



Presented by  
**inov-8.com**



### Innsbruck Alpine Trailrun Festival - K42

Strecke		Distanz in km	Zieldistanz in km	Aufstieg in m	Abstieg in m	maximale Höhe	Zeit schnell*	Zeit langsam*	Zeitlimit
<b>Natterer See</b>			<b>42,0</b>			835,00	<b>12:30</b>		
Natterer See	Bierstindl	10,5	34,1	267	453	337,00	<b>13:24</b>	<b>14:34</b>	<b>14:40</b>
Bierstindl	Herzsee	17,3	23,4	236	63	470,00	<b>13:59</b>	<b>15:52</b>	
Herzsee	Hall	24,5	18,5	102	381	185,00	<b>14:36</b>	<b>17:17</b>	<b>17:30</b>
Hall	Thaur	29,9	12,8	240	80	325,00	<b>15:09</b>	<b>18:29</b>	
Thaur	Rechenhof	33,7	9,0	168	28	198,00	<b>15:30</b>	<b>19:16</b>	
Rechenhof	<b>ZIEL Innsbruck</b>	42,0	0,0	287	595	737,00	<b>16:15</b>	<b>20:56</b>	<b>21:00</b>

**Start:** Natterer See

**Remark**

\* Die Durchgangszeiten wurden mit 13,5 km/h schnell, bzw. 6,0 km/h langsam, zzgl. Der absolvierten Höhenmeter gemäß der Weg-Zeit-Formel kalkuliert.

Alle Angabe ohne Gewähr