

DENOMINAZIONE MANIFESTAZIONE: "3° MEDIO FONDO CITTA' DI MELISSA IN RICORDO DI MICHELE SCARPONI"

TAPPA		RITROVO Villaggio C.C SS106	CHILOMETRI			PARTENZA ORE 09.00			
Km 104.000			Velocità media Km/h			20	25	30	38
Tabella di marcia						orario pass.	orario pass.	orario pass.	orario pass.
H/slm	LOCALITA'	COMUNE	Km parziali	Km progres.	Km all'arrivo	orario pass.	orario pass.	orario pass.	orario pass.
10	Villaggio C.C SS106	Partenza /T. Melissa	0,000	0,000	104,000	09:00	09:00	09:00	09:00
10	SS106 Rotatoria	Ciro Marina	7,000	7,000	97,000	09:21	09:16	09:14	09:11
50	SP 09 x Carfizzi	Ciro Marina	10,500	17,500	86,500	09:52	09:42	09:35	09:27
100	SP 11 Bivio Carfizzi	Carfizzi	8,000	25,500	78,500	10:16	10:01	09:51	09:40
400	Carfizzi	SP 53 Bivio Carfizzi Sopra	2,000	27,500	76,500	10:22	10:06	09:55	09:43
500	SP 53 Bivio Carfizzi S.	S. Nicola d'Alto SP53	2,000	29,500	74,500	10:28	10:10	09:59	09:46
600	SP 53S. Nicola dell'Alto	Strongoli sopra SP 53	13,000	42,500	61,500	11:07	10:42	10:25	10:07
250	SP 53Strongoli Sopra	Bivio Strongoli sotto sud SP 21	8,000	50,500	53,500	11:31	11:01	10:41	10:19
100	SP 21 Bivio Strongoli sud	Bivio Melograno SP 19	4,000	54,500	49,500	11:43	11:10	10:49	10:26
150	SP 19 Bivio Melograno	Bivio Ponto Rocca di neto SP 18	4,000	58,500	45,500	11:55	11:20	10:57	10:32
150	SP 18 Bivio ponte Rocca N.	Rocca di Neto SP 16	7,500	66,000	38,000	12:18	11:38	11:12	10:44
150	Rocca di Neto SP 16	Bivio Strongoli sopra nord SP 53	14,500	80,500	23,500	13:01	12:13	11:41	11:07
300	Bivio Strongoli sopra n. SP53	Bivio Melissa SP 12	6,000	86,500	17,500	13:19	12:27	11:53	11:16
150	Bivio Melissa SP 12	Melissa SP 12	2,000	88,500	15,500	13:25	12:32	11:57	11:19
80	Melissa SP 12	Bivio SS. 106 Cirò Marina	10,500	99,000	5,000	13:57	12:57	12:18	11:36
70	S.S. 106 Bivio Cirò Marina	Torre Melissa Bar Fox SS 106	5,000	104,000	0,000	14:12	13:09	12:28	11:44