

SALOMON MITJA PIRINEU

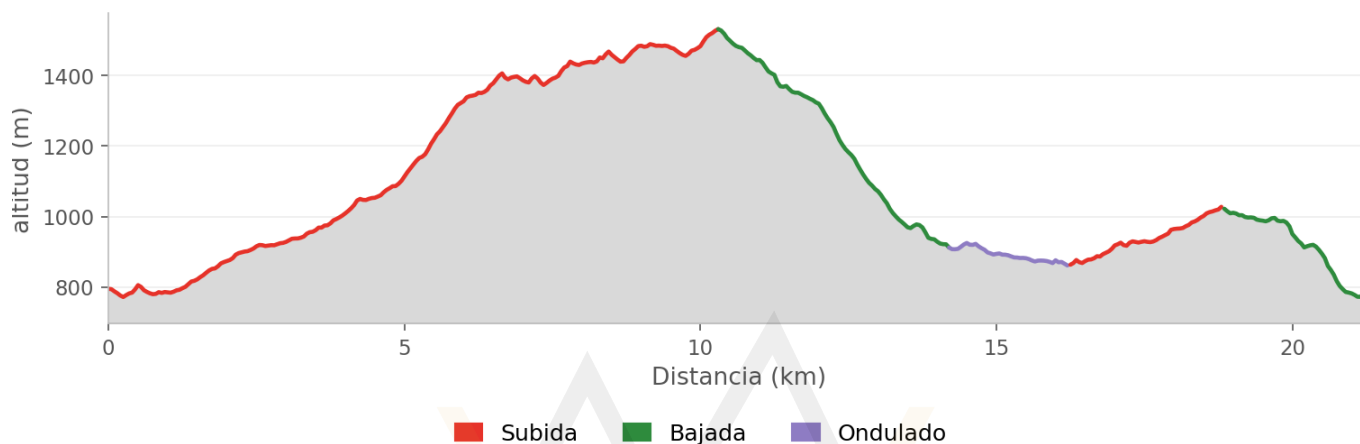
21.34 km · +1249 m · -1255 m

DUREZA: 58.5 m+/km · MEDIA



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.

