



START				
PUNKT	META			
	20 km			
	LIMIT:			3:30 h
PUNKT	META			
	42 km			
	LIMIT:			8:00 h
PUNKT	META			
	63 km			
	LIMIT:			12:00 h

PUNKT	META			
	36 km			
	LIMIT:			6:30 h

PUNKT	META			
	12.5 km			
	LIMIT:			2:30 h
PUNKT	META			
	29 km			
	LIMIT:			5:30 h
PUNKT	META			
	53 km			
	LIMIT:			10:30 h

OSTRY ZBIEG (1 km)

3X BISKUPIA KOPA

PÓLMARATON MARATON ULTRA

