

GRAN FONDO UNIONE COMUNI VAL VIBRATA

TABELLA DI MARCIA · MEDIO FONDO · KM 90,4 · DISLIVELLO 1.230 M · TEMPO MASSIMO 4:30

Orari di passaggio a velocità media costante, dalla partenza delle 09:00, arrotondati al minuto.

Località	Km	Al traguardo	20 km/h	25 km/h	30 km/h	35 km/h	40 km/h
Controguerra Partenza	0,0	90,4	9:00	9:00	9:00	9:00	9:00
Pignotto	2,1	88,3	9:06	9:05	9:04	9:04	9:03
Scuole Ravigliano	8,9	81,5	9:27	9:21	9:18	9:15	9:13
Croce di Ravigliano	10,9	79,5	9:33	9:26	9:22	9:19	9:16
Corropoli	11,8	78,6	9:35	9:28	9:24	9:20	9:18
Vibrata	13,8	76,6	9:41	9:33	9:28	9:24	9:21
Colle Luna	18,4	72,0	9:55	9:44	9:37	9:32	9:28
Antonini	21,2	69,2	10:04	9:51	9:42	9:36	9:32
Cavatassi	22,1	68,3	10:06	9:53	9:44	9:38	9:33
Mediana	35,2	55,2	10:45	10:24	10:10	10:00	9:53
Favale	39,1	51,3	10:57	10:34	10:18	10:07	9:59
Santa Croce	40,5	49,9	11:02	10:37	10:21	10:09	10:01
Sant'Eurosia	42,8	47,6	11:09	10:43	10:26	10:13	10:04
Borrano	45,3	45,1	11:16	10:49	10:31	10:18	10:08
Civitella del Tronto	49,2	41,2	11:28	10:58	10:38	10:24	10:14
Bivio Risteccio	55,4	35,0	11:46	11:13	10:51	10:35	10:23
Sant'Antonio	63,2	27,2	12:10	11:32	11:06	10:48	10:35
Contrada Certosa	68,3	22,1	12:25	11:44	11:17	10:57	10:42
Caselle	71,6	18,8	12:35	11:52	11:23	11:03	10:47
Bonifica	73,2	17,2	12:39	11:56	11:26	11:05	10:50
Controguerra Arrivo	90,4	0,0	13:31	12:37	12:01	11:35	11:16