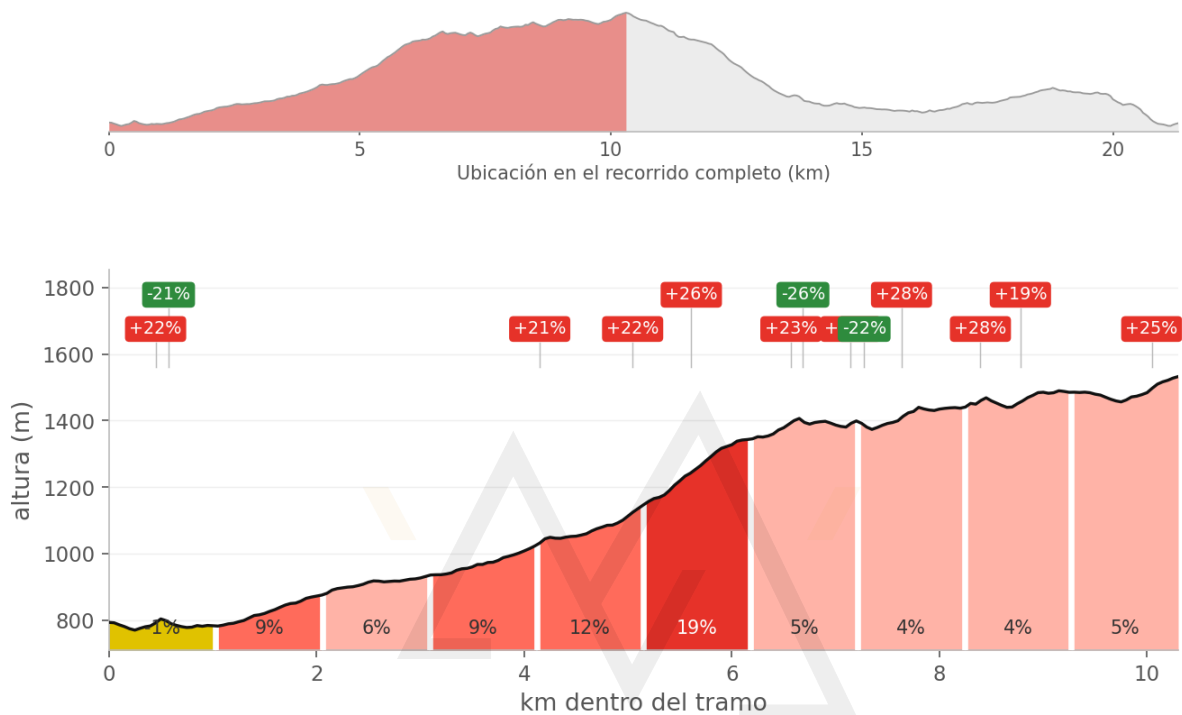


Tramos

#	Tipo	Del km	Al km	Long.	D+	D-	% medio
1	Subida	0.00	10.30	10.30	+953	-215	9.3%
2	Bajada	10.30	14.20	3.90	+15	-635	-16.3%
3	Ondulado	14.20	16.21	2.01	+43	-94	-2.5%
4	Subida	16.21	18.82	2.61	+194	-26	7.4%
5	Bajada	18.82	21.34	2.52	+44	-284	-11.3%

km 0.00 a 10.30

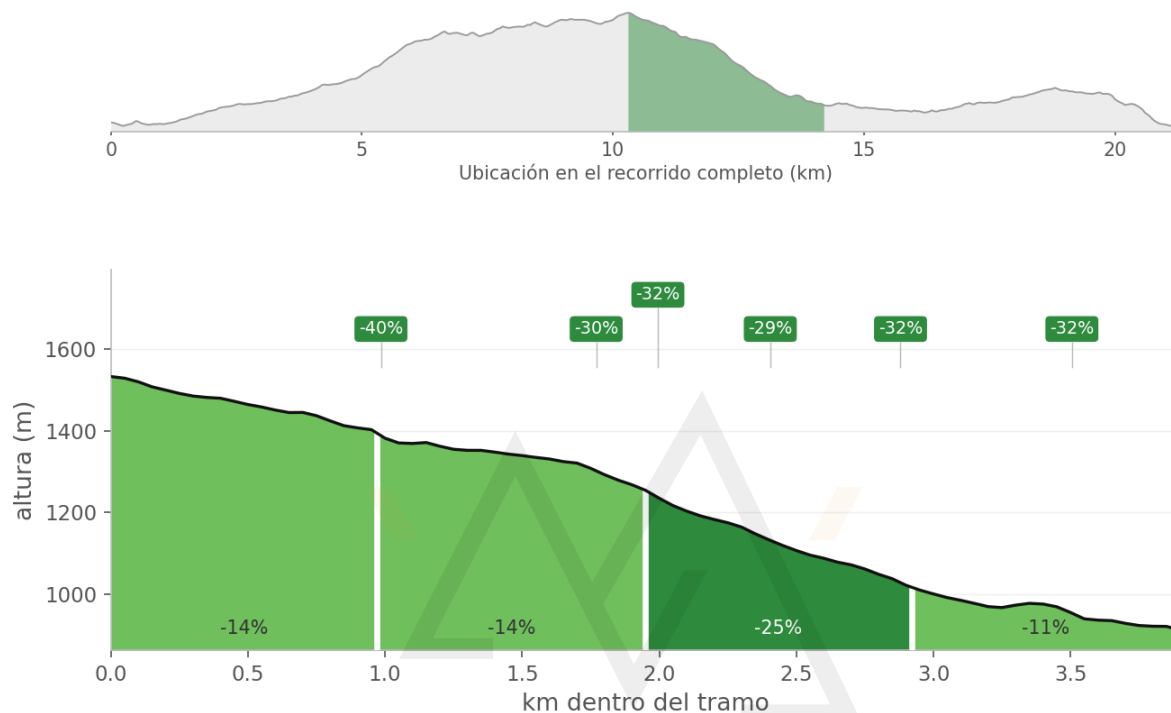
10.30 km · +953 m · -215 m · 9.3% de media · D+ acumulado: 953 m



