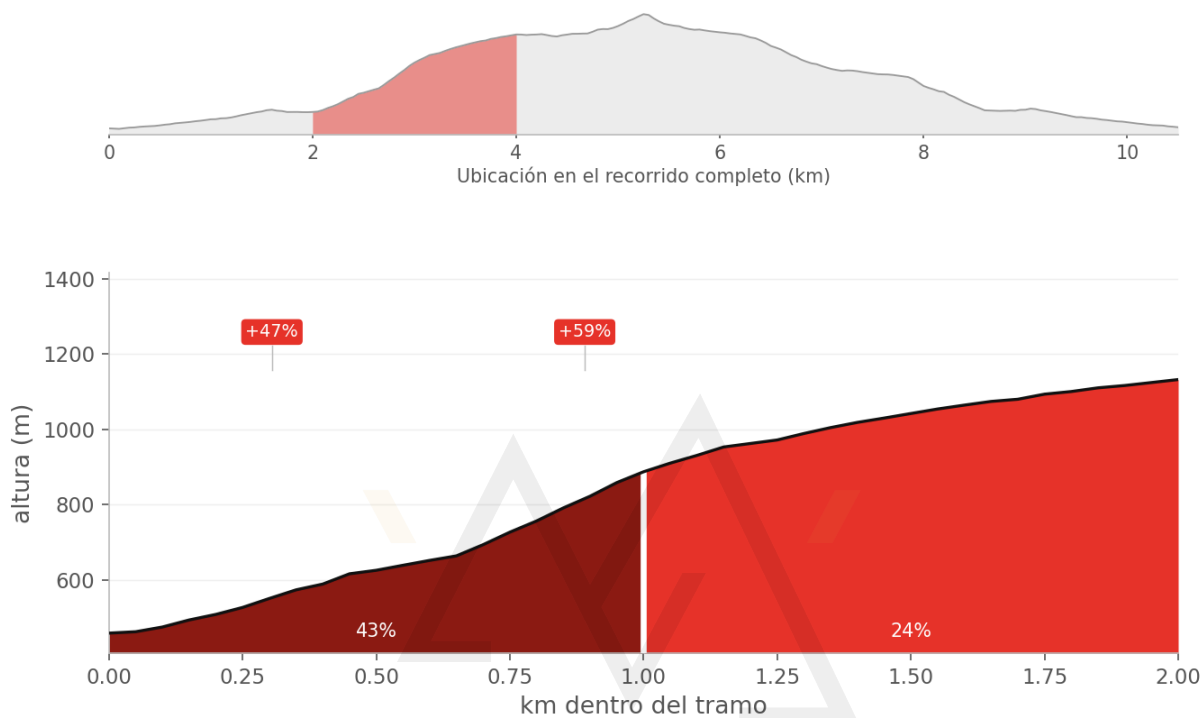
2.00 km · +173 m · -30 m · 8.6% de media · D+ acumulado: 173 m



Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

km 2.00 a 4.00

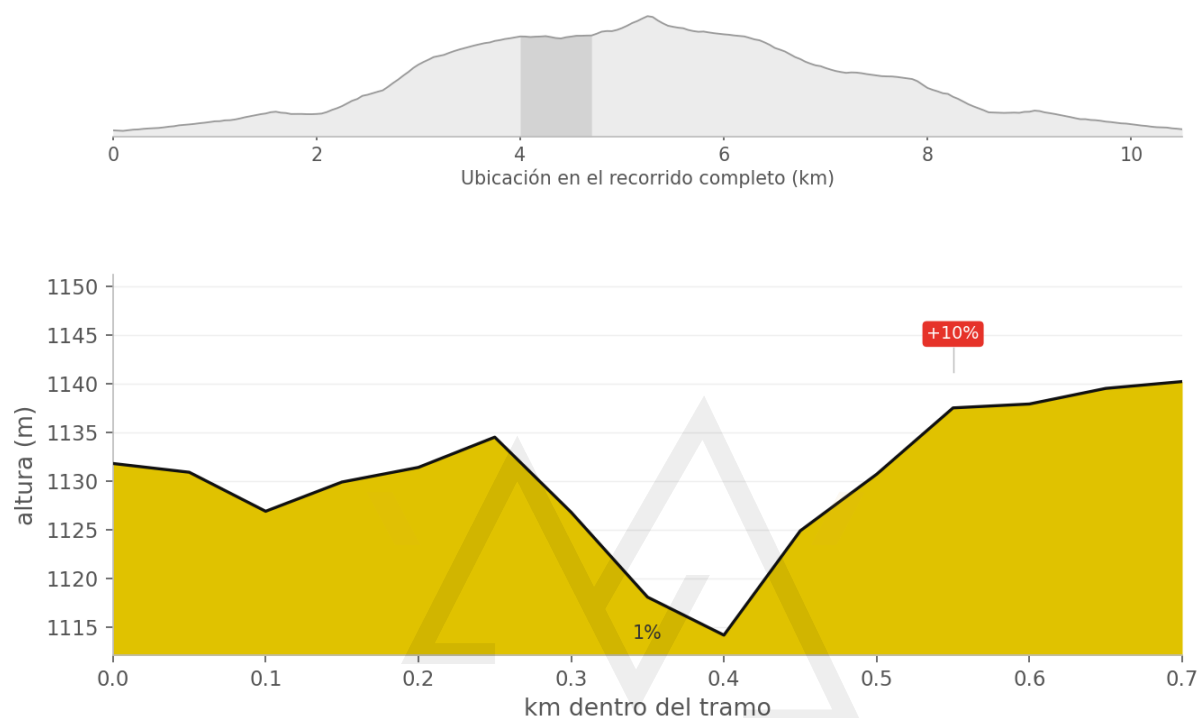
2.00 km · +675 m · -1 m · 33.8% de media · D+ acumulado: 848 m



Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

km 4.00 a 4.70

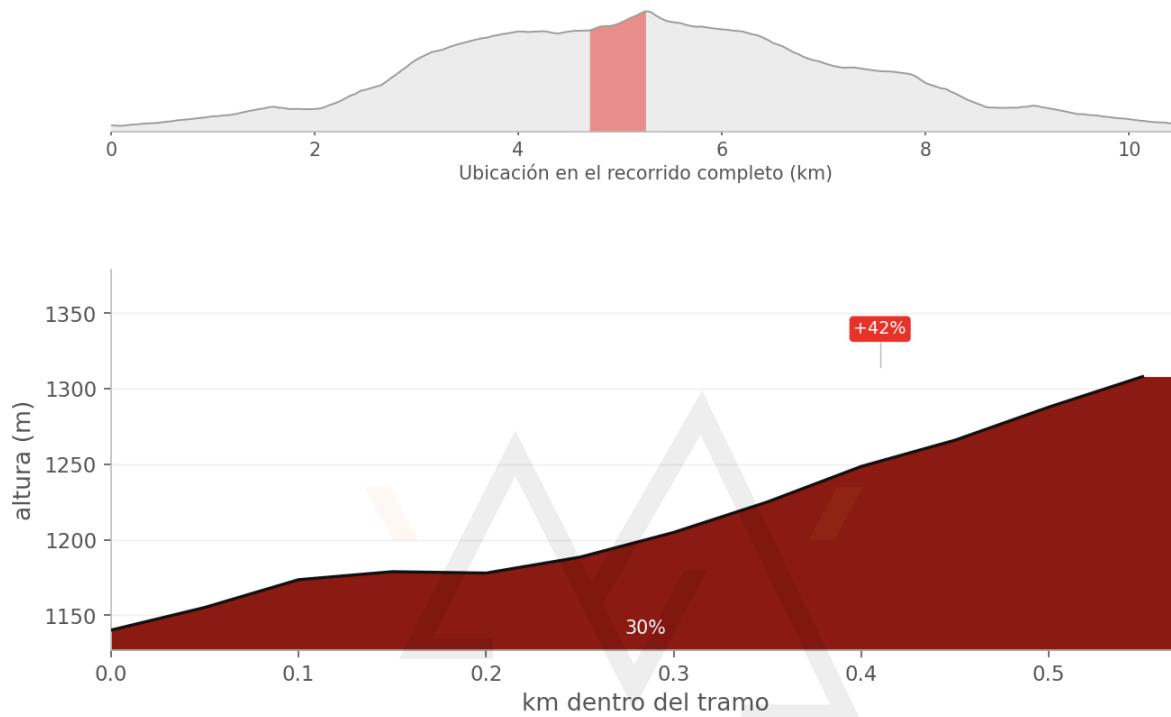
0.70 km · +40 m · -32 m · 1.2% de media · D+ acumulado: 888 m



Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

km 4.70 a 5.27

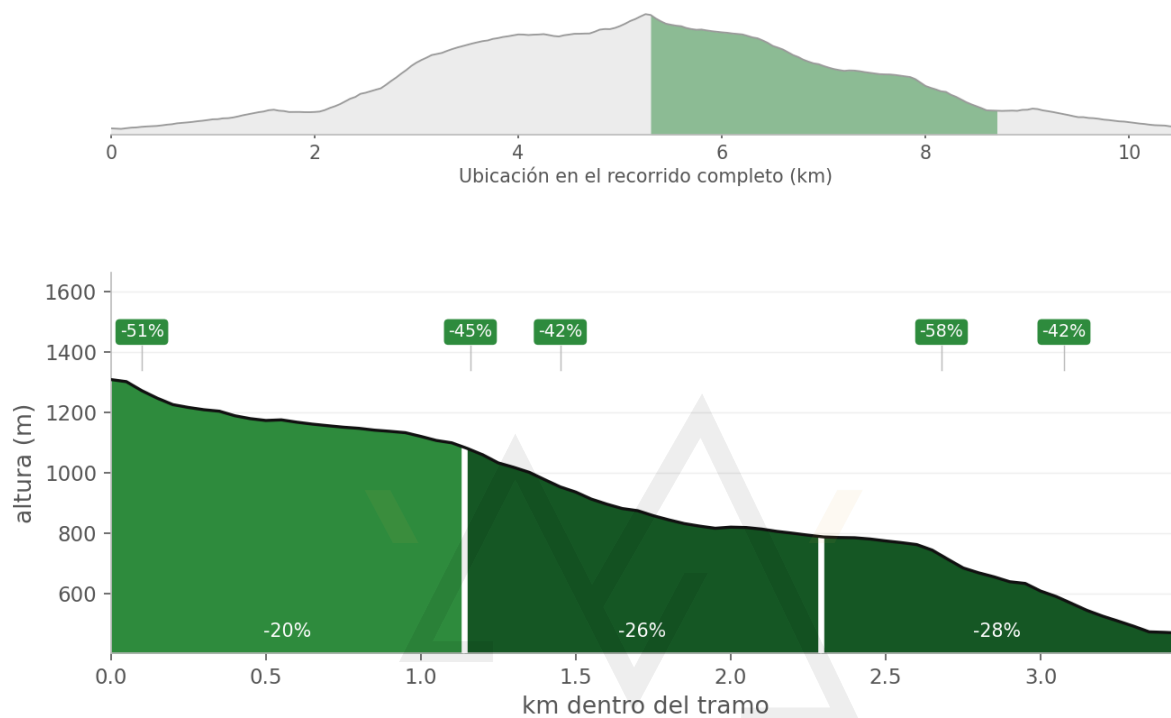
0.57 km · +173 m · -3 m · 30.4% de media · D+ acumulado: 1062 m



Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

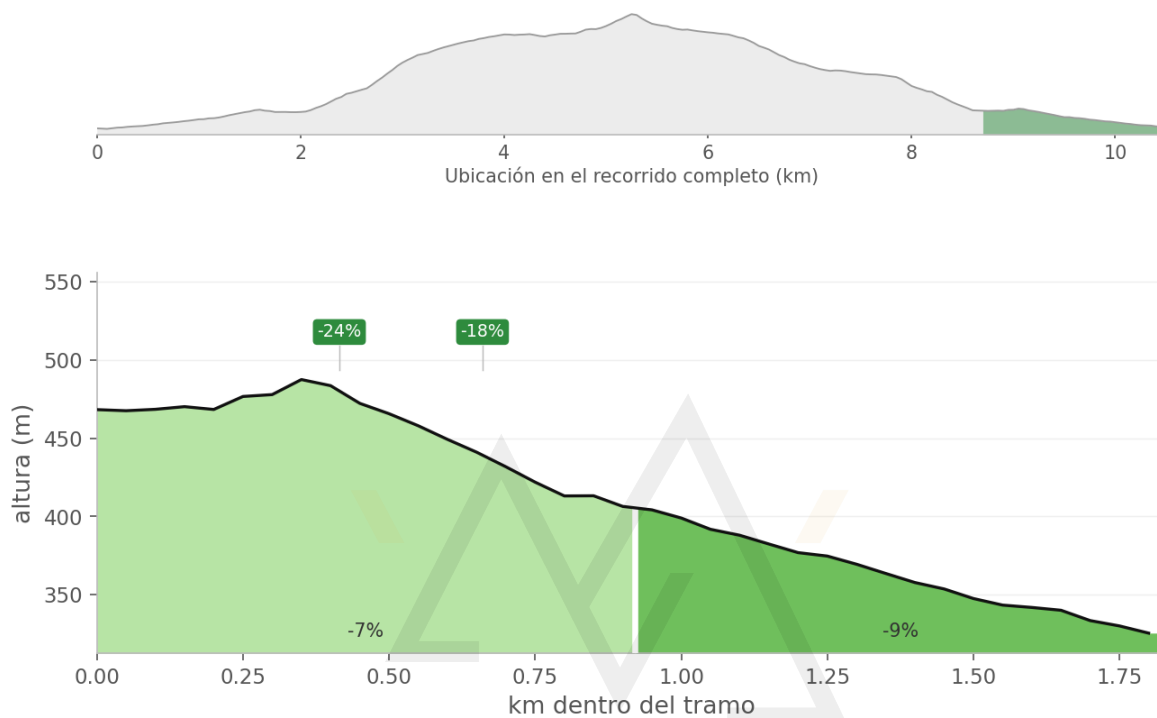
km 5.27 a 8.70

3.43 km · +13 m · -855 m · -24.9% de media · D+ acumulado: 1074 m



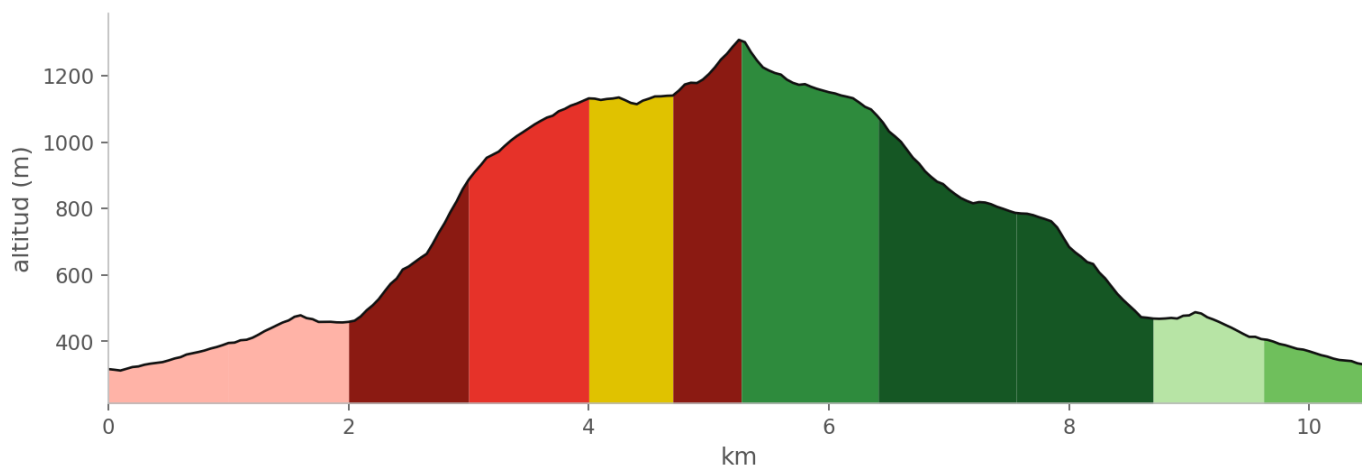
km 8.70 a 10.53

1.83 km · +25 m · -168 m · -9.2% de media · D+ acumulado: 1099 m



Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

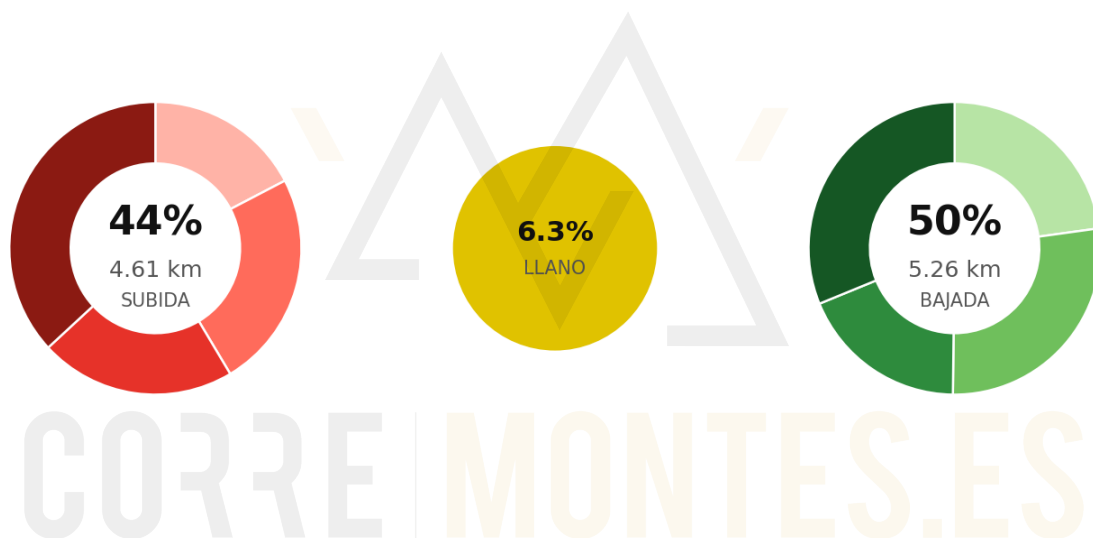
El recorrido completo coloreado según la pendiente de cada tramo.



