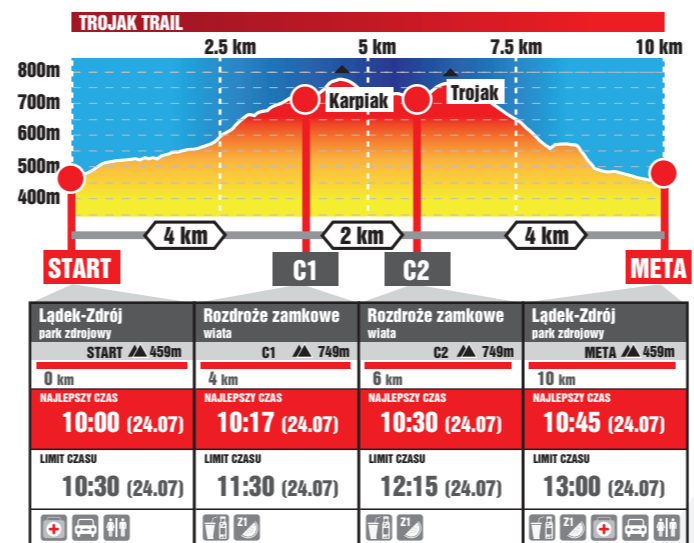




TROJAK TRAIL EDYCJA DLA PISZKOWIC



NAZWA PUNKTU	LOKALIZACJA	WYSOKOŚĆ NPN	DYSTANS OD POCZĄTKU	DYSTANS OD OSTATNIEGO PUNKTU	NAJSZYBSZY ZAWODNIK	LIMIT CZASU	WODA / IZOTONIK	JEDZENIE ZIMNE	JEDZENIE CIEPŁE	POMOC MEDYCZNA	NOCLEG	PARKING	TOALETY	PRZEPAK
Start	Lądek Zdrój – Park Zdrojowy	459	0 km	0 km		10:00 (24.07) / 10:30 (24.07)				+				
C1	Rozdroże zamkowe – wiata	749	4 km	4 km		10:17 (24.07) / 11:30 (24.07)	W, Z1							
C2	Rozdroże zamkowe – wiata	749	6 km	2 km		10:30 (24.07) / 12:15 (24.07)	W, Z1							
Meta	Lądek Zdrój – Park Zdrojowy	459	10 km	4 km		10:45 (24.07) / 13:00 (24.07)	W, Z1			+				

W - woda + izotonik Z1 - banany, arbuzy, pomarańcze, rodzynki, ciasteczka, orzeszki, cukierki, cola