XII TRAIL ADAPTADO LOS 10.000 DEL SOPLAO - CON MOVILIDAD REDUCIDA | 9.8 km (+88 m / -83 m)

PUNTO CONTROL	ICONOS	T. CORTE	CIERRE AVIT.	CARRETERA	OBSERVACIONES	KM	FALTAN	+D (m)	-D (m)	1 km/h	2 km/h	3 km/h	4 km/h	5 km/h	6 km/h	7 km/h	8 km/h
CABEZÓN DE LA SAL						0.00	9.76	0	0	08:00	08:00	08:00	08:00	08:00	08:00	08:00	08:00
CARREJO	•			CA-180		2.00	7.76	59	59	10:00	09:00	08:40	08:30	08:24	08:20	08:17	08:15
PUENTE DE MADERA	•					3.85	5.91	71	65	11:51	09:55	09:17	08:57	08:46	08:38	08:33	08:28
MAZCUERRAS						5.00	4.76	81	69	13:00	10:30	09:40	09:15	09:00	08:50	08:42	08:37
PUENTE DE MADERA	•					6.25	3.51	88	80	14:15	11:07	10:05	09:33	09:15	09:02	08:53	08:46
CARREJO	•			CA-180		8.05	1.71	88	84	16:03	12:01	10:41	10:00	09:36	09:20	09:09	09:00
CABEZÓN DE LA SAL		22:00 H				9.76	0.00	88	83	17:45	12:52	11:15	10:26	09:57	09:37	09:23	09:13