subida >25% 15-25% 8-15% 2-8% llano bajada 2-8% 8-15% 15-25% >25%

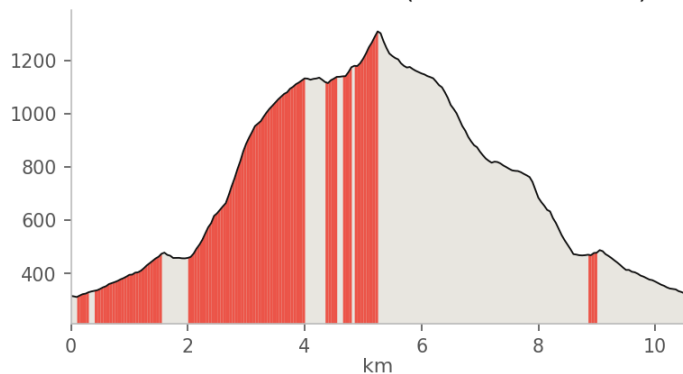
CXM PICU TURBINA

SUBIDAS		
>25%	1.70 km	16.1%
15-25%	1.00 km	9.5%
8-15%	1.11 km	10.5%
2-8%	0.80 km	7.6%
LLANO (<2%)		
-	0.66 km	6.3%
BAJADAS		
>25%	1.64 km	15.6%
15-25%	0.98 km	9.3%
8-15%	1.44 km	13.7%
2-8%	1.20 km	11.4%

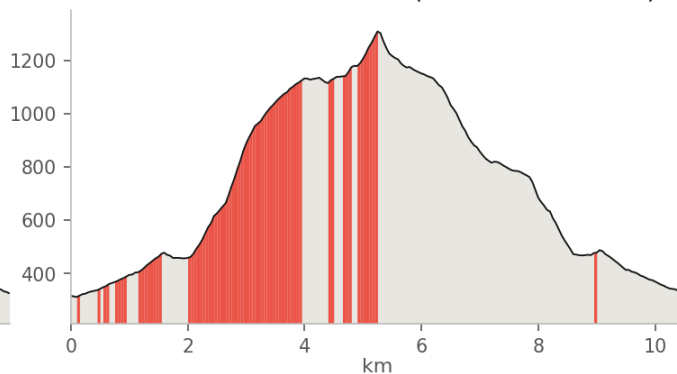


En rojo, los tramos que superan cada pendiente. Sirve para decidir dónde correr y dónde caminar.

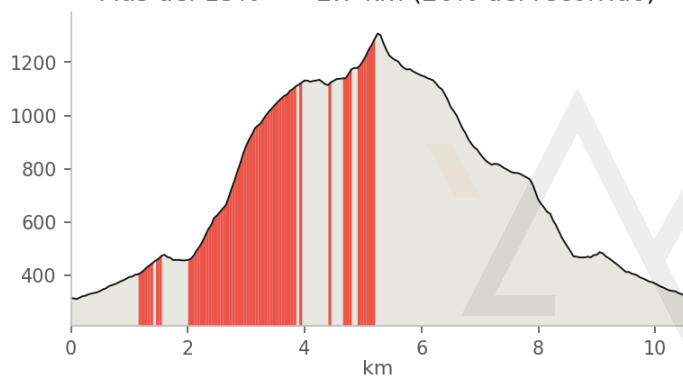
Más del 6% · 4.2 km (40% del recorrido)



