








SALOMON VISEGRÁD TRAIL

29,8 KM / 1.063 M+

Frissítés	Ellenőrzőpont	Táv (km)		Szint (m+)		Nyitás	Zárás
		Összes	Rész	Összes	Rész		
	Visegrád	0	0	0	0	10:00	
  	Pap-rét	9,9	9,9	490	490	10:40	12:00
	Skanzen	23,2	13,3	1032	542	11:40	15:00
   	Szentendre	29,8	6,6	1063	31	12:00	16:00

 Elsősegély

 Frissítés

 Folyadék

 Meleg étel

 Zuhany, masszázs