CORREMONTES.ES · ANÁLISIS DE RECORRIDO

TRAIL LA CANGREXA

14.70 km · +651 m · -632 m

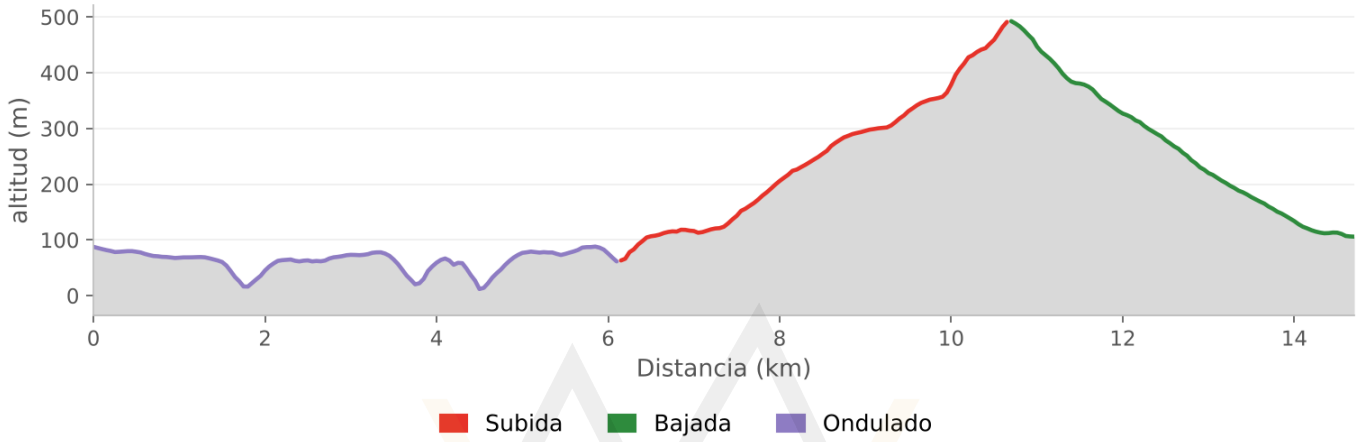
CORRE MONTES.ES

DUREZA: 44.3 m+/km · BAJA

Baja | Media | Alta | 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.