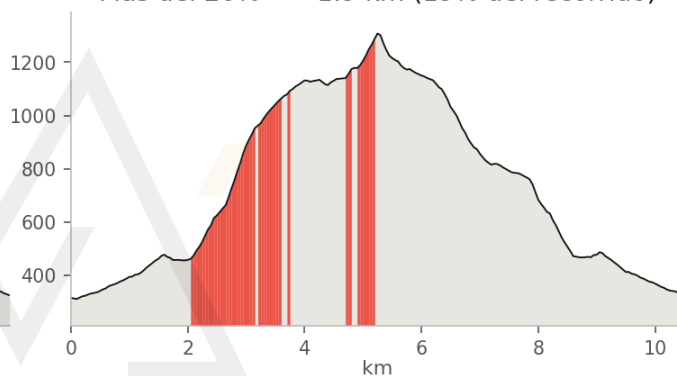
Más del 10% · 3.4 km (32% del recorrido)



Más del 15% · 2.7 km (26% del recorrido)

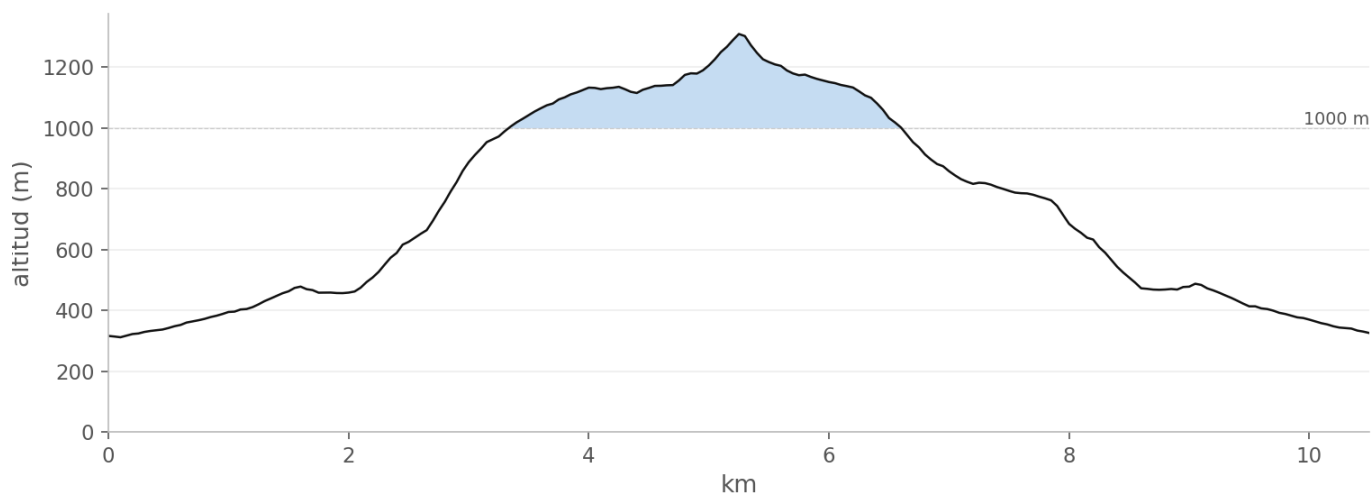


Más del 20% · 1.9 km (19% del recorrido)



CORRE MONTES.ES

Franjas de 500 m a partir de los 1.000 m. Por debajo de esa cota el perfil va sin sombread.



FRANJA DE ALTITUD	DISTANCIA	% DEL RECORRIDO
1000-1500 m	3.2 km	31%
0-1000 m	7.3 km	69%

CORRE | MONTES.ES

CXM PICU TURBINA

Los puntos CorreMontes comparan tu actuación con el Tiempo 1000, el tiempo que haría un corredor de nivel récord del mundo en este mismo recorrido.

PUNTOS	TIEMPO EN META
1000	59' 27"
950	1h 02' 35"
900	1h 06' 03"
850	1h 09' 56"
800	1h 14' 19"
750	1h 19' 16"
700	1h 24' 56"
650	1h 31' 28"
600	1h 39' 05"
550	1h 48' 05"
500	1h 58' 54"
450	2h 12' 06"
400	2h 28' 37"
350	2h 49' 51"
300	3h 18' 10"

Calculado sin factor de calor y con la dificultad técnica de referencia de la carrera.

Este es el informe resumido.

Los deportistas de CorreMontes tienen el informe completo, interactivo: calculadora de tiempos con tus puntos CorreMontes, ajustando la dificultad técnica y la meteorología del día, y consulta libre de cualquier tramo del recorrido.

ENTRENA CON CORREMONTES

Plan individual, informe completo de tus carreras y tus tiempos de paso tramo a tramo.

Escríbeme a corremontesonline@gmail.com · corremontes.es