

חלוקת קטעים בקבוצה של 3 רצים

קושי הקטע	טווח גבהים	סה"כ ירידה	סה"כ עליה	מרחק מצטבר	מרחק	מספר קטע	מספר רץ	תחנת יציאה
בינוני	53	102	72	8.5	8.5	1	1	זינוק
בינוני קל	127	170	132	16.4	7.9	2	2	נחשון
בינוני	108	11	119	22.1	5.7	3	3	בקוע
קל	78	134	64	28.7	6.6	4	1	מצפה הראל
קל	82	99	24	38.3	9.6	5	2	כפר אוריה
קל	51	81	90	48.5	10.2	6	3	מחנה שורק
בינוני קל	49	105	120	60.6	12.1	7	1	צבר קמה
קל	103	14	117	70.5	9.9	8	2	טל שחר
בינוני	99	80	118	75.9	5.4	9	3	צרעה
קשה מאד	345	54	354	86.7	10.8	10	1	אשתאול
קל	262	299	40	94.6	7.9	11	2	בית מאיר
בינוני	118	125	30	100.9	6.3	12	3	שער הגיא
				100.9				כפר תנך תשח-סיום

טבלת סיכום לקבוצה של 3 רצים

דרגת קושי	טווח גבהים מצטבר	סה"כ ירידה	סה"כ עליה	סה"כ מרחק	מספר רץ
קשה מאד	525	395	610	38	1
בינוני	574	582	313	35	2
בינוני	376	297	357	28	3