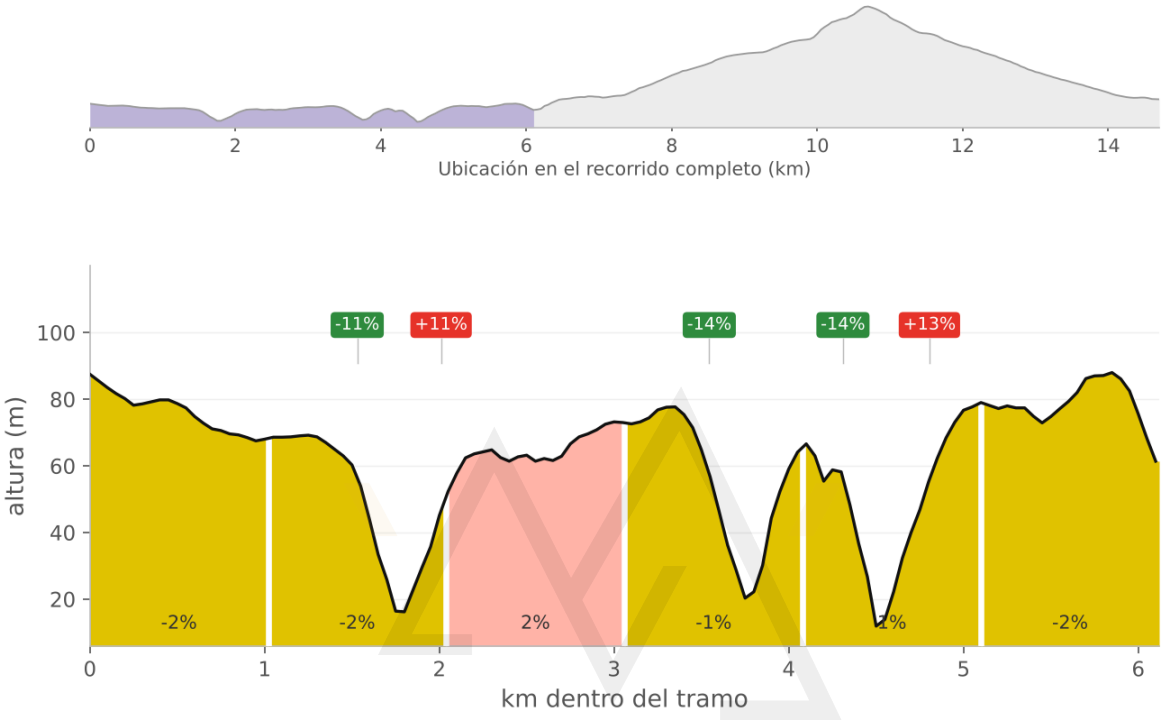
Tramos

#	Tipo	Del km	Al km	Long.	D+	D-	% medio
1	Ondulado	0.00	6.12	6.12	+211	-237	-0.4%
2	Subida	6.12	10.67	4.55	+438	-7	9.6%
3	Bajada	10.67	14.70	4.03	+2	-389	-9.6%

TRAIL LA CANGREXA

km 0.00 a 6.12

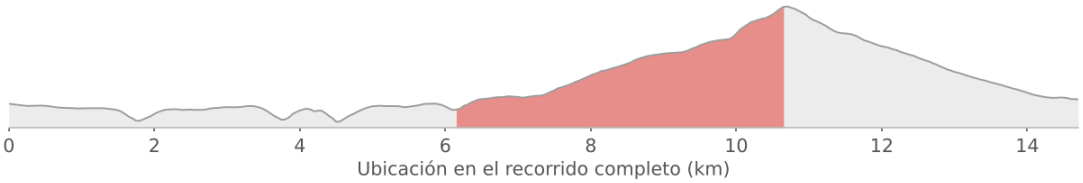
6.12 km · +211 m · -237 m · -0.4% de media · D+ acumulado: 211 m

