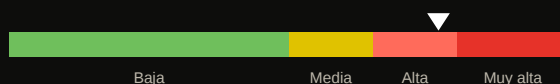


Miel de Palma Sky Maratón

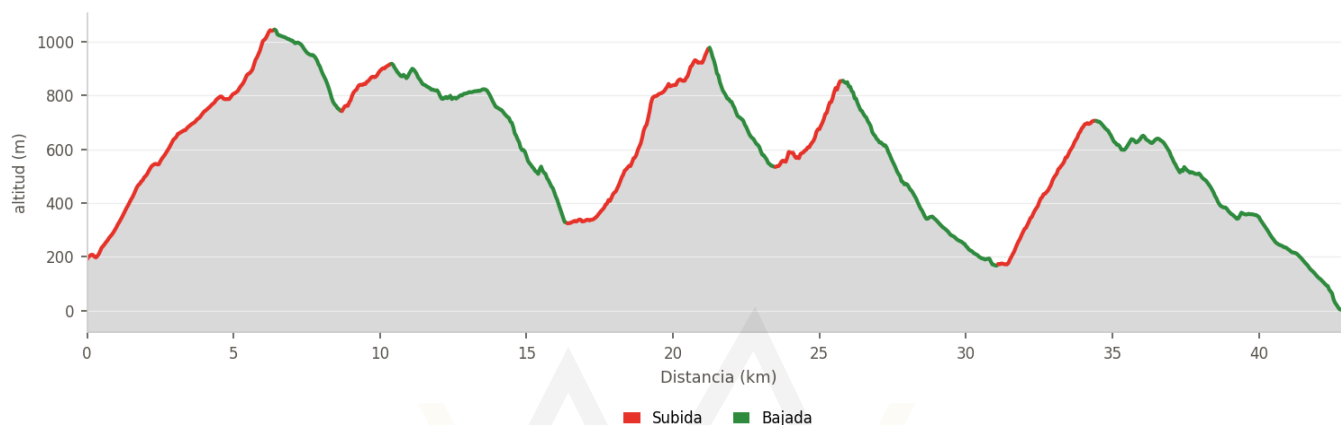
43.10 km · +3305 m · -3493 m

DUREZA: 76.7 m+/km · 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.



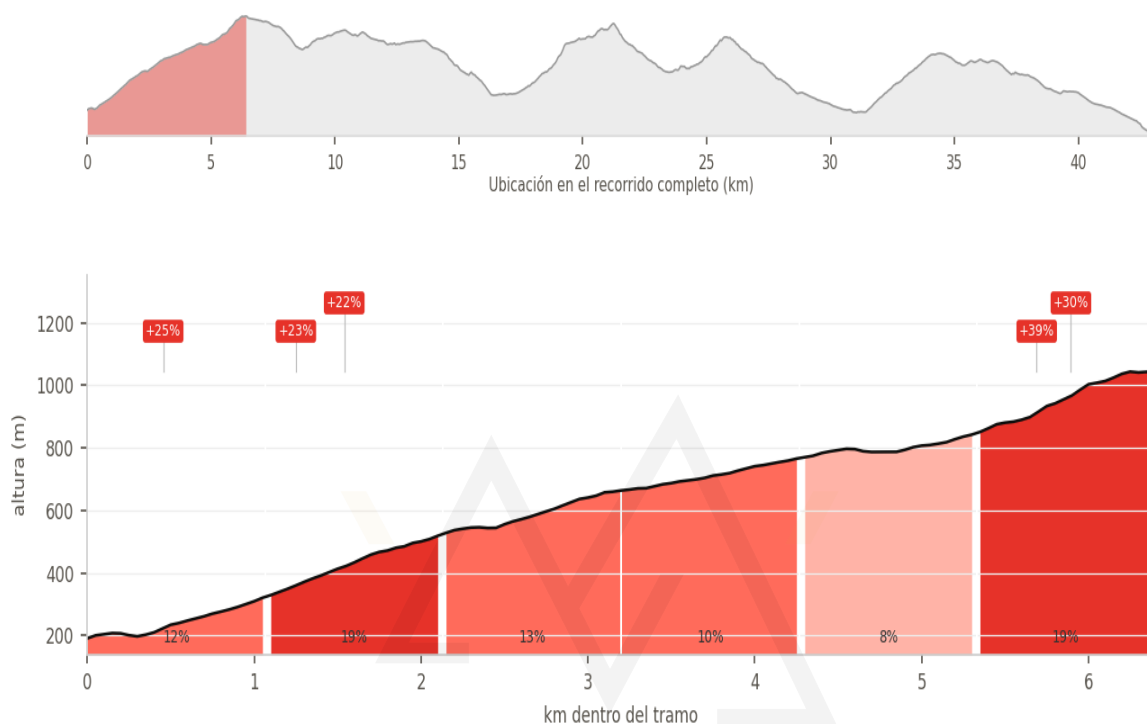
Tramos

#	Tipo	Del km	Al km	Long.	D+	D-	% medio
1	Subida	0.00	6.40	6.40	+886	-31	13.8%
2	Bajada	6.40	8.67	2.27	+5	-309	-13.6%
3	Subida	8.67	10.40	1.73	+195	-18	11.2%
4	Bajada	10.40	16.39	5.99	+181	-776	-13.0%
5	Subida	16.39	21.24	4.85	+758	-103	15.6%
6	Bajada	21.24	23.48	2.24	+23	-469	-20.9%
7	Subida	23.48	25.78	2.30	+406	-79	17.7%
8	Bajada	25.78	31.06	5.28	+95	-789	-14.9%
9	Subida	31.06	34.43	3.37	+573	-31	17.0%
10	Bajada	34.43	43.10	8.67	+183	-889	-10.3%

