



FESTIVAL

WOS TRAIL RUN

21K
800+



PA1
4,5km

PA2
14km

PA3
18,5km



UTMB INDEX

DISTÂNCIA REAL

22,15 km

GANHO POSITIVO

800m

SUBIDAS RELEVANTES

9

PONTO MAIS ALTO

959m

Leitura completa >>



FESTIVAL WIOS TRAIL RUN

RAIO-X 21K

800+





AS 9 SUBIDAS

D+ ACUMULADO SUBIDA POR SUBIDA

#	NOME	NÍVEL	INÍCIO	FIM	EXT.	D+	INCL. MÉD.	RANK
1	Parede Curta	MUITO FORTE	5,69	6,04	0,35 km	73 m	19,2%	#4
2	Rampa 7K	FORTE	6,93	7,65	0,72 km	97 m	11,3%	#7
3	Muralha 9K	MUITO FORTE	8,31	9,23	0,92 km	144 m	13,6%	#5
4	Parede 10K	MUITO FORTE	9,94	10,74	0,80 km	130 m	15,6%	#3
5	Curtinha 12K	MODERADA	12,25	12,61	0,36 km	31 m	7,9%	#10
6	Repecho 13K	MODERADA	13,02	13,35	0,33 km	29 m	8,8%	#8
7	Escalada 14K	EXTREMA	14,37	17,24	2,87 km	192 m	6,7%	#1
8	Rampa 17K	MODERADA	17,46	19,09	1,63 km	53 m	3,3%	#7
9	Subida Final	FORTE	19,59	22,15	2,56 km	53 m	2,1%	#6

As 9 subidas principais somam aproximadamente 753 m de ganho líquido.

Os ~47 m restantes da referência de ~800 m vêm de pequenas ondulações e repechos entre elas.

Inclinação média = diferença líquida de altitude entre início e fim ÷ distância da subida.



RANKING DE DIFICULDADE

ÍNDICE WOS · COMPARAÇÃO RELATIVA

#1

EXTREMA

Escalada 14K

km 14,37-17,24

- 2,87 km
- 192m D+
- 6,7%

#2

EXTREMA

Parede 10K

km 9,94-10,74

- 0,80 km
- 125m D+
- 15,6%

#3

MUITO FORTE

Muralha 9K

km 8,31-9,23

- 0,92 km
- 125m D+
- 13,6%

#4

MUITO FORTE

Parede Curta

km 5,69-6,04

- 0,35 km
- 67m D+
- 19,2%

#5

FORTE

Rampa 7K

km 6,93-7,65

- 0,72 km
- 81m D+
- 11,2%

A SUBIDA Nº 1 DO 21K

Escalada 14K

2,87km com 192 m D+

- 6,7% média

**É a maior combinação
de extensão e ganho vertical
do percurso.**