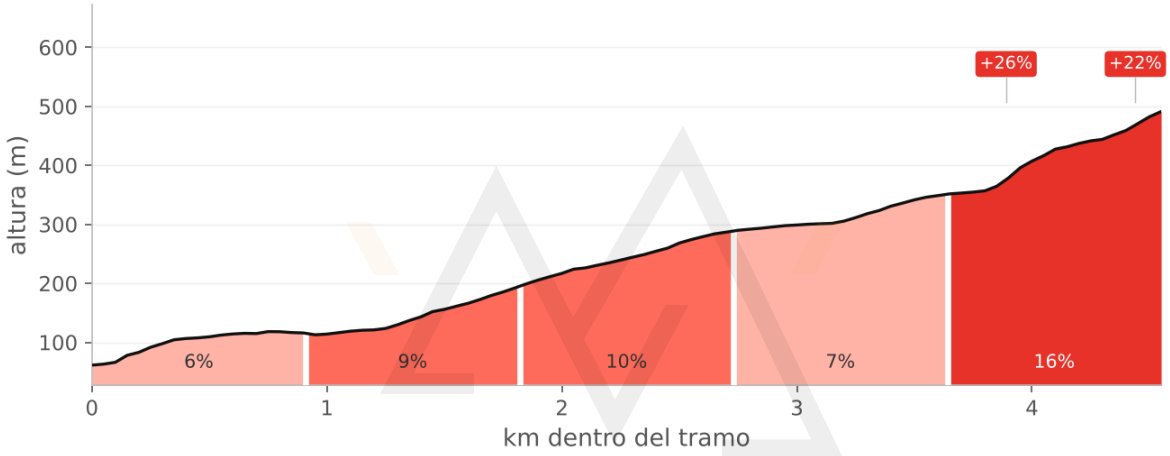


Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

km 6.12 a 10.67

4.55 km · +438 m · -7 m · 9.6% de media · D+ acumulado: 649 m



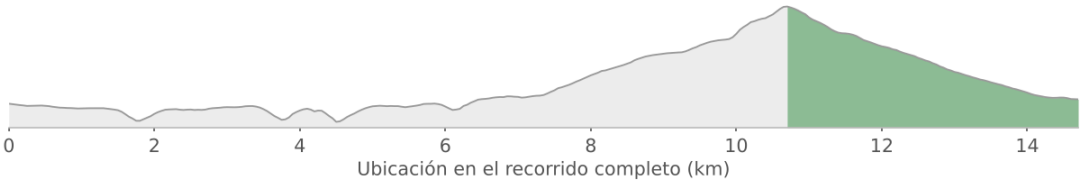


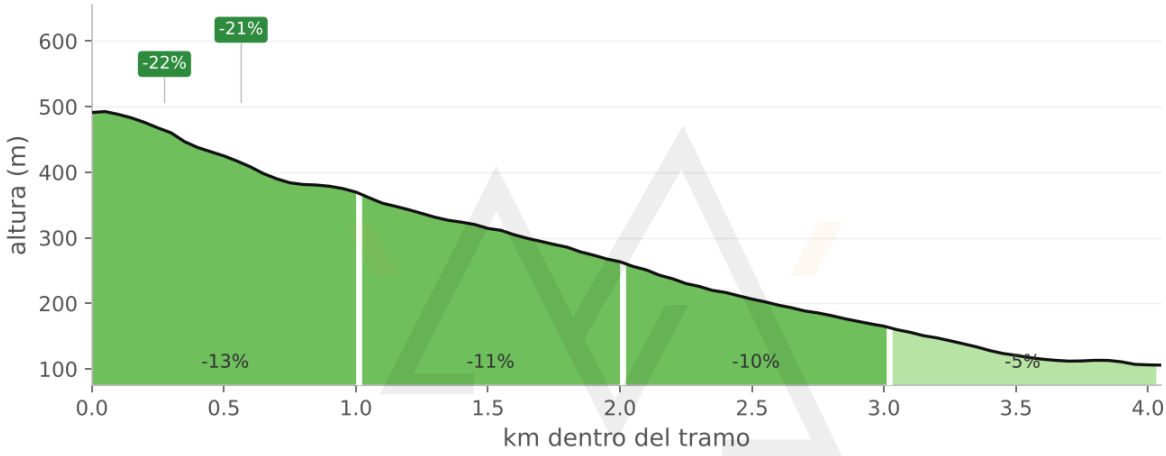
Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

CORRE MONTES.ES

km 10.67 a 14.70

4.03 km · +2 m · -389 m · -9.6% de media · D+ acumulado: 651 m



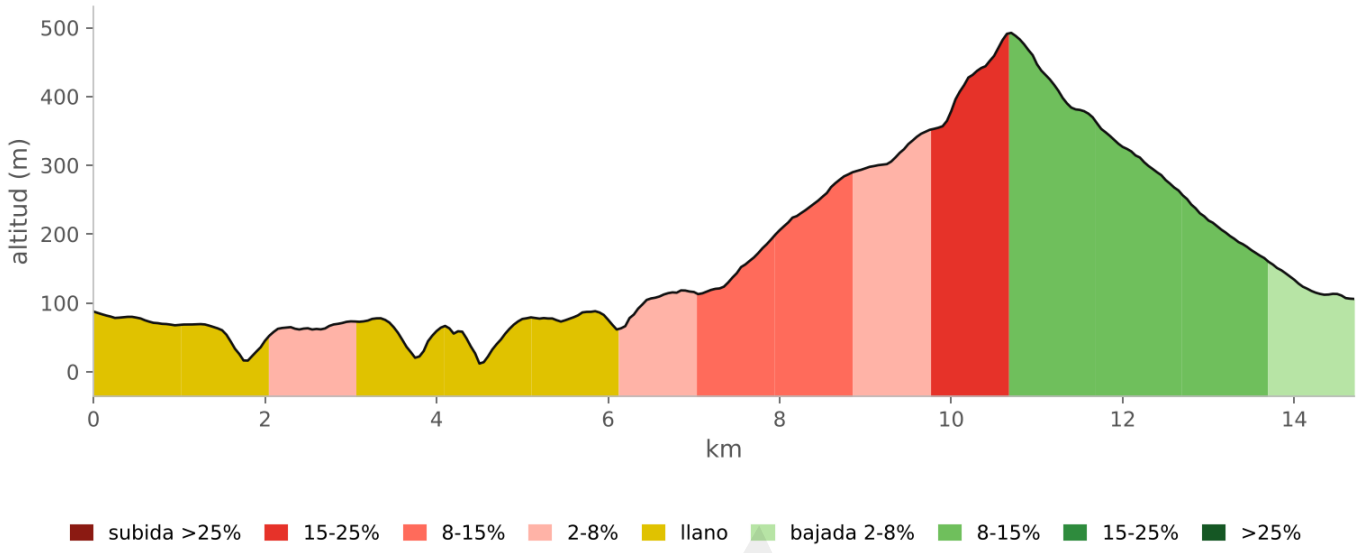


Las pastillas de color son los repechos destacados; el número dentro de cada banda es la media de ese kilómetro.