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

km 10.30 a 14.20

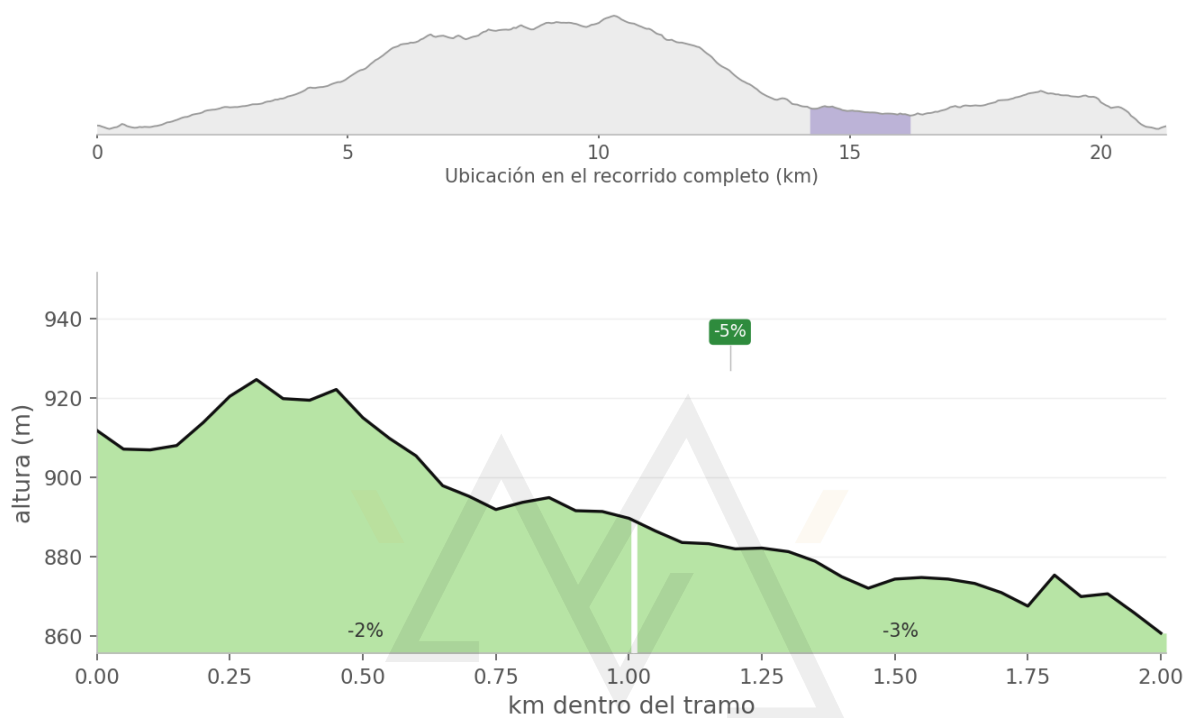
3.90 km · +15 m · -635 m · -16.3% de media · D+ acumulado: 968 m