Miel de Palma Sky Maratón

km 0.00 a 6.40

6.40 km · +886 m · -31 m · 13.8% de media · D+ acumulado: 886 m

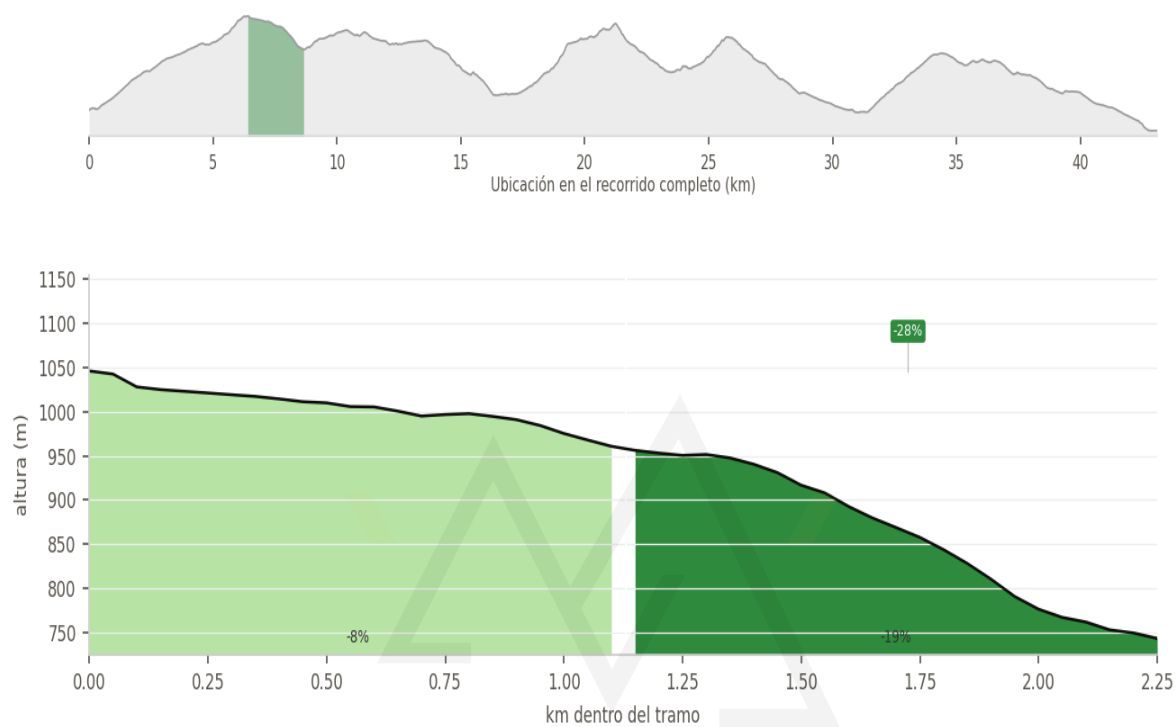


Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

Miel de Palma Sky Maratón

km 6.40 a 8.67

2.27 km · +5 m · -309 m · -13.6% de media · D+ acumulado: 891 m

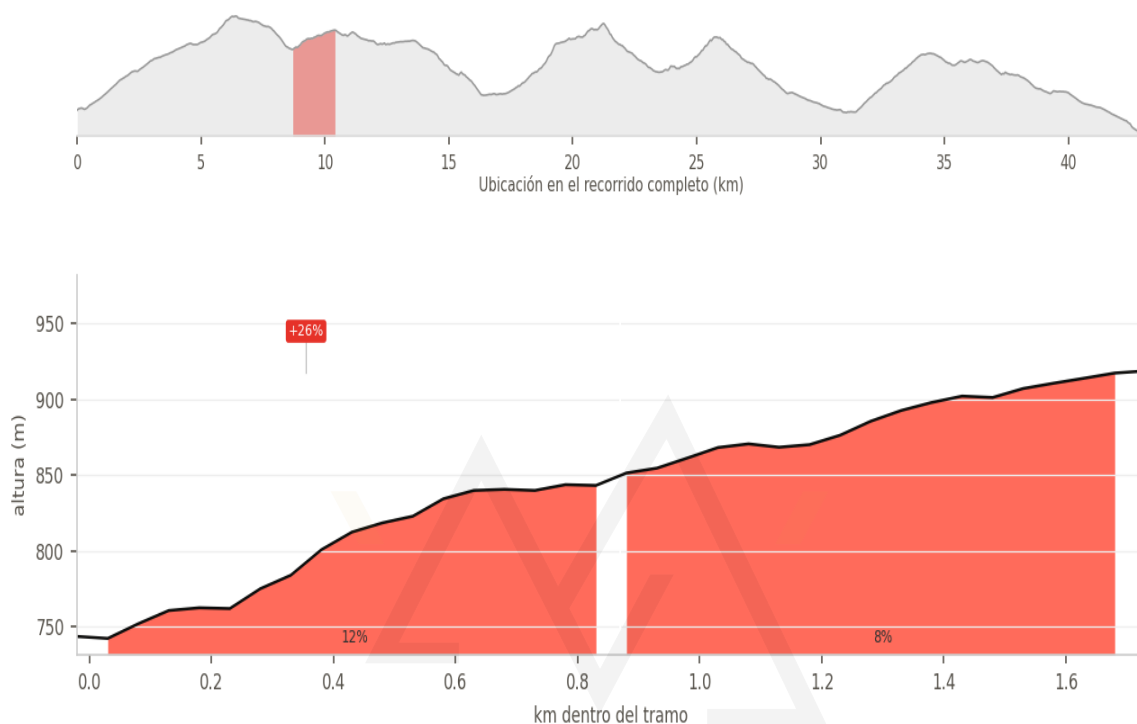


Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

