



ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ 57km 2017

-Στο 8^ο χιλιόμετρο συναντάμε το πρώτο μονοπάτι του αγώνα, θα πρέπει να δοθεί προσοχή στην ολισθηρότητα του εδάφους στο πρώτο μισό του κυρίως.

-Από το 19^ο και μέχρι το 21^ο χιλιόμετρο ο ανηφορικός δρόμος είναι αρκετά διαβρωμένος, οπότε επιλέγουμε προσεκτικά τα πατήματα μας για να μην χάνουμε ρυθμό, μάλιστα σε ένα κομμάτι το βέλτιστο πάτημα είναι διακριτικά σημειωμένο με σπρέι στο έδαφος.

-Στο 22^ο -23^ο χιλιομέτρων υπάρχουν πολύ έντονες ανηφορικές κλίσεις!

-Μετά το 23^ο χιλιόμετρο ακολουθεί το τρίτο και νέο μονοπάτι, είμαστε ιδιαίτερα προσεκτικοί με τη σήμανση, καθότι είναι σχετικά απάτητο

-Στα 24,5 χιλιόμετρα χωρίζουν οι διαδρομές

-Στο 31^ο χιλιόμετρο υπάρχουν έντονες ανηφορικές κλίσεις.

-Στο 33^ο χιλιόμετρο συναντάμε το 4^ο μονοπάτι του αγώνα, το οποία απαιτεί προσοχή στο μέσον του.

-Από το 38^ο χιλιόμετρο και μετά σε όποια ρέματα δεν έχουν γεφυράκια, η βέλτιστη πορεία για να τα διασχίσουμε είναι σημειωμένη με σπρέι.

*Αδιάβροχο λάδι αλυσίδας είναι απαραίτητο!

Σταθμοί ανεφοδιασμού στις χιλιομετρικές θέσεις: 10 km / 22 km / 33km / 44km / 50km

*Οποιοσδήποτε πιαστεί να πετά απορρίμματα εντός της διαδρομής θα ακυρώνεται!!