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

km 14.20 a 16.21

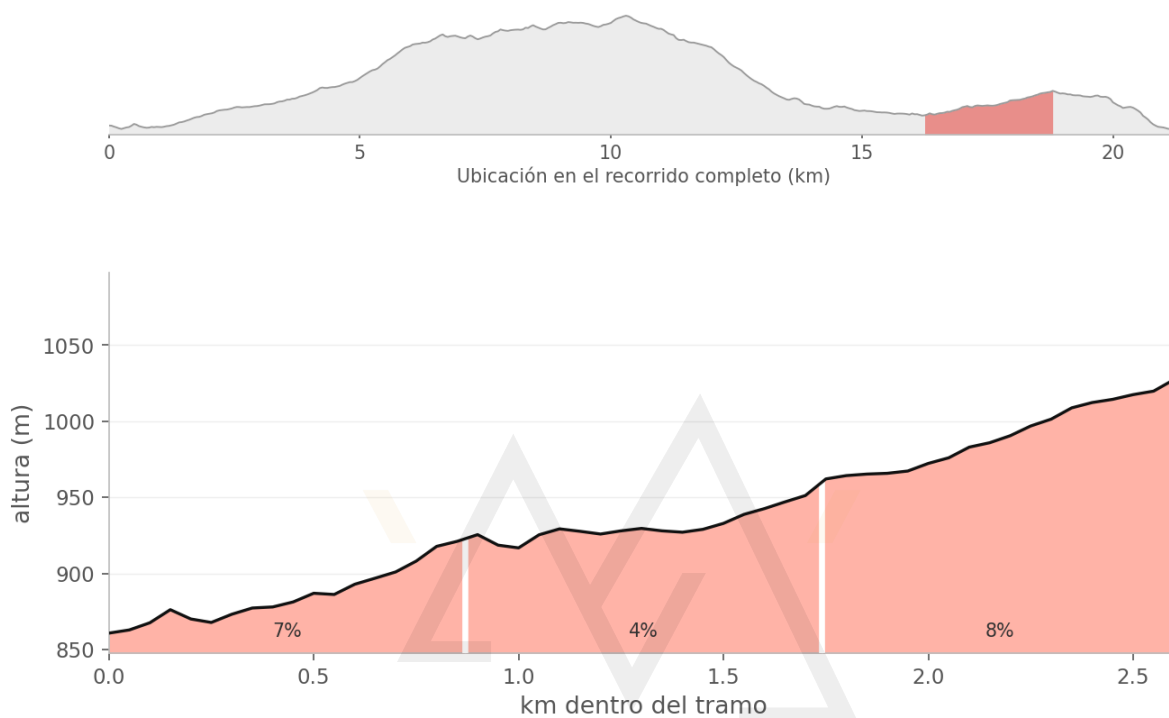
2.01 km · +43 m · -94 m · -2.5% de media · D+ acumulado: 1011 m



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

km 16.21 a 18.82

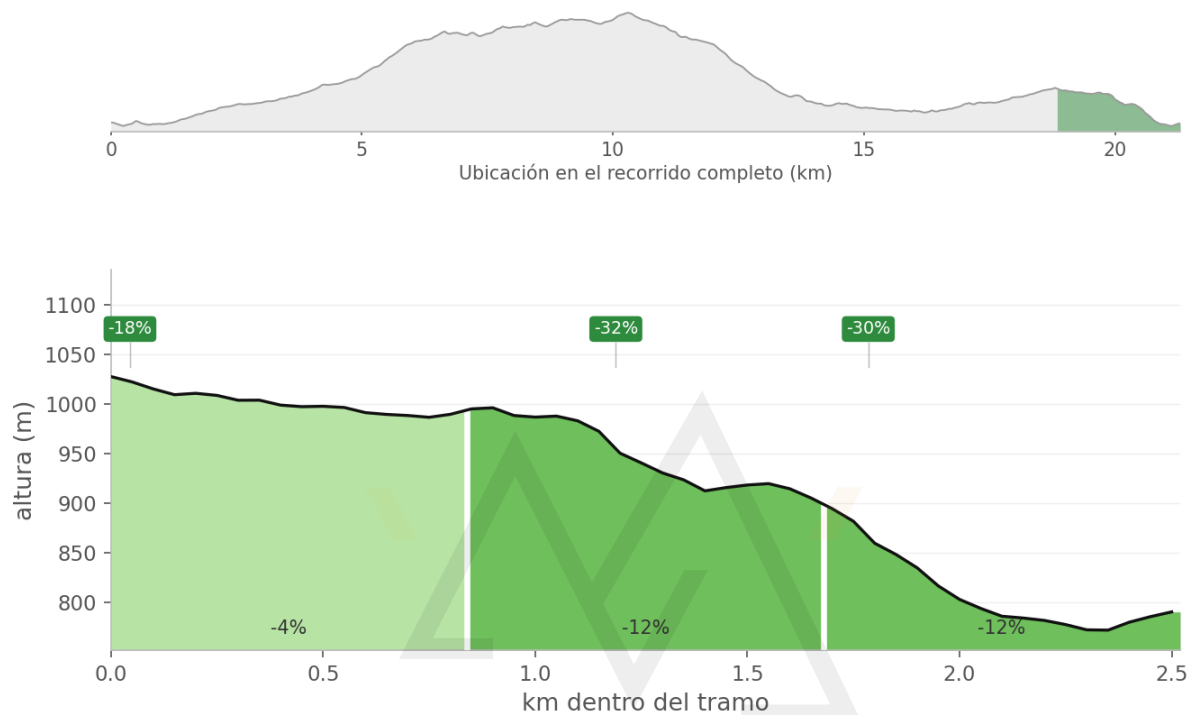
2.61 km · +194 m · -26 m · 7.4% de media · D+ acumulado: 1205 m