Miel de Palma Sky Maratón

km 8.67 a 10.40

1.73 km · +195 m · -18 m · 11.2% de media · D+ acumulado: 1086 m

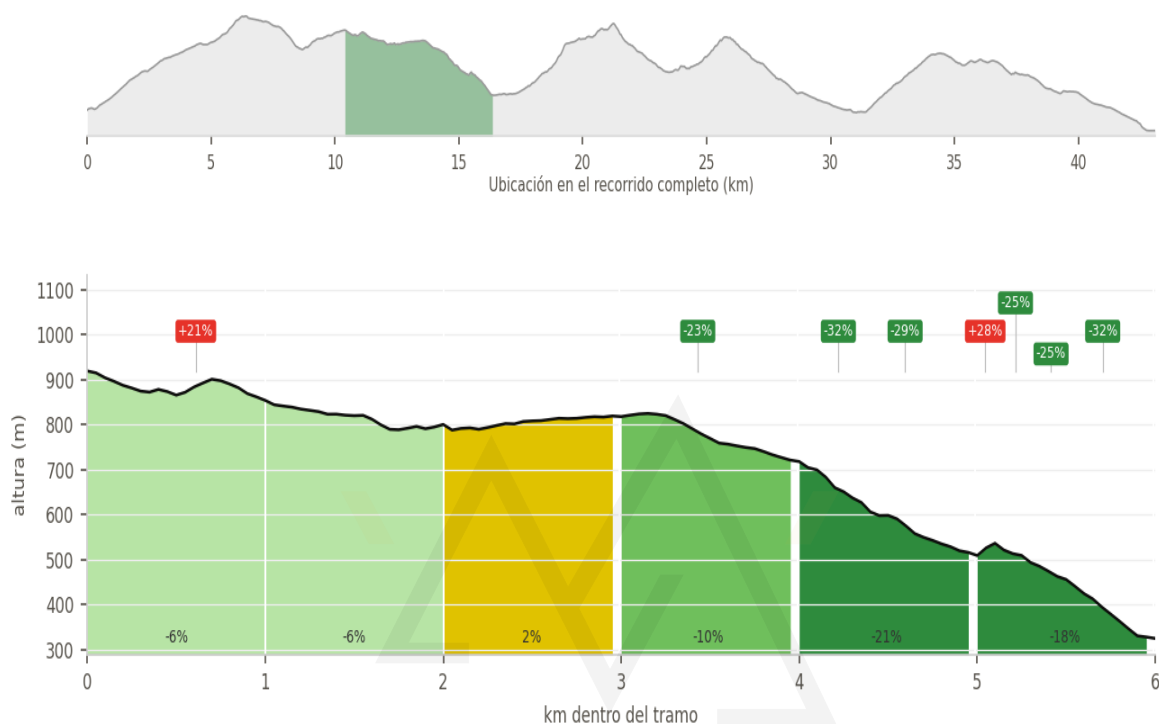


Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

Miel de Palma Sky Maratón

km 10.40 a 16.39

5.99 km · +181 m · -776 m · -13.0% de media · D+ acumulado: 1267 m

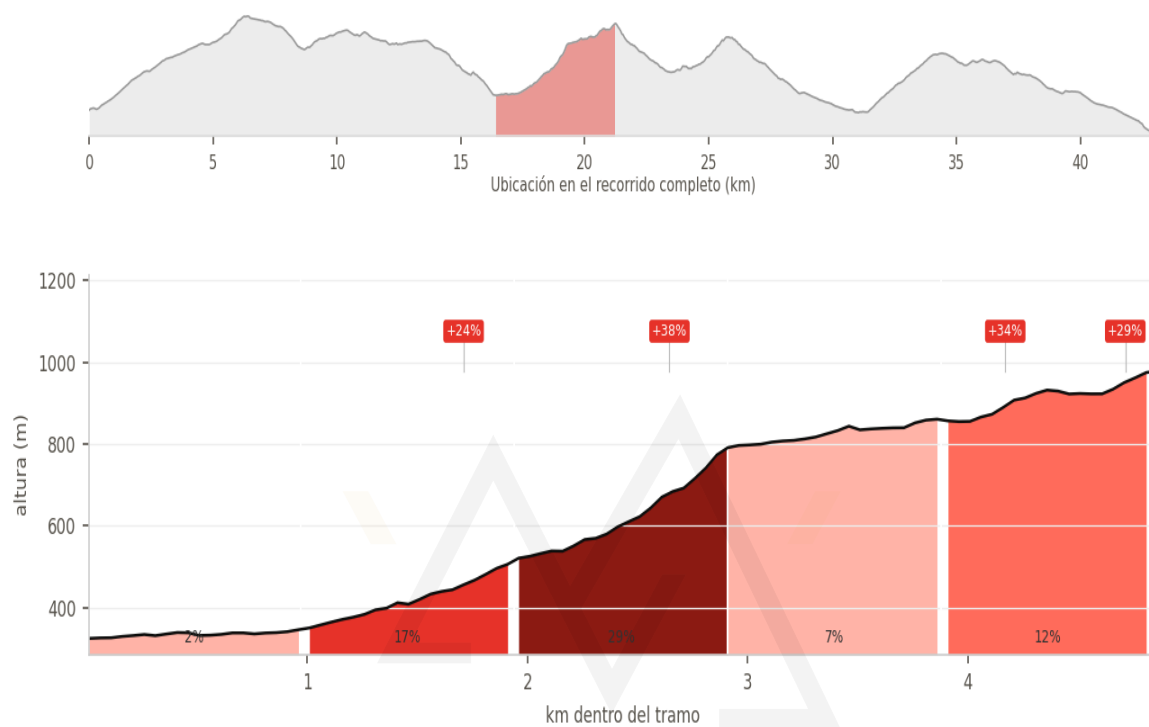


Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

