

km	description	times	
		40	42
0,0	Piwniczna-Zdrój (Nakło) - honorary start	13:00	13:00
1,1	Piwniczna-Zdrój (Rynek) - real start	13:01	13:01
4,8	Młodów	13:07	13:06
6,1	Obłazy Ryterskie	13:09	13:08
6,8	Rytro	13:10	13:09
10,3	Barcice	13:15	13:14
12,5	left to Przysietnica, railway station!	13:18	13:17
14,0	Przysietnica	13:21	13:20
17,0	Moszczenica Wielka	13:25	13:24
17,1	left to Skrudzina	13:25	13:24
17,4	Skrudzina - mountain premie in memory of Jan Magiera	13:26	13:24
20,4	Gołkowice Górne	13:30	13:29
25,3	right to bridge Kadcza	13:37	13:36
25,5	left to road no. 969	13:38	13:36
27,0	right to Gruszów / Młodostów	13:40	13:38
30,8	Szczereż - mountain premie	13:46	13:44
35,9	right to Czarny Potok	13:53	13:51
38,8	left to Zalesie!	13:58	13:55
40,0	Jadamwola	14:00	13:57
52,2	Modyń - mountain premie	14:18	14:14
60,8	left to road no. 965	14:31	14:26
61,0	Kamienica - sprint premie	14:31	14:27
66,7	roundabout - road no.965/969	14:40	14:35
70,7	Tylmanowa	14:46	14:41
71,6	right to Ochotnica Dolna	14:47	14:42
73,1	Ochotnica Dolna	14:49	14:44
80,7	Ochotnica Górna	15:01	14:55
90,5	Przełęcz Knurowska - mountain premie by Kasia Niewiadoma	15:15	15:09
94,2	Knurów	15:21	15:14
96,5	left to road no. 969	15:24	15:17
97,0	Dębno	15:25	15:18
97,2	roundabout - road no. 969 - direction Niedzica	15:25	15:18
99,4	Frydman	15:29	15:22
100,6	direct to Niedzica	15:30	15:23
104,5	Falsztyn - mountain premie	15:36	15:29
108,2	Niedzica-Zamek	15:42	15:34
109,3	Niedzica (Castle) - left side	15:43	15:36
111,0	roundabout - direct: Sromowce Niżne	15:46	15:38
112,7	Niedzica Zapora (Dolna) - sprint premie (finish line)	15:49	15:41
117,6	Sromowce Wyżne - mountain premie	15:56	15:48
121,0	Krośnica - left to road no. 969 to Nowy Targ	16:01	15:52
122,7	Przełęcz Snozka – mountain premie	16:04	15:55
124,7	roundabout - direct Nowy Targ	16:07	15:58
125,6	Mizerna	16:08	15:59
126,0	Maniowy	16:09	16:00

km	description	times	
		40	42
130,8	bridge - Dunajec river	16:16	16:06
132,8	roundabout - direct to Niedzica	16:19	16:09
135,7	Frydman	16:23	16:13
136,8	direct to Niedzica	16:25	16:15
140,6	Falsztyn	16:30	16:20
144,7	Niedzica-Zamek	16:37	16:26
145,8	Niedzica (Castle) - left side	16:38	16:28
147,1	roundabout - direct: Sromowce Niżne	16:40	16:30
149,0	Niedzica Zapora (Dolna) - finish	16:43	16:32

44
13:00
13:01
13:06
13:08
13:09
13:14
13:17
13:19
13:23
13:23
13:23
13:27
13:34
13:34
13:36
13:42
13:48
13:52
13:54
14:11
14:22
14:23
14:30
14:36
14:37
14:39
14:50
15:03
15:08
15:11
15:12
15:12
15:15
15:17
15:22
15:27
15:29
15:31
15:33
15:40
15:45
15:47
15:50
15:51
15:51

44
15:58
16:01
16:05
16:06
16:11
16:17
16:18
16:20
16:23