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

km 18.82 a 21.34

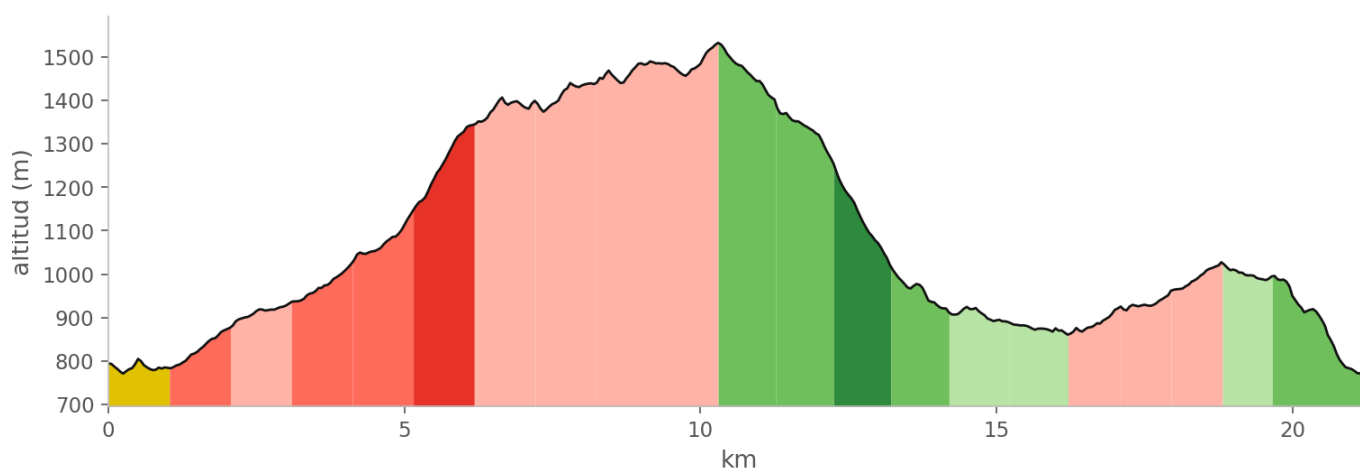
2.52 km · +44 m · -284 m · -11.3% de media · D+ acumulado: 1249 m



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

SALOMON MITJA PIRINEU

El recorrido completo coloreado según la pendiente de cada tramo.