Miel de Palma Sky Maratón

km 16.39 a 21.24

4.85 km · +758 m · -103 m · 15.6% de media · D+ acumulado: 2025 m

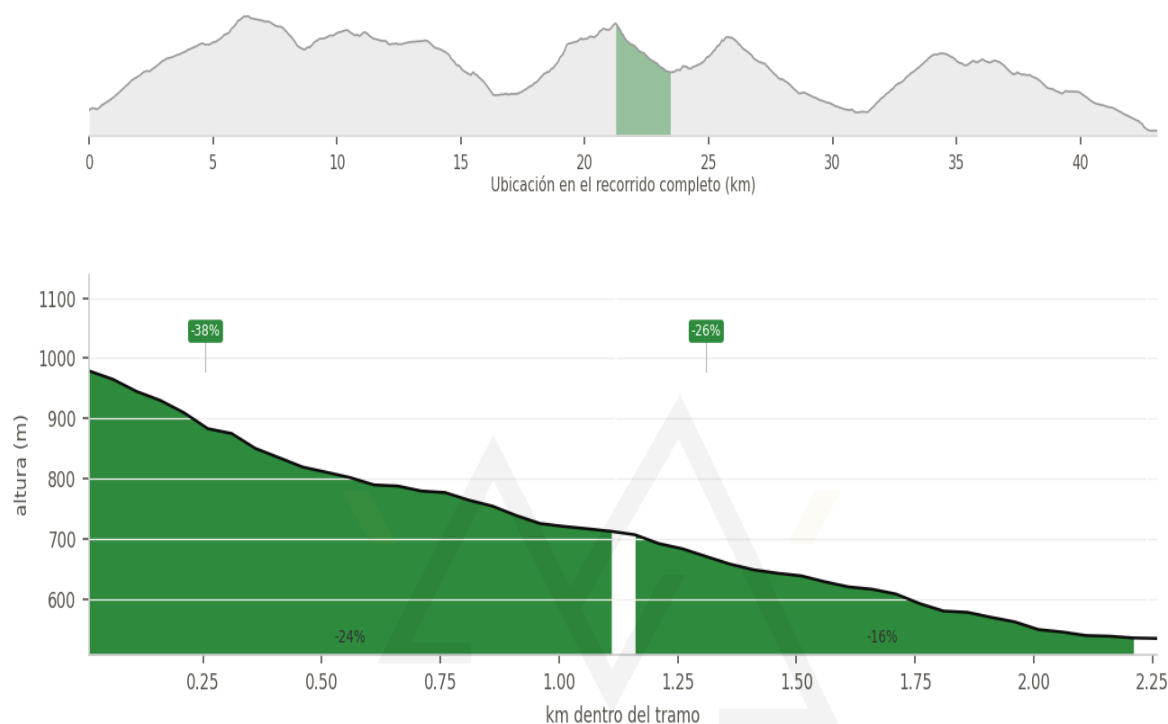


Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

Miel de Palma Sky Maratón

km 21.24 a 23.48

2.24 km · +23 m · -469 m · -20.9% de media · D+ acumulado: 2048 m

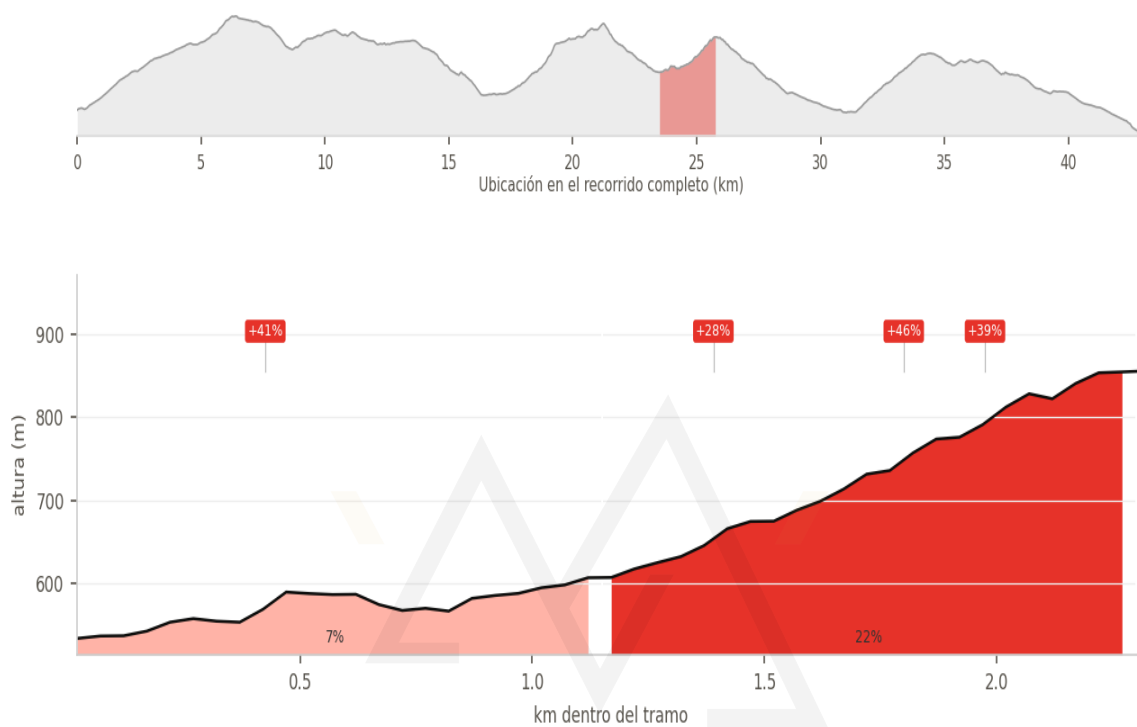


Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

