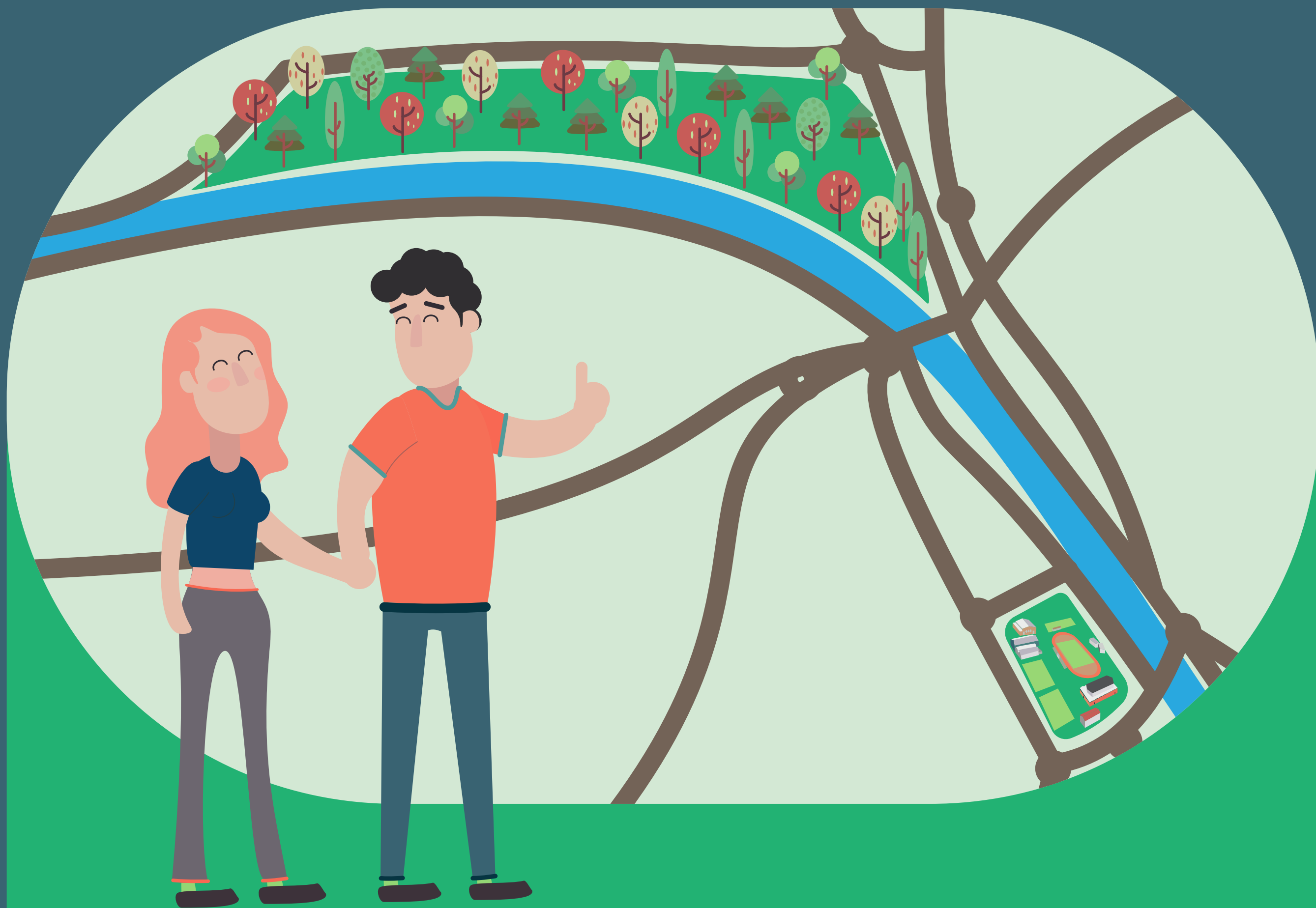


Plano de Marcha e Corrida

Choupal



Inicial

CAMINHADA

Distância
1,15 km

Ganho de elevação
16 m

Perfil



<https://is.gd/w2AcRj>

Elementar

CAMINHADA

Distância
3,18 km

Ganho de elevação
29 m

Perfil



<https://is.gd/WcCilz>

Intermédio

CAMINHADA & CORRIDA

Distância
4,58 km

