

INFORMACIÓ ETAPES ONCODINES TRAIL 2022

RECORREGUT S



RECORREGUT S – Caminant | **9** etapes – **61,6** km – **1.550** m desnivell positiu

Etapa	Inici	Final	km parcials	km acum.	Avituallament final d'etapa	hora obert	hora tancat	Desnivell + positiu	Desnivell - negatiu
1	Granollers	Mil Pins	6,5	6,5	Líquid, Dolç	7.00	10.00	+57 m	-9 m
2	Milpins	La Garriga	9,9	16,4	Esmorzar	8.30	12.00	+160 m	-124 m
3	La Garriga	El Figaró	7,6	24,0	Líquid, Fruita, Snacks	10.30	14.00	+94 m	-20 m
4	El Figaró	Puiggraciós	6,5	30,5	Líquid, Fruita, Snacks	12.30	16.15	+433 m	-68 m
5	Puiggraciós	L'Ametlla del Vallès	6,5	37,0	Dinar	14.00	17.00	+22 m	-417 m
6	L'Ametlla del Vallès	Santa Eulàlia	5,7	42,7	Líquid, Fruita, Snacks	14.15	18.00	+92 m	-142 m
7	Santa Eulàlia	Castell de Montbui	4,7	47,4	Líquid, Fruita, Snacks	15.45	19.30	+285 m	-0 m
8	Castell de Montbui	Caldes de Montbui	4,7	52,1	Berenar	16.30	20.00	+0 m	-322 m
9	Caldes de Montbui	Sant Feliu de Codines	9,5	61,6	Sopar	17.00	23.00	+394 m	-131 m