

Η διαδρομή έχει μήκος 180 χλμ. και διάρκεια 28 ώρες.

Οι αποστάσεις μεταξύ των Σημείων Ανεφοδιασμού (Check Points) είναι μέχρι και 22 χλμ. Οι αθλητές πρέπει να είναι εφοδιασμένοι με νερό και ότι άλλο χρειάζονται για να ανταπεξέλθουν σε αυτό το μήκος της διαδρομής.

Δείτε παρακάτω την αναλυτική περιγραφή του ανάγλυφου μεταξύ των σταθμών ανεφοδιασμού.

Συνοπτική περιγραφή εδαφικού ανάγλυφου διαδρομής

Για πληρέστερη ενημέρωση των αθλητών – Αποστάσεις ενδεικτικές – Διαφορές στους μετρητές των αυτοκινήτων

Αρχαία Νεμέα – Πλατάνι (20,50χλμ)

Ασφαλτος, εκτός από 200μ μονοπάτι μετά τα 2,5χλμ

Πλατάνι – Σκοτεινή (33,5χλμ)

Απόσταση μεταξύ ΣΑ: 13χλμ

Ανάβαση σε αυχένα αμέσως μετά το Πλατάνι. Υψόμ. 800μ.

Μονοπάτι μέτριας δυσκολίας – χαμηλή βλάστηση

Κατάβαση.

ΠΡΟΣΟΧΗ, στενό μονοπάτι σε υψόμετρο. Σύνολο χωματόδρομου 4.9χλμ. Μετά άσφαλτος μέχρι τη Σκοτεινή

Σκοτεινή - Κανδήλα (48χλμ)

Απόσταση μεταξύ ΣΑ: 15,5χλμ

1η έξοδος σε μονοπάτι. Πολύ δύσκολο – 2χλμ ανηφόρα/βράχια/πέτρες.

Έξοδος σε εθνική οδό – 2ο μονοπάτι 4,4χλμ. Δύσκολο, ανηφόρα

Έξοδος σε εθνική οδό – άσφαλτος μέχρι την Κανδήλα

Ορεινή διάβαση – ανηφόρες – εκπληκτική θέα, κατηφόρες, Ολίγυρτος, υψομ 1000-1200μ

Κανδήλα – Λεβίδι (61,7χλμ)

Απόσταση μεταξύ ΣΑ: 13,7χλμ , όλο ασφαλτος

Λεβίδι – Βυτίνα (84,4χλμ)

Απόσταση ΣΑ 22,7χλμ

Η μακρύτερη Ορεινή διαδρομή μέσα στο Μάιναλο.Ανεβαίνουμε όλο ευθεία από τη πλατεία και μπαίνουμε στο Μάιναλο. Χωρίς δυσκολίες, βατότητα καλή, έλατα και από τις 2 πλευρές. Νύχτα, φωτεινά σήματα στα δένδρα, χωρίς τροφοδοσία, νερό δικό σας, Κορυφή 1480μ Βγαίνοντας από το Μάιναλο(χωματόδρομο) συναντάμε ασφαλτο και κάνουμε δεξιά. Υπόλοιπο ορεινής κατηφορικής διαδρομής μέχρι τη Βυτίνα ασφαλτος.

ΠΡΟΣΟΧΗ στην έξοδο από το βουνό πριν διασχίσετε για Βυτίνα, διελύσεις οχημάτων με μεγάλη ταχύτητα. Η διάβαση επιτηρείται.

Βυτίνα – Μαγούλιανα (97χλμ)

Απόσταση μεταξύ ΣΑ: 13,4χλμ

Έξοδος από Βυτίνα στην εθνική οδό Τρίπολης. Παραμένετε για 5,4χλμ. Δεξιά για Μαγούλιανα. Ασφαλτος, ανηφόρα μέχρι το χωριό. Υψόμ 1450μ. Χαμηλή θερμοκρασία, νύχτα.

Μαγούλιανα – Βαλτεσινίκο (105,3χλμ)

Απόσταση μεταξύ ΣΑ: 8,3χλμ

Όλο ασφαλτος, ορεινή διαδρομή στο Μαιναλο, μέσα σε δάσος με έλατα.

Βαλτεσινίκο – Περδικονέρι (124,4χλμ)

Απόσταση μεταξύ ΣΑ: 19,1χλμ

Εξοδος στον κεντρικό δρόμο, ασφαλτος.

ΠΡΟΣΟΧΗ, στα 4,5χλμ δεξιά στροφή «φουρκέτα» και είσοδος σε μονοπάτι, στενό αρκετά δύσκολο. Ανήφορος σε πλαγιά. ΠΡΟΣΟΧΗ σε μερικά σημεία το μονοπάτι στενεύει, πέτρες, ίσως και κατολισθήσεις, Υψομ. 1200μ. Χαράδρα στα δεξιά. Υπέροχη θέα προς τη λίμνη του Λάδωνα. Μένετε εντελώς αριστερά στην πλευρά του βουνού.

