Marschtabelle Family Trail 5K / 3K

5K: 5,4 km · 305 Hm / 3K: 3,1 km · 106 Hm · Start So 10:00

		kumuliert				Abschnitt			Zeitlimit			
Nr.	**Labestation**	**Höhe**	**km**	**D+**	**D–**	**km**	**D+**	**D–**	**Zeit/km**	**km/h**	**Cut-off**	**Uhrzeit**
1	**Start Parkplatz P5 Gamsleitenbahn**	1.732 m	0,0	0	0						**0:00**	**So 10:00**
2	**Kringsalm – Ziel 3K / Labe 5K**	1.805 m	3,1	108	34	3,1	108	34	58:04	1,03	**3:00**	**So 13:00**
3	**Ziel 5K Hochalm**	1.948 m	5,4	305	90	2,3	197	56	55:33	1,08	**5:00**	**So 15:00**

Distanzen und Höhenmeter: Outdooractive-Strecke. Zeit/km und km/h = Durchschnitt bis zum Cut-off.