Ganho de elevação
47 m

Perfil



<https://is.gd/OBn9fR>

Avançado

CORRIDA

Distância
10,48 km

Ganho de elevação
100 m

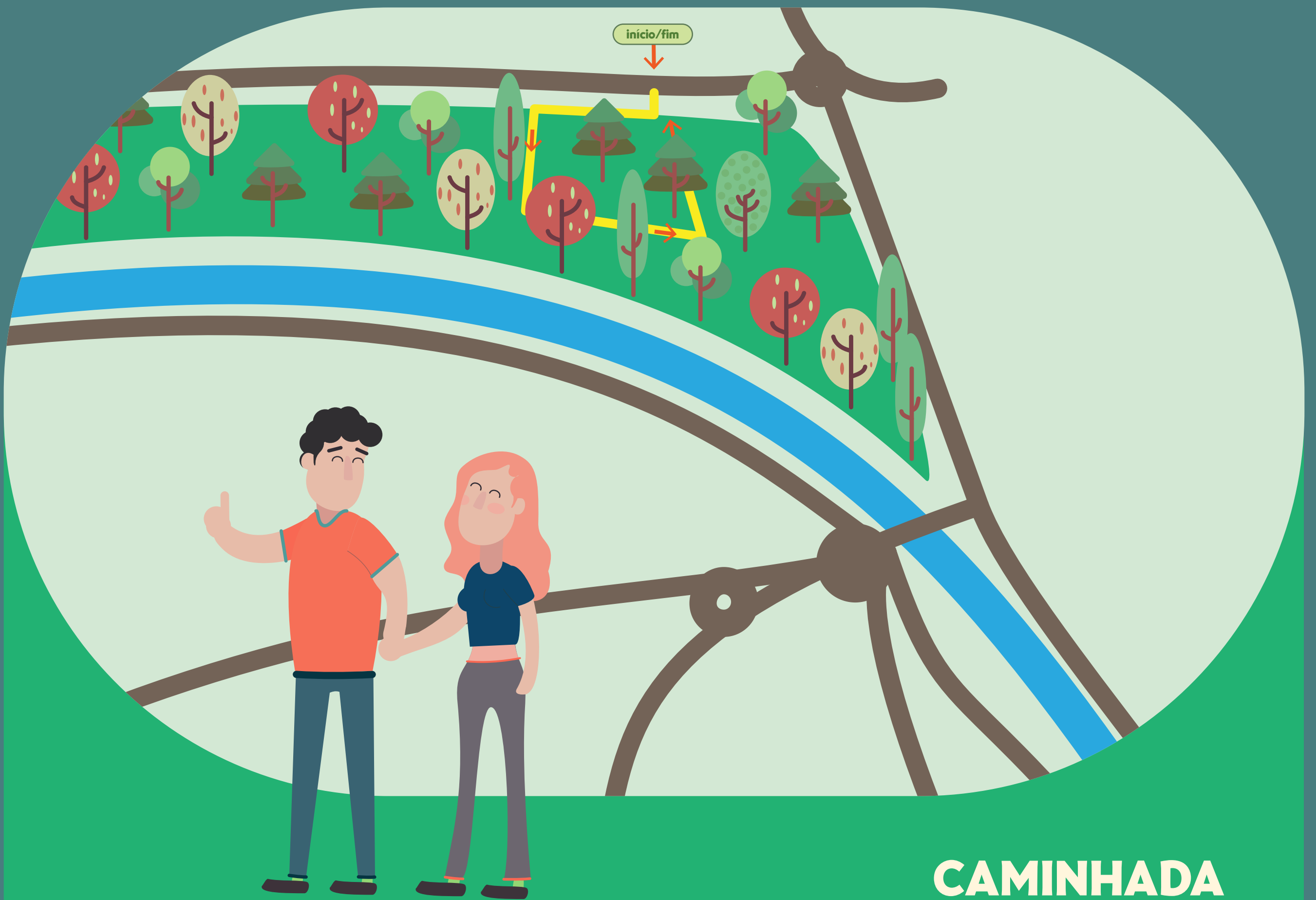
Perfil



<https://is.gd/ngjpT9>

Plano de Marcha e Corrida

Choupal . Inicial

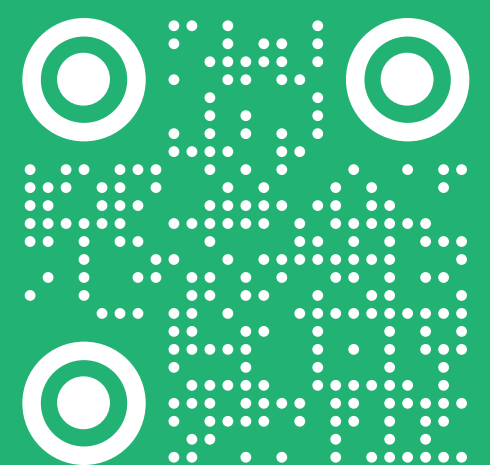


Distância
1,15 km

Ganho de elevação
16 m

Track GPS:

