

PERCORSO LUNGO - 30 KM



COMUNE

STRADE INTERESSATE

FORIO

- Via Cristoforo Colombo
- Via Giovanni Mazzella
- Via Provinciale Panza
- Via Ciglio

SERRARA FONTANA

- Via Ciglio
- Via Roma
- Via Francesco Trofa

BARANO D'ISCHIA

- Via Angelo Migliaccio
- Via Corrado Buono
- Via Tenente Giovanni Conte
- Via Vittorio Emanuele
- Via Vincenzo Di Meglio

ISCHIA

- Via Michele Mazzella
- Via Edgardo Cortese
- Via Ferrante Davalos
- Via Remigio Gianturco
- Corso Vittoria Colonna
- Via Roma
- Via Isolino
- Via Baldassarre Cossa

CASAMICCIOLA TERME

- Via Castiglione
- Via Salvatore Girardi
- Corso Luigi Manzi
- Via Dottore Tommaso Morgera

LACCO AMENO

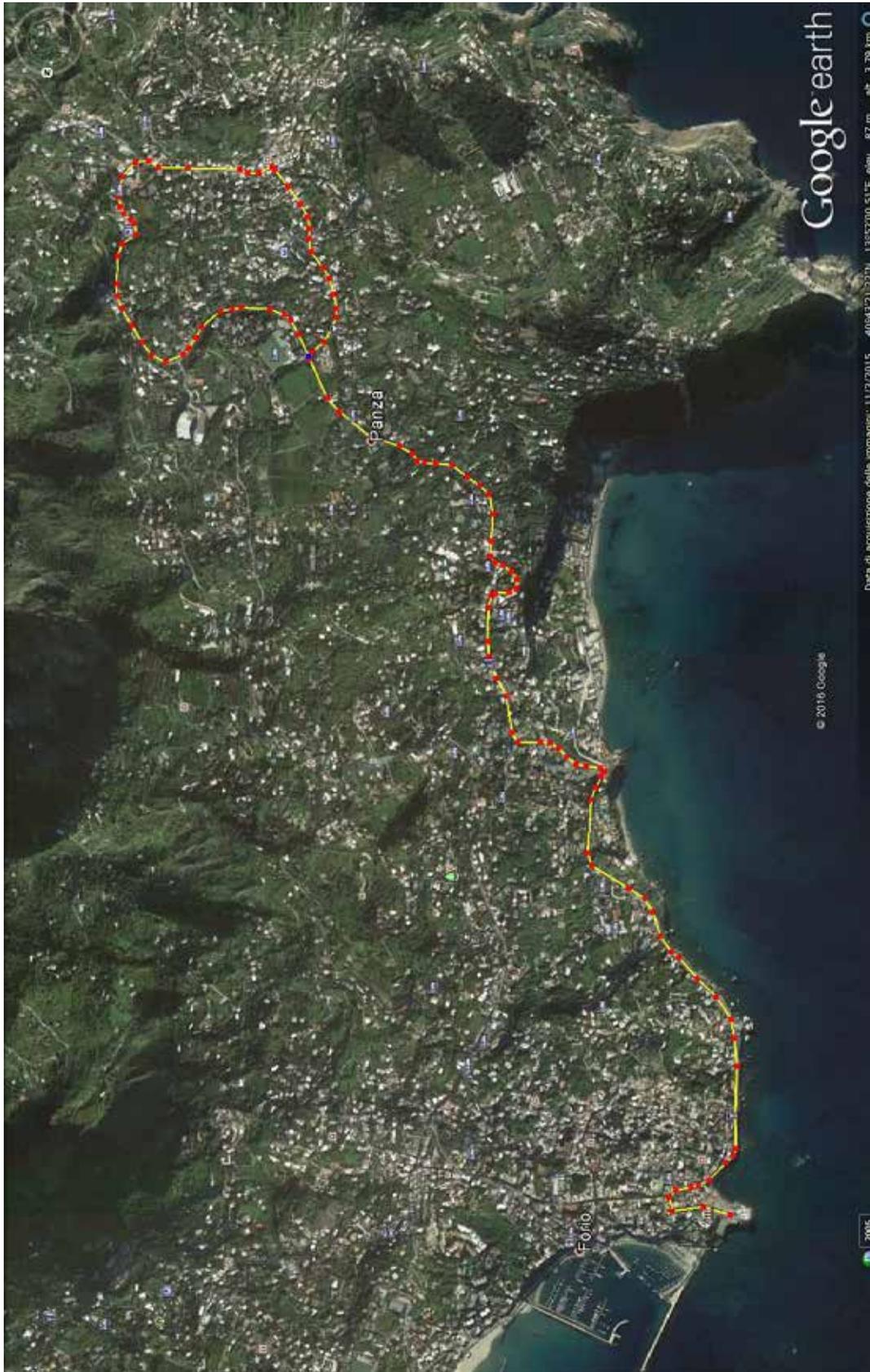
- Via Litoranea
- Corso Angelo Rizzoli

FORIO

- Via Provinciale Lacco
- Via Cristoforo Colombo

RITMO GARA	PARTENZA Forio	CIGLIO 5km	FONTANA 10 km	BARANO 15 km	ISCHIA 20 km	CASAMICCIOLA 25 km	ARRIVO 31 km
PRIMI ATLETI (3'/KM)	9:00	9:15	9:30	9:45	10:00	10:15	10:33
GRUPPO (5'/ KM)	9:00	9:25	9:50	10:15	10:40	11:05	11:35
AMATORI (7'/ KM)	9:00	9:35	10:10	10:45	11:20	11:55	12:37
FINE CORSA (8'/KM)	9:00	9:40	10:20	11:00	11:40	12:20	13:08
CHUSURA TRAFFICO	00:00	00:25	00:50	1:15	1:40	2:05	2:35

PERCORSO BREVE 10 KM - TEMPO MASSIMO 80 MINUTI



COMUNE
FORIO

STRADE INTERESSATE

- Via Cristoforo Colombo
- Via Giovanni Mazzella
- Via Provinciale Panza
- Via Ciglio
- Via Provinciale Panza
- Via Giovanni Mazzella
- Via Cristoforo Colombo
- Piazzale del Soccorso