Miel de Palma Sky Maratón

km 23.48 a 25.78

2.30 km · +406 m · -79 m · 17.7% de media · D+ acumulado: 2454 m

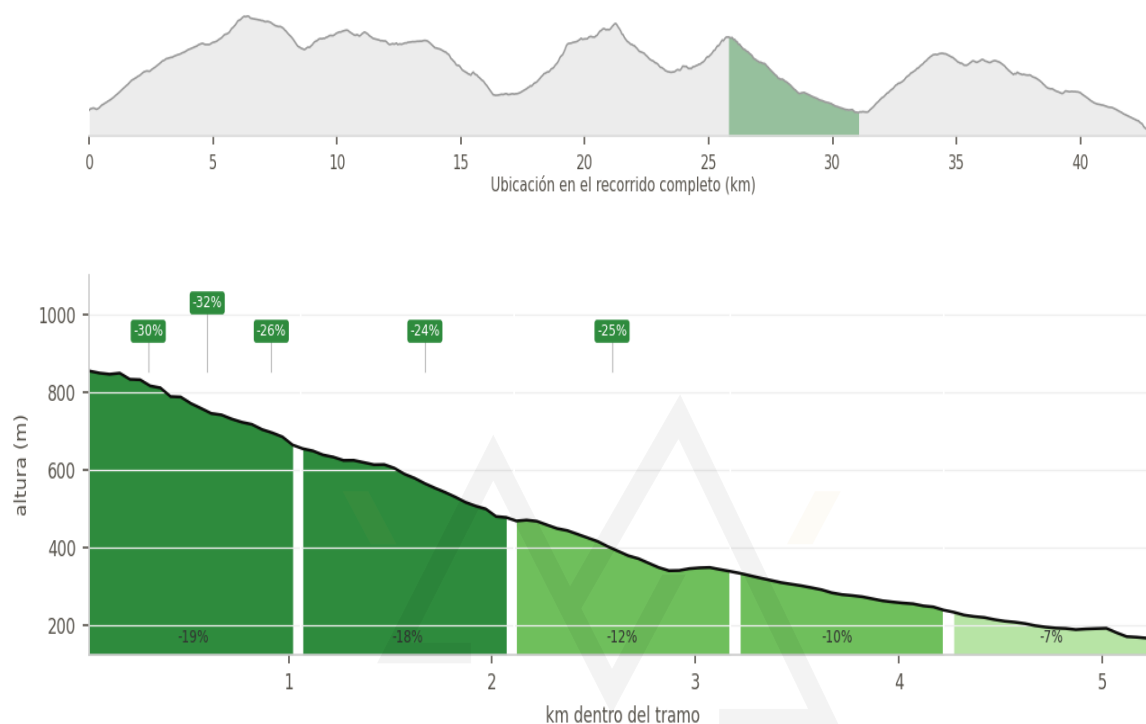


Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

Miel de Palma Sky Maratón

km 25.78 a 31.06

5.28 km · +95 m · -789 m · -14.9% de media · D+ acumulado: 2549 m

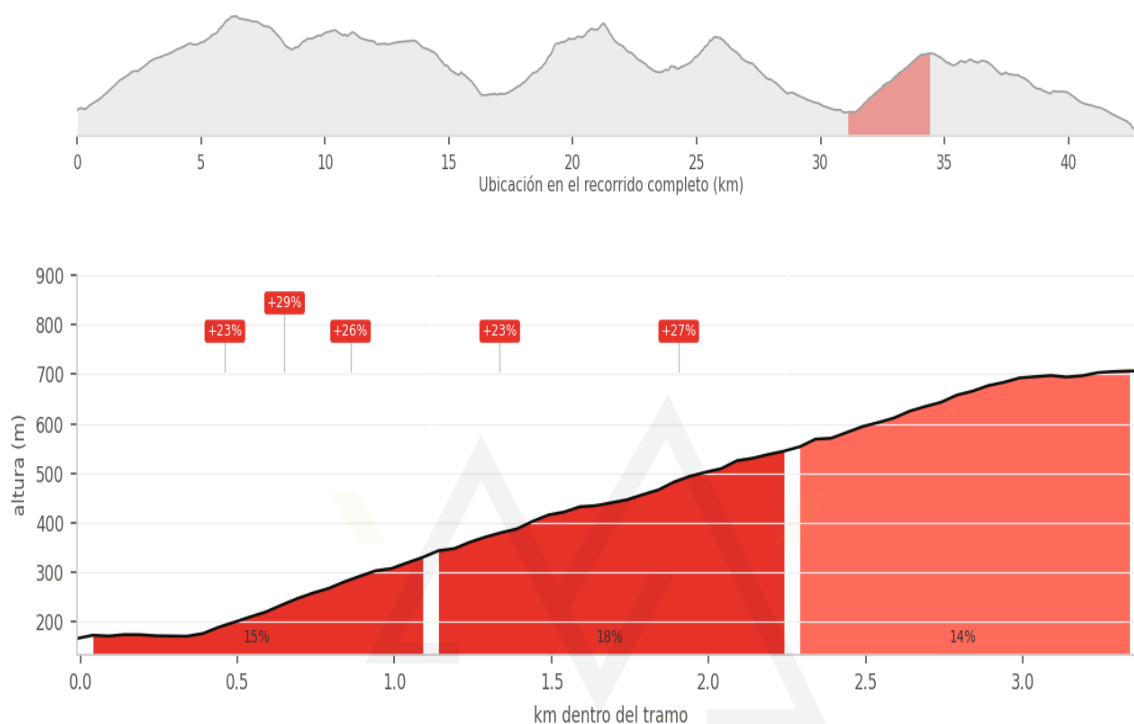


Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

