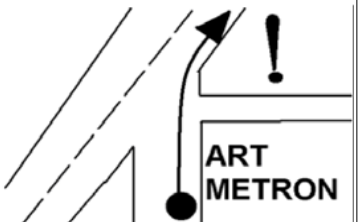
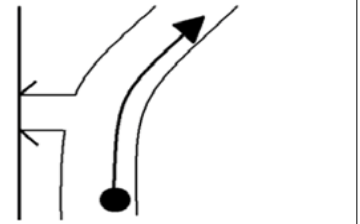
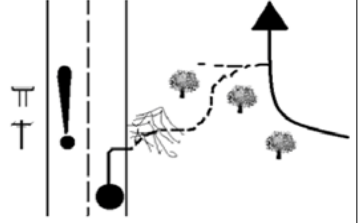
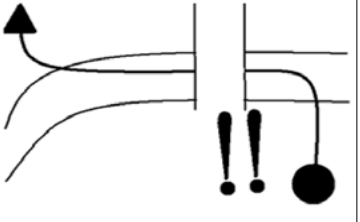
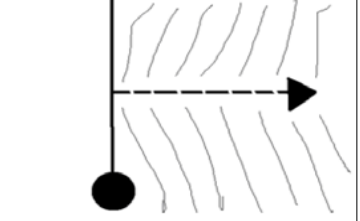
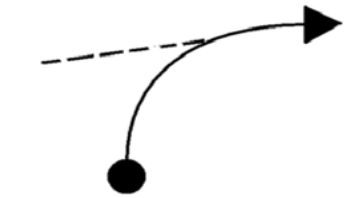
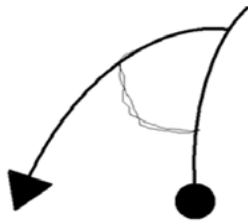
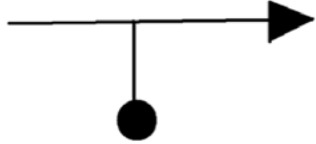
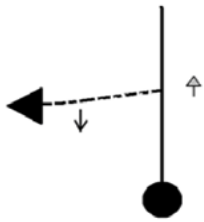
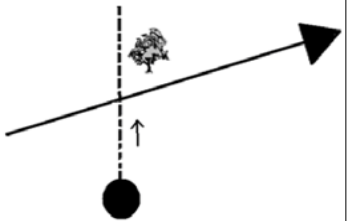

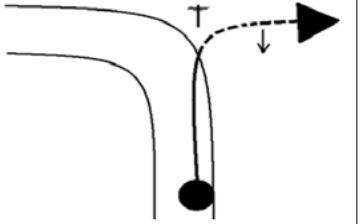
