

## TRAIL RELAIS PARCOURS PREMIER RELAIS

### VILAFLO DE CHASNA – DEGOLLADA DE GUAJARA – EL FILO – VOLCANES DE ARENAS NEGRAS - EL PORTILLO ALTO

Départ	<a href="#">Rue Santa Catalina de Vilaflor</a> , À 6h00 le 05 juin 2021
Arrivée	<a href="#">Portillo Alto</a>
Temps limite pour arriver	7 hrs
Distance de la course	<b>35 km</b>
Types de terrains	Sentier 54%; piste 40%; et goudron 6%
Dénivelé positif cumulé	1863m
Dénivelé négatif cumulé	1107m
Dénivelé total	2135m
Altitude départ	2.135m.
Altitude maximale	2.520m.



## PARCOURS DEUXIEME RELAIS

### EL PORTILLO ALTO – DEGOLLADA DEL CEDRO – LADERA DE TIGAIGA – CHANAJIGA – TIGAIGA – EL ASOMADERO – MIRADOR DE LA CORONA – RAMBLA DE CASTRO – PUERTO DE LA CRUZ

Départ	<a href="#">Portillo Alto</a>
Arrivée	Puerto de la Cruz
Temps limite pour arriver	7:30hrs
Distance de la course	<b>35 km</b>
Types de terrains	Sentier 50%; piste 29%; et goudron 21%
Dénivelé positif cumulé	3500m
Dénivelé négatif cumulé	4895m
Dénivelé total	8395m
Altitude départ	2.137m.

**Altitude maximale**

2137m.