CORRE MONTES.ES

TRAIL LA CANGREXA

El recorrido completo coloreado según la pendiente de cada tramo.

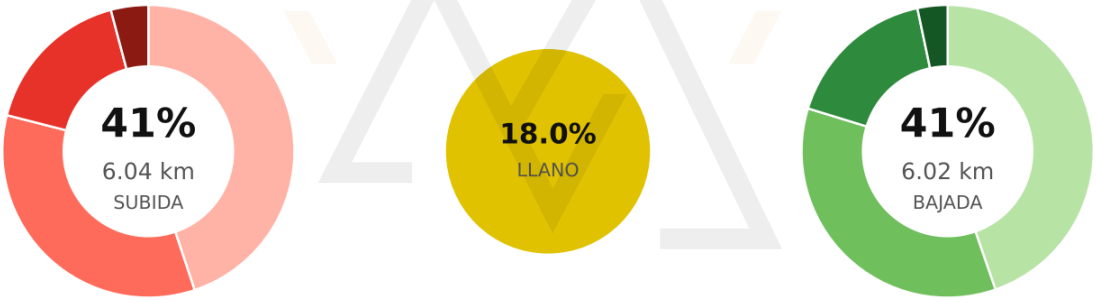


subida >25% | 15-25% | 8-15% | 2-8% | llano | bajada 2-8% | 8-15% | 15-25% | >25%

TRAIL LA CANGREXA

CORRE|MONTES.ES

SUBIDAS		
>25%	0.25 km	1.7%
15-25%	1.02 km	6.9%
8-15%	2.06 km	14.0%
2-8%	2.71 km	18.4%
LLANO (<2%)		
-	2.64 km	18.0%
BAJADAS		
>25%	0.20 km	1.4%
15-25%	1.02 km	6.9%
8-15%	2.11 km	14.4%
2-8%	2.69 km	18.3%

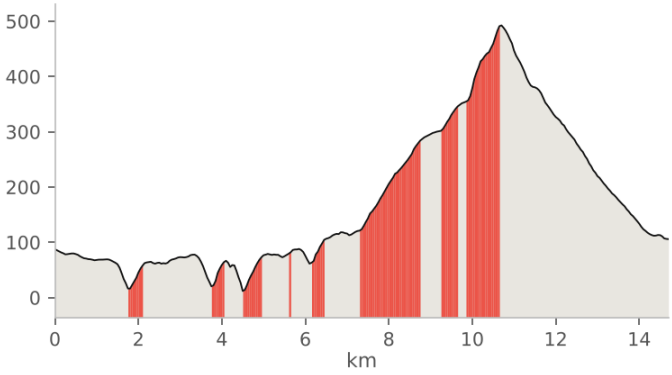


CORRE|MONTES.ES

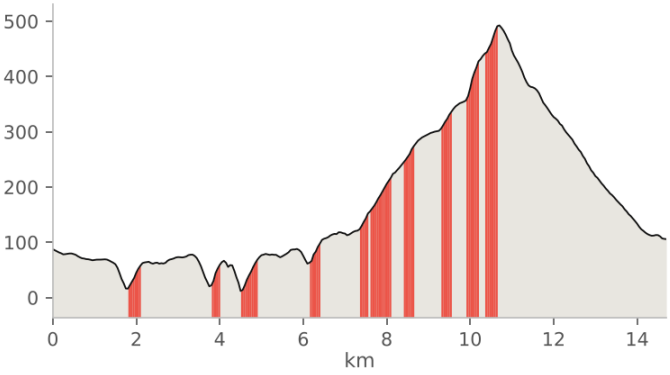
TRAIL LA CANGREXA

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

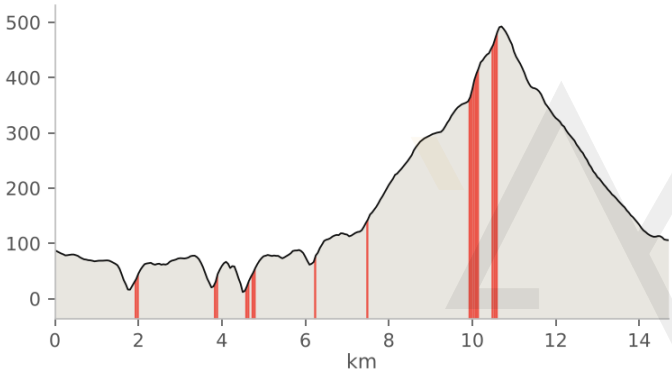
Más del 6% · 4.1 km (28% del recorrido)