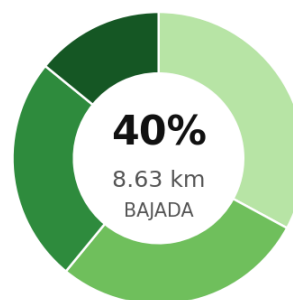
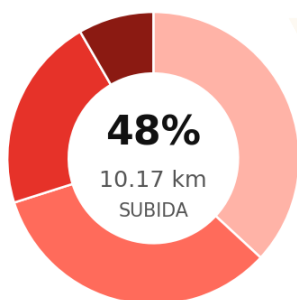


subida >25% 15-25% 8-15% 2-8% llano bajada 2-8% 8-15% 15-25% >25%

CORRE MONTES.ES

SALOMON MITJA PIRINEU

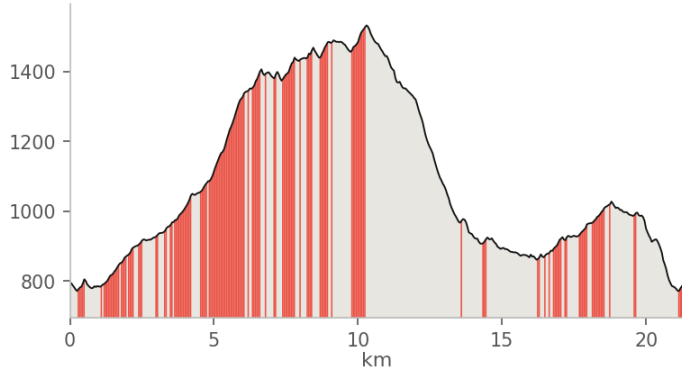
SUBIDAS		
>25%	0.85 km	4.0%
15-25%	2.19 km	10.3%
8-15%	3.38 km	15.8%
2-8%	3.75 km	17.6%
LLANO (<2%)		
-	2.54 km	11.9%
BAJADAS		
>25%	1.22 km	5.7%
15-25%	2.15 km	10.1%
8-15%	2.42 km	11.3%
2-8%	2.84 km	13.3%



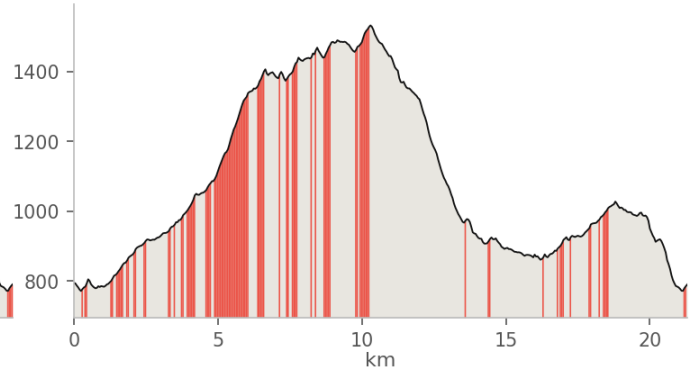
CORRE MONTES.ES

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

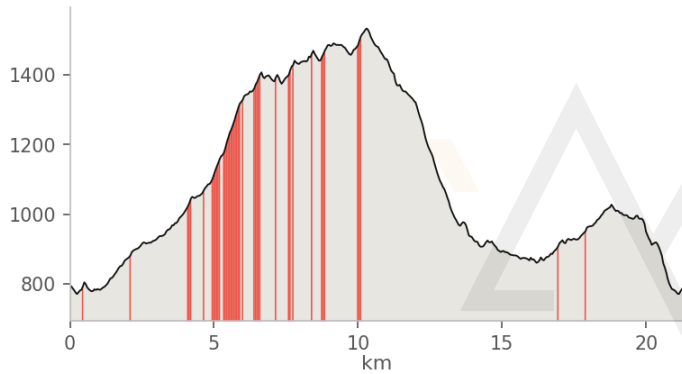
Más del 6% · 7.7 km (36% del recorrido)