Miel de Palma Sky Maratón

km 31.06 a 34.43

3.37 km · +573 m · -31 m · 17.0% de media · D+ acumulado: 3122 m

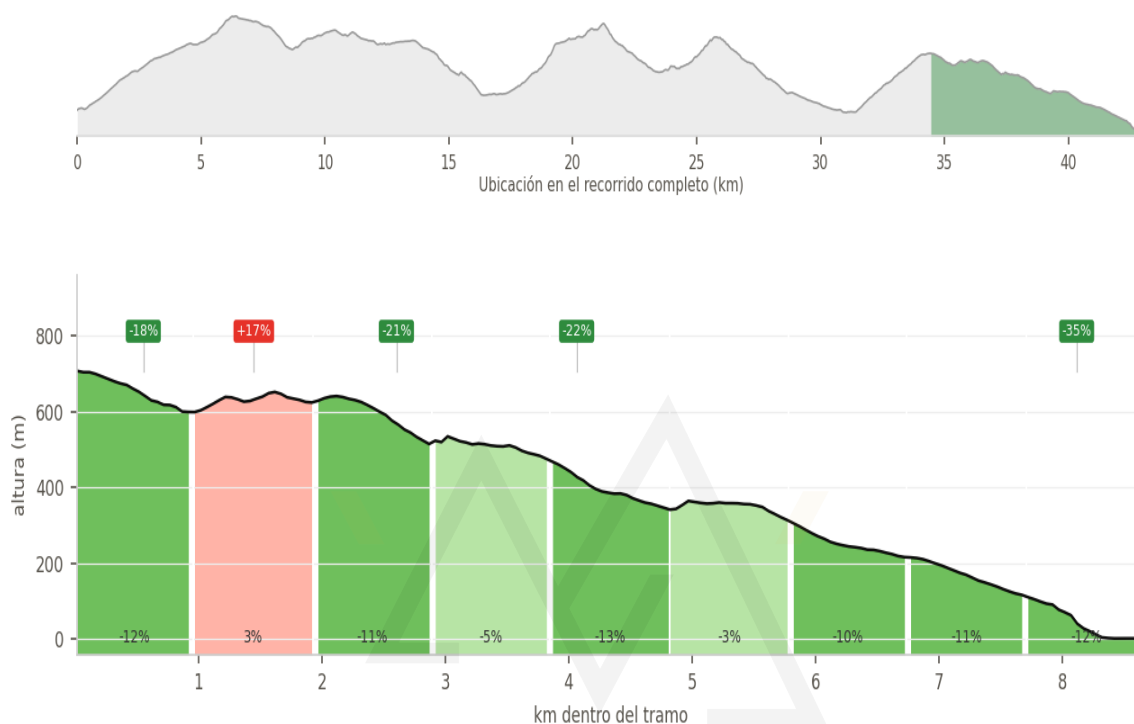


Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

Miel de Palma Sky Maratón

km 34.43 a 43.10

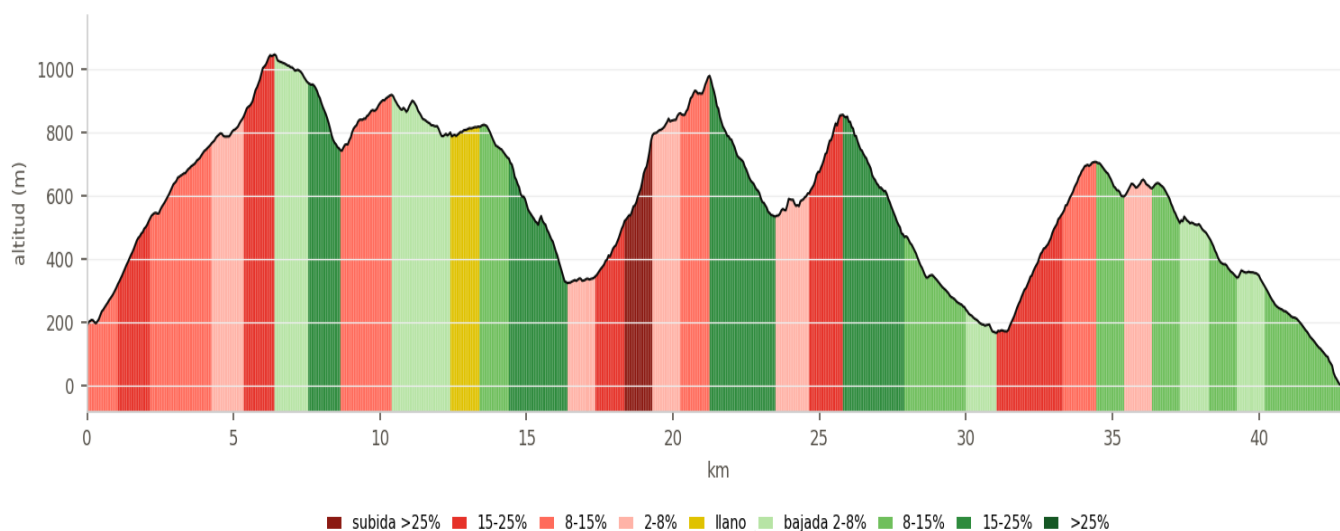
8.67 km · +183 m · -889 m · -10.3% de media · D+ acumulado: 3305 m



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

Miel de Palma Sky Maratón

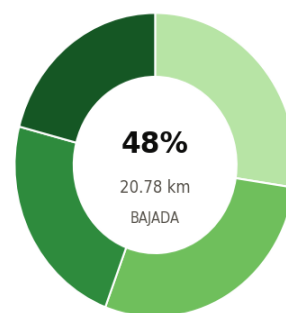
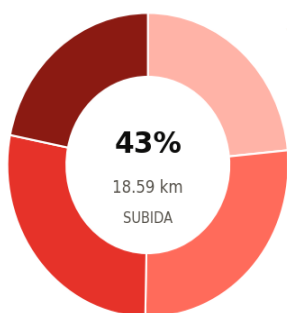
El recorrido completo coloreado según la pendiente de cada tramo.



CORRE MONTES.ES

Miel de Palma Sky Maratón

SUBIDAS		
>25%	4.06 km	9.4%
15-25%	5.18 km	12.0%
8-15%	4.99 km	11.6%
2-8%	4.36 km	10.1%
LLANO (<2%)		
-	3.73 km	8.7%
BAJADAS		
>25%	4.35 km	10.1%
15-25%	4.84 km	11.2%
8-15%	5.9 km	13.7%
2-8%	5.69 km	13.2%