Μετά την κάθοδο, στα 18,1χλμ, ασφαλτος 1χλμ μέχρι το Περδικονέρι.

Περδικονέρι – Τρόπαια (127,5χλμ)

Απόσταση μεταξύ ΣΑ: 3,1χλμ

Εξοδος σε ασφαλτο μέχρι τα Τρόπαια

Τρόπαια – Δόξα (136,1χλμ)

Απόσταση μεταξύ ΣΑ: 8,6χλμ

Χωματόδρομος αμέσως μετά το χωριό. Μέτριας βατότητας, πέτρες, λακκούβες ίσως και νερά. Στα 6.9χλμ βγαίνουμε σε ασφαλτο μέχρι τη Δόξα.

Δόξα – Καλλιάνι (139,4χλμ)

Απόσταση μεταξύ ΣΑ: 3,3χλμ

Κατηφορίζουμε σε ασφαλτο – βγαίνουμε στην εθνική οδό, διασχίζουμε. Στα 800μ αριστερά για Καλλιάνι. Ολο ασφαλτος μέχρι τον επόμενο ΣΑ.

Καλλιάνι – Καστράκι (145,3χλμ)

Απόσταση μεταξύ των ΣΑ: 5,9χλμ

Εξοδος από το χωριό, όλο ασφαλτος μέχρι το Καστράκι

Καστράκι – Κοκλαμά (150,5χλμ)

Απόσταση μεταξύ των ΣΑ: 5,2χλμ

Εξοδος στα 500μ μπαίνουμε αμέσως σε χωματόδρομο κατά μήκος του Ποταμού Ερύμανθου. Το ποτάμι έχει 2 ρεύματα με νησίδα στη μέση. Συνήθως το νερό δεν ξεπερνάει το 50εκ ύψος. Το διασχίζετε όπως κρίνετε, ΠΟΤΕ ΟΜΩΣ ΞΥΠΟΛΗΤΟΙ

Περνάτε δεξιά πάνω από τη γέφυρα στο τέλος του χωματόδρομου και βγαίνετε στην άσφαλο. Στα 200μ ένα βενζινάδικο που είναι ο ΣΑ.

Κοκλαμά – Ασπρα Σπίτια (160χλμ)

Απόσταση μεταξύ των ΣΑ: 9,5χλμ

ΠΡΟΣΟΧΗ, συνεχίζετε στην άσφαλο για 200μ. Μπαίνετε δεξιά σε χωματόδρομο προς Νεοχώρι. Στα 300μ ανηφόρα αριστερά, συνεχίζετε πάντα σε χωματόδρομο, σχετικά βατό, προσέχοντας τα σήματα, βγαίνετε δεξιά επί της εθνικής. Συνεχίζετε για 2,4χλμ και μετά την έξοδο της γέφυρας παίρνετε το χωματόδρομο αριστερά. Έδαφος καλό, στα 8,6χλμ ξαναβγαίνετε στην άσφαλο και πηγαίνετε ευθεία προς την πλατεία του χωριού Ασπρα Σπίτια.

Ασπρα Σπίτια – Μουριά (172,8χλμ)

Απόσταση μεταξύ ΣΑ: 12,8χλμ

Απέναντι από τον ΣΑ μπαίνετε σε μια νέα πίστα (χωματόδρομος), πολύ πράσινο, βατός, λίγη ανηφόρα. Προσοχή στα σήματα. Έδαφος σχετικά επίπεδο, φτάνετε στον Αλφειό ποταμό. Η διαδρομή γίνεται λίγο λαβύρινθος και πάλι προσοχή στα σήματα. Κατά μήκος του ποταμού ο δρόμος μόλις διαγράφεται. Η περιοχή είναι όλο καλλιέργειες δίπλα στο ποτάμι. Θα υπάρχουν λίμνες με νερά αν έχει βρέξει. Είναι το τελευταίο εξαντλητικό τμήμα της διαδρομής. Θα έχετε βοήθεια από τα αυτοκίνητα των διοργανωτών, αν χρειαστείτε.

Μετά τα 10,3 δύσκολα χλμ, βγαίνετε στην εθνική και στα 2,8χλμ φτάνετε στη Μουριά.

Μουριά – Λινάρια (175,1χλμ)

Απόσταση μεταξύ των ΣΑ: 2,3χλμ

Όλο ευθεία άσφαλτος

Μέχρι ΟΛΥΜΠΙΑ (180,1χλμ)

Απόσταση μεταξύ των ΣΑ 5χλμ

Άσφαλτος και τερματισμός!