

km	description	times		
		40	42	44
0,0	Zapora Niedzica (car park at the roundabout) - honorary start	12:00	12:00	12:00
2,1	Sromowce Niżne	12:03	12:03	12:02
4,2	Pieniński Park Narodowy	12:06	12:06	12:05
8,7	Krośnica	12:13	12:12	12:11
8,7	downhill!!!	12:13	12:12	12:11
10,2	real start - right to road no. 969	12:15	12:14	12:13
11,5	Grywałd	12:17	12:16	12:15
15,0	Krościenko nad Dunajcem	12:22	12:21	12:20
20,3	Tylmanowa	12:30	12:29	12:27
28,3	Zabrzeż	12:42	12:40	12:38
33,3	Czerniec	12:49	12:47	12:45
34,7	Łącko	12:52	12:49	12:47
35,6	left to Czarny Potok! exit from road no. 969	12:53	12:50	12:48
38,7	Czarny Potok	12:58	12:55	12:52
40,5	Olszana	13:00	12:57	12:55
45,0	Olszanka	13:07	13:04	13:01
47,5	Naszacowice	13:11	13:07	13:04
47,8	roundabout - second exit to road no. 969	13:11	13:08	13:05
48,5	roundabout - exit from road no. 969 (direct: Podegrodzie)	13:12	13:09	13:06
48,9	straight to Podegrodzie and Nowy Sącz! entry to the round!	13:13	13:09	13:06
51,8	Podegrodzie (Museum) - sprint premie (1) - finish line	13:17	13:14	13:10
52,3	Stadła	13:18	13:14	13:11
53,4	left to: Gostwica, Długotęka Świerkla!	13:20	13:16	13:12
53,4	buffet - green zone start	13:20	13:16	13:12
54,2	buffet - green zone end	13:21	13:17	13:13
54,3	Gostwica	13:21	13:17	13:14
57,4	Łąki Gostwickie	13:26	13:22	13:18
57,9	Długotęka Świerkla	13:26	13:22	13:18
62,6	Przyszowa - mountain premie (1)	13:33	13:29	13:25
63,8	beginning of the downhill 10%	13:35	13:31	13:27
66,3	Stronie	13:39	13:34	13:30
67,5	right at the crossroads behind the Mini Market store!!!	13:41	13:36	13:32
68,7	Łukowica - mountain premie (2)	13:43	13:38	13:33
69,8	Łukowica - centrum	13:44	13:39	13:35
71,9	Świdnik	13:47	13:42	13:38
73,5	right at the crossroads to the bridge!	13:50	13:45	13:40
73,7	Owieczka	13:50	13:45	13:40
76,6	Naszacowice	13:54	13:49	13:44
79,0	left from the minor road to Nowy Sącz - end of the round 1	13:58	13:52	13:47
82,0	Podegrodzie (Museum) - sprint premie (2) - finish line	14:03	13:57	13:51
82,4	Stadła	14:03	13:57	13:52
83,5	left to: Gostwica, Długotęka Świerkla!	14:05	13:59	13:53
83,5	buffet - green zone start	14:05	13:59	13:53
84,4	buffet - green zone end	14:06	14:00	13:54
84,4	Gostwica	14:06	14:00	13:54
87,5	Łąki Gostwickie	14:11	14:05	13:59
88,0	Długotęka Świerkla	14:12	14:05	14:00

92,7	Przyszowa - mountain premie (3)	14:19	14:12	14:06
93,1	beginning of the downhill 10%	14:19	14:13	14:06
96,4	Stronie	14:24	14:17	14:11
97,6	right at the crossroads behind the Mini Market store!!!	14:26	14:19	14:13
98,8	Łukowica - mountain premie (4)	14:28	14:21	14:14
99,9	Łukowica - centrum	14:29	14:22	14:16
102,0	Świdnik	14:33	14:25	14:19
103,6	right at the crossroads to the bridge!	14:35	14:28	14:21
103,9	Owieczka	14:35	14:28	14:21
106,7	Naszacowice	14:40	14:32	14:25
109,1	left from the minor road to Nowy Sącz - end of the round 2	14:43	14:35	14:28
112,1	Podegrodzie (Museum) - sprint premie (3) - finish line	14:48	14:40	14:32
112,6	Stadła	14:48	14:40	14:33
113,6	left to: Gostwica, Długotęka Świerkla!	14:50	14:42	14:34
113,6	buffet - green zone start	14:50	14:42	14:34
114,4	buffet - green zone end	14:51	14:43	14:36
114,4	Gostwica	14:51	14:43	14:36
117,5	Łąki Gostwickie	14:56	14:47	14:40
118,0	Długotęka Świerkla	14:57	14:48	14:40
122,7	Przyszowa - mountain premie (5)	15:04	14:55	14:47
123,9	beginning of the downhill 10%	15:05	14:57	14:48
126,4	Stronie	15:09	15:00	14:52
127,6	right at the crossroads behind the Mini Market store!!!	15:11	15:02	14:54
128,8	Łukowica - mountain premie (6)	15:13	15:04	14:55
129,9	Łukowica - centrum	15:14	15:05	14:57
132,0	Świdnik	15:18	15:08	15:00
133,6	right at the crossroads to the bridge!	15:20	15:10	15:02
133,9	Owieczka	15:20	15:11	15:02
136,8	Naszacowice	15:25	15:15	15:06
139,1	left from the minor road to Nowy Sącz - end of the round 3	15:28	15:18	15:09
142,1	Podegrodzie (Museum) - finish	15:33	15:23	15:13