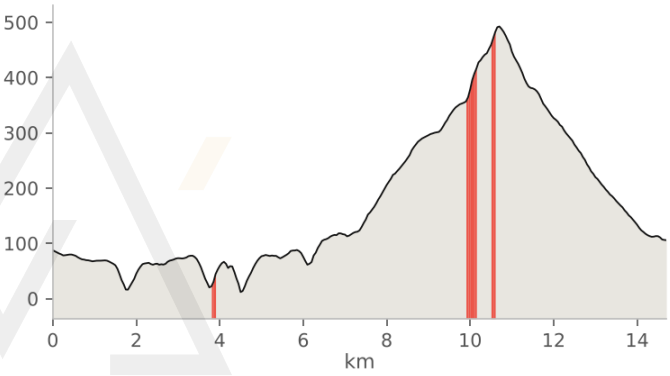
Más del 10% · 3.0 km (20% del recorrido)



Más del 15% · 0.9 km (6% del recorrido)



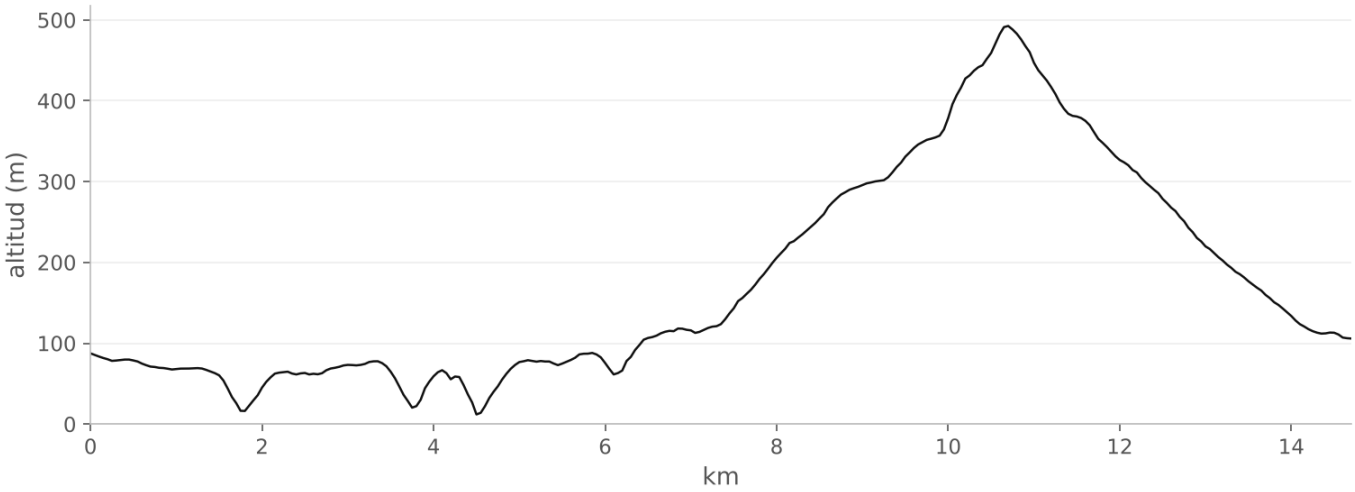
Más del 20% · 0.4 km (3% del recorrido)



CORRE|MONTES.ES

TRAIL LA CANGREXA

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
0-1000 m	14.7 km	100%

Todo el recorrido va por debajo de los 1.000 m (cota máxima: 492 m).

TRAIL LA CANGREXA

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	51' 49"
950	54' 33"
900	57' 35"
850	1h 00' 58"
800	1h 04' 46"
750	1h 09' 06"
700	1h 14' 02"
650	1h 19' 43"
600	1h 26' 22"
550	1h 34' 13"
500	1h 43' 38"
450	1h 55' 09"
400	2h 09' 33"
350	2h 28' 03"
300	2h 52' 44"

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