<https://is.gd/w2AcRj>



Plano de Marcha e Corrida

Choupal . Elementar



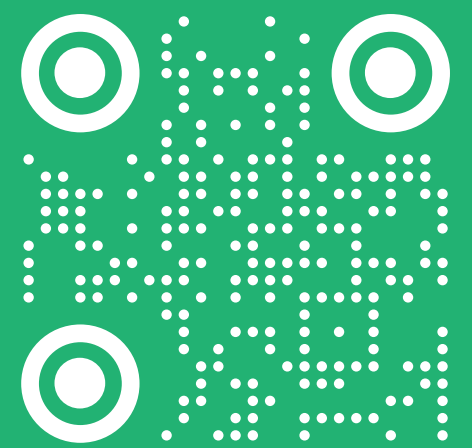
CAMINHADA

Distância
3,18 km

Ganho de elevação
29 m

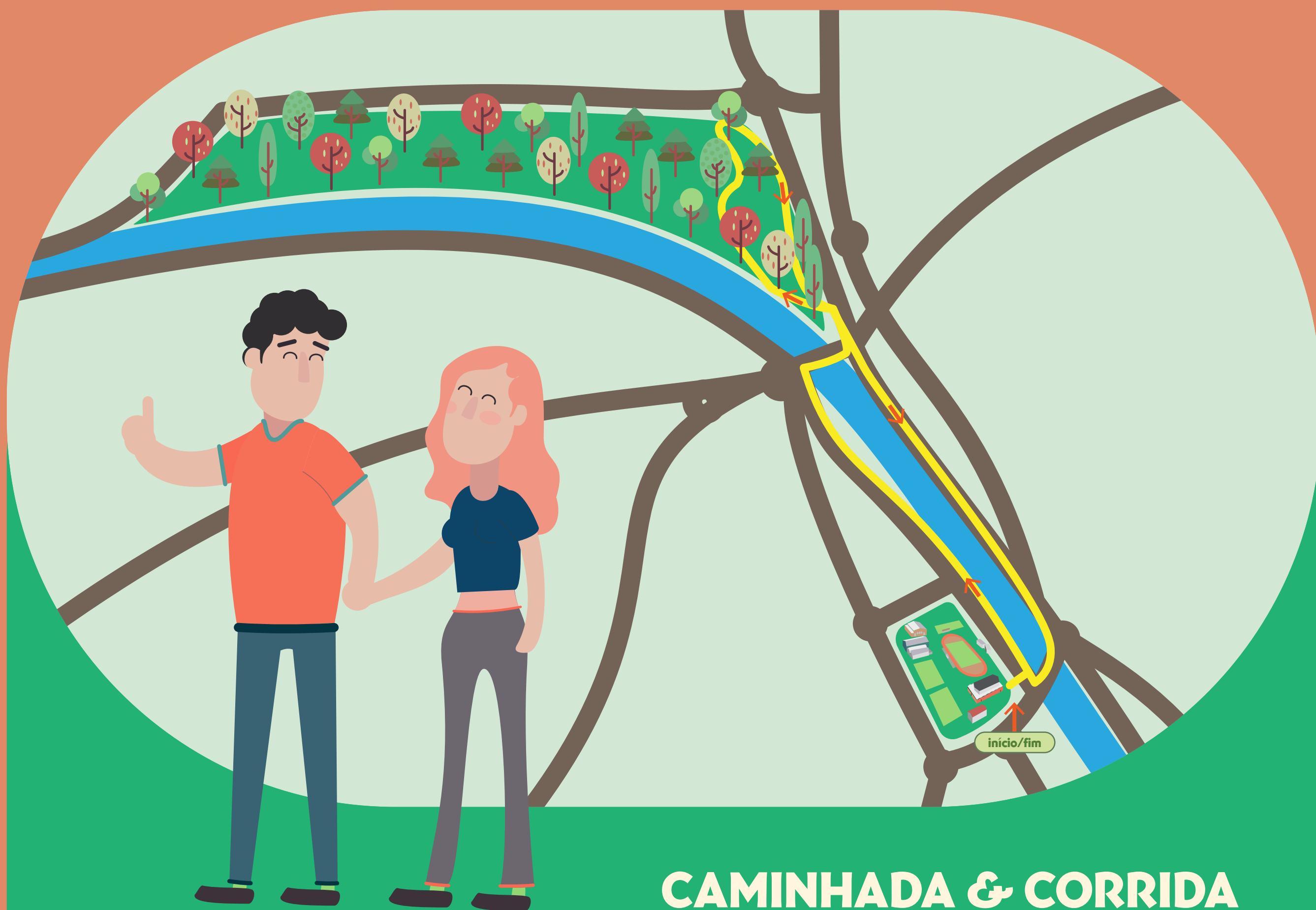
Track GPS:

<https://is.gd/WcCilz>



Plano de Marcha e Corrida

Choupal . Intermédio



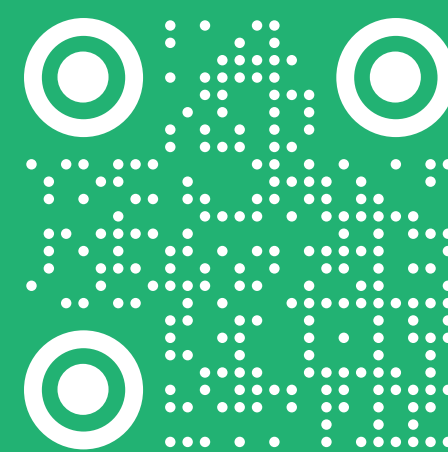
CAMINHADA & CORRIDA

Distância
4,58 km

Ganho de elevação
47 m

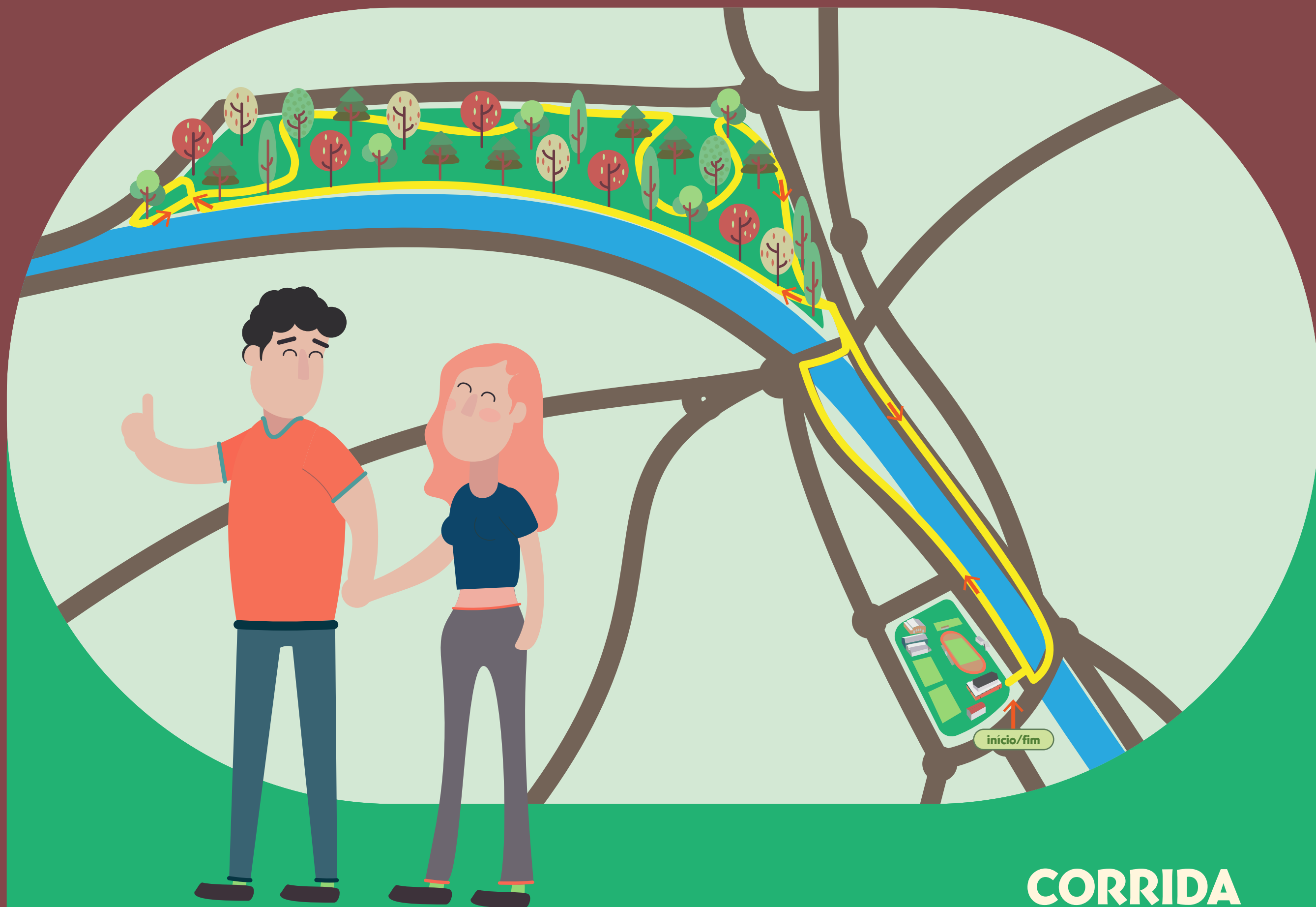
Track GPS:

<https://is.gd/OBn9fR>



Plano de Marcha e Corrida

Choupal . Avançado



CORRIDA

Distância
10,48 km

Ganho de elevação
100 m

Track GPS:

<https://is.gd/ngjpT9>

