

Č.	Bod	Kilometry postup	Kilometry celkem	Převýšení postup	Převýšení celkem	Čas na postupu [hod]	Rychlost na postupu [min/km]	Čas celk. [hod]	Rychlost celk. [min/km]	Čas průběžný [hod]
<b>0</b>	<b>Frenštát pod Radhoštěm (start)</b>	<b>Pochod cca 15 minut</b>								<b>20:53</b>
1	Javorník (CP)	4.899	4.899	582	582	0:55	11.2	0:55	11.2	21:48
2	Radhošť (VK1)	9.573	14.472	770	1352	1:16	7.9	2:11	9.1	23:04
3	Čertův Mlýn (VK2)	6.688	21.16	260	1612	0:50	7.5	3:01	8.6	23:54
4	Čeladná Hotel Čeladenka (CP)	6.74	27.9	61	1673	0:47	7.0	3:48	8.2	0:41
5	Smrk (VK3)	6.474	34.374	743	2416	1:17	11.9	5:05	8.9	1:58
<b>6</b>	<b>Lysá hora (VK4)</b>	<b>12.092</b>	<b>46.466</b>	<b>854</b>	<b>3270</b>	<b>2:14</b>	<b>11.1</b>	<b>7:19</b>	<b>9.4</b>	<b>4:12</b>
	<b>Bufet 24 minut</b>									
7	Zlatník (CP)	5.108	51.574	38	3308	1:09	13.5	8:28	9.8	5:21
8	Travný (VK5)	7.134	58.708	571	3879	1:02	8.7	9:30	9.7	6:23
	<b>Východ Slunce</b>		<b>Tma celkem cca 9 hodin</b>							<b>6:26</b>
9	Ropice (VK6) - Lipový	10.209	68.917	516	4395	1:39	9.7	11:09	9.7	8:02
10	Javorový (VK7)	4.528	73.445	186	4581	0:43	9.5	11:52	9.7	8:45
<b>11</b>	<b>Řeka (cíl)</b>	<b>4.502</b>	<b>77.947</b>	<b>0</b>	<b>4581</b>	<b>0:52</b>	<b>11.6</b>	<b>12:44</b>	<b>9.8</b>	<b>9:37</b>