



FESTIVAL

# WOS TRAIL RUN

**38K**  
1.538+



**PA1**  
**4,5km**

**PA2**  
**14km**

**PA3**  
**19km**

**PA4**  
**24km**

**PA5**  
**29km**



**UTMB** INDEX

DISTÂNCIA REAL

**37,24 km**

GANHO POSITIVO

**1538m**

SUBIDAS RELEVANTES

**11**

PONTO MAIS ALTO

**959m**

Leitura completa >>



# FESTIVAL WIOS TRAIL RUN

## RAIO-X 38K

1.538+





# AS 11 SUBIDAS

D+ ACUMULADO SUBIDA POR SUBIDA

| #  | NOME          | NÍVEL       | INÍCIO | FIM   | EXT.    | D+    | INCL. MÉD. | D+ ACUM. | RANK |
|----|---------------|-------------|--------|-------|---------|-------|------------|----------|------|
| 1  | Parede Curta  | MUITO FORTE | 5,69   | 6,04  | 0,35 km | 73 m  | 19,2%      | 91 m     | #4   |
| 2  | Rampa 7K      | FORTE       | 6,93   | 7,65  | 0,72 km | 97 m  | 11,3%      | 216 m    | #7   |
| 3  | Muralha 9K    | MUITO FORTE | 8,31   | 9,23  | 0,92 km | 144 m | 13,6%      | 366 m    | #5   |
| 4  | Parede 10K    | MUITO FORTE | 9,94   | 10,74 | 0,80 km | 130 m | 15,6%      | 505 m    | #3   |
| 5  | Curtinha 12K  | MODERADA    | 12,25  | 12,61 | 0,36 km | 31 m  | 7,9%       | 555 m    | #10  |
| 6  | Curtinha 13K  | MODERADA    | 13,02  | 13,35 | 0,33 km | 32 m  | 9,0%       | 587 m    | #9   |
| 7  | Rampa 16K     | FORTE       | 15,75  | 16,71 | 0,97 km | 86 m  | 8,9%       | 684 m    | #8   |
| 8  | Transição 18K | CONTROLADA  | 17,81  | 18,96 | 1,15 km | 47 m  | 4,1%       | 734 m    | #11  |
| 9  | Escalada 20K  | EXTREMA     | 19,39  | 21,99 | 2,61 km | 254 m | 9,3%       | 988 m    | #2   |
| 10 | Escalada 23K  | FORTE       | 23,05  | 26,23 | 3,19 km | 217 m | 5,9%       | 1205 m   | #6   |
| 11 | Longa Final   | EXTREMA     | 27,84  | 32,24 | 4,40 km | 325 m | 3,4%       | 1538 m   | #1   |

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



# RANKING DE DIFICULDADE

ÍNDICE WOS · COMPARAÇÃO RELATIVA

#1

**EXTREMA**  
**Longa Final**

**Subida 11**  
km 27,84 > 32,24

- 4,40 km
- 325m D+
- 3,4%

#2

**EXTREMA**  
**Escalada 20K**

**Subida 9**  
km 19,39 > 21,99

- 2,61 km
- 254m D+
- 9,3%

#3

**MUITO FORTE**  
**Parede 10K**

**Subida 4**  
km 9,94 > 10,74

- 0,80 km
- 130m D+
- 15,6%

#4

**MUITO FORTE**  
**Parede Curta**

**Subida 1**  
km 5,69 > 6,04

- 0,35 km
- 73m D+
- 19,2%

#5

**MUITO FORTE**  
**Muralha 9K**

**Subida 3**  
km 8,31 > 9,23

- 0,92 km
- 144m D+
- 13,6%

O DESAFIO FINAL

**Do Km 19,4 à chegada 37,24 Km**

**São 17,9km com 803m D+**

A prova guarda o maior bloco de ganho positivo para quando o desgaste já está acumulado.