

SALOMON SZENTENDRE TRAIL

53,9 KM / 1.640 M+

Frissítés	Ellenőrzőpont	Táv (km)		Szint (m+)		Nyitás	Zárás
		Összes	Rész	Összes	Rész		
	Szentendre	0	0	0	0	9:00	
  	Pilisszentlászló	14,7	14,7	488	488	10:00	11:45
	Visegrád	23,3	8,6	537	49	10:35	13:20
  	Pap-rét	34,0	10,7	1067	530	11:25	15:20
	Skanzen	47,3	13,3	1609	542	12:15	18:00
   	Szentendre	53,9	6,6	1640	31	13:00	19:00

 Elsősegély

 Frissítés

 Folyadék

 Meleg étel

 Zuhany, masszázs