

CONTROL DE PASO	Km TRAMO	Km Acumulad o	Distancia a Meta	Tiempo TRAMO (Horas) Ritmo Medio/km			TOTAL HORAS CARRERA Ritmo Medio/km			HORA DE PASO Ritmo Medio / km			HORA DE CORTE
				0:05:00	0:08:30	0:12:00	0:05:00	0:08:30	0:12:00	0:05:00	0:08:30	0:12:00	
SALIDA (6:00 AM)				T. Cabeza Carrera	Tiempo Intermedio	Tiempo Último	Paso 1º	Paso Intermedio	Paso último	Hora Cabeza	Hora Intermedio	Hora Último	
CP1 - Cruce Ctra. A-360	10,2	10,2	89,8	0:51	1:26	2:02	0:51	1:26	2:02	6:51	7:26	8:02	
CP2 - Castillo Alcalá Guadaíra	10,2	20,4	79,6	0:51	1:26	2:02	1:42	2:53	4:04	7:42	8:53	10:04	
CP3 - C. C. Los Alcores. Eroski	7,7	28,1	71,9	0:38	1:05	1:32	2:20	3:58	5:37	8:20	9:58	11:37	11:45
CP4 - Urb. Las Encinas	9,2	37,3	62,7	0:46	1:18	1:50	3:06	5:17	7:27	9:06	11:17	13:27	
CP5 - Pinar Espeso	9,4	46,7	53,3	0:47	1:19	1:52	3:53	6:36	9:20	9:53	12:36	15:20	15:30
CP6 - Huerta El Molino	5,7	52,4	47,6	0:28	0:48	1:08	4:22	7:25	10:28	10:22	13:25	16:28	
CP7 - Carmona. C. Municipal	10,7	63,1	36,9	0:53	1:30	2:08	5:15	8:56	12:37	11:15	14:56	18:37	19:00
CP8 - Calzada Romana	7,5	70,6	29,4	0:37	1:03	1:30	5:53	10:00	14:07	11:53	16:00	20:07	
CP9 - Puerto de Indias	7,1	77,7	22,3	0:35	1:00	1:25	6:28	11:00	15:32	12:28	17:00	21:32	21:45
CP10 - Alcaudete	9,7	87,4	12,6	0:48	1:22	1:56	7:17	12:22	17:28	13:17	18:22	23:28	23:30
CP11 - Parque de la Muela	7,1	94,5	5,5	0:35	1:00	1:25	7:52	13:23	18:54	13:52	19:23	0:54	
CP12 - Mairena (META)	5,5	100	0	0:27	0:46	1:06	8:20	14:10	20:00	14:20	20:10	2:00	2:00