

TABELLA DI MARCIA MEDIOFONDO

				Velocità media totale				
KM				15	20	25	30	35
Altezza	Località	Percorsi	Mancanti	Ora passaggio				
534	CUNEO P.za Galimberti	PARTENZA		7:00	7:00	7:00	7:00	7:00
570	Bernezzo	9	102	7:30	7:27	7:22	7:15	7:12
575	Caraglio (centro)	12	99	7:42	7:36	7:29	7:21	7:18
642	Valgrana	16	95	7:54	7:48	7:35	7:27	7:23
720	Monterosso	21	90	8:12	8:03	7:50	7:36	7:30
824	Pradleves	26	85	8:20	8:18	8:02	7:40	7:34
1.523	Campomolino	33	78	8:56	8:39	8:19	7:58	7:49
2.481	Colle Fauniera	49	62	11:14	9:27	8:58	9:07	8:48
780	Demonte	71	40	12:20	10:33	9:50	9:40	9:17
740	Festiona	78	33	12:44	10:54	10:07	9:52	9:27
1.310	Madonna Colletto	85	26	13:40	11:15	10:24	10:20	9:51
774	Valdieri	91	20	14:00	11:33	10:38	10:30	10:00
635	Borgo S.Dalmazzo	102	9	14:20	12:06	11:05	10:40	10:08
534	CUNEO P. Galimberti	ARRIVO		14:40	12:33	11:26	10:50	10:17
		111,00	Tempo totale	7:40	5:33	4:26	3:50	3:17