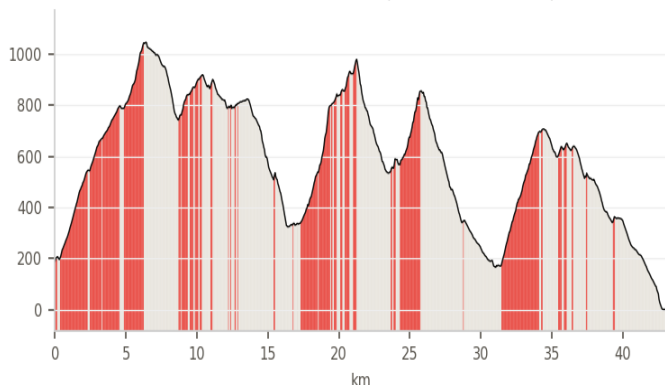


CORRE MONTES.ES

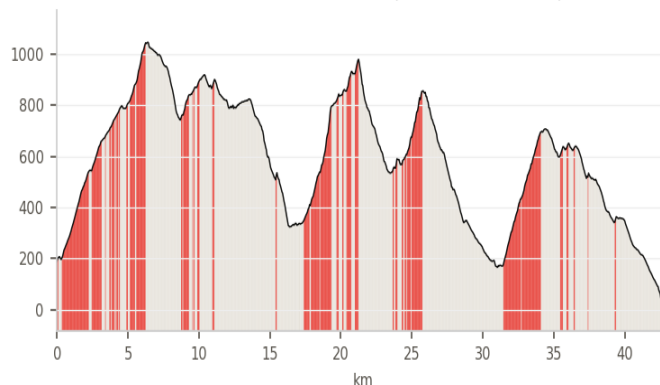
Miel de Palma Sky Maratón

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

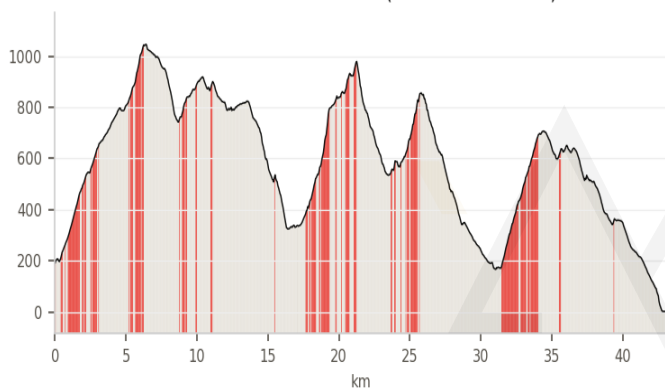
Más del 6% · 15.8 km (37% del recorrido)



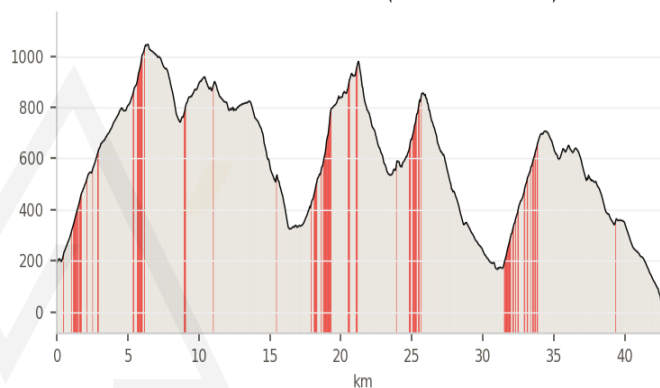
Más del 10% · 12.8 km (30% del recorrido)



Más del 15% · 8.7 km (20% del recorrido)



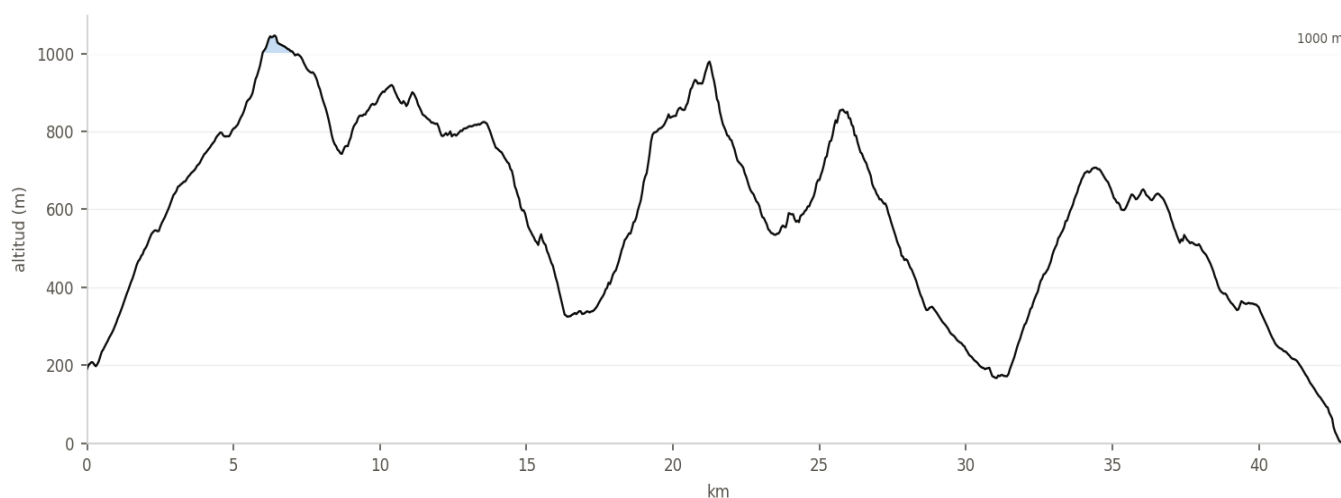
Más del 20% · 4.9 km (11% del recorrido)



CORRE MONTES.ES

Miel de Palma Sky Maratón

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



FRANJA DE ALTITUD	DISTANCIA	% DEL RECORRIDO
1000-1500 m	1.1 km	3%
0-1000 m	42.0 km	97%

CORRE MONTES.ES

Miel de Palma Sky Maratón

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	3h 50' 12"
950	4h 02' 19"
900	4h 15' 47"
850	4h 30' 49"
800	4h 47' 45"
750	5h 06' 56"
700	5h 28' 51"
650	5h 54' 09"
600	6h 23' 40"
550	6h 58' 33"
500	7h 40' 24"
450	8h 31' 33"
400	9h 35' 30"
350	10h 57' 43"
300	12h 47' 20"

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