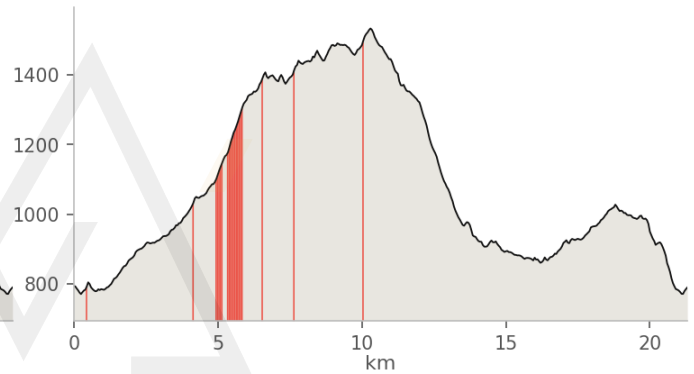
Más del 10% · 5.1 km (24% del recorrido)



Más del 15% · 2.2 km (10% del recorrido)



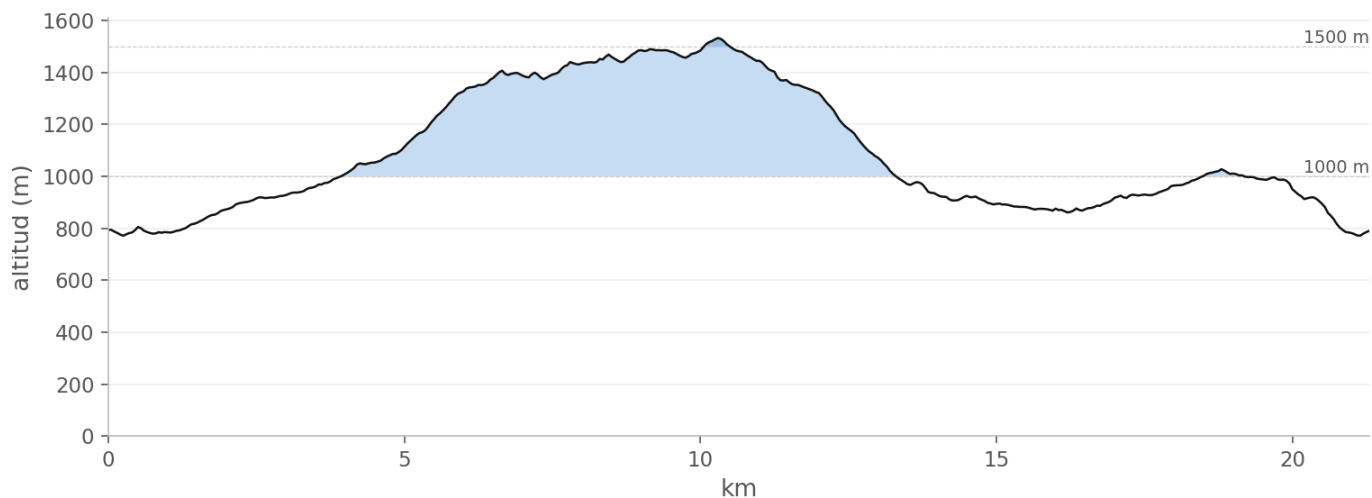
Más del 20% · 1.1 km (5% del recorrido)



CORRE MONTES.ES

SALOMON MITJA PIRINEU

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
1500-2000 m	0.4 km	2%
1000-1500 m	9.6 km	45%
0-1000 m	11.2 km	53%

CORRE MONTES.ES

SALOMON MITJA PIRINEU

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	1h 27' 57"
950	1h 32' 35"
900	1h 37' 44"
850	1h 43' 29"
800	1h 49' 57"
750	1h 57' 16"
700	2h 05' 39"
650	2h 15' 19"
600	2h 26' 35"
550	2h 39' 55"
500	2h 55' 55"
450	3h 15' 27"
400	3h 39' 53"
350	4h 11' 18"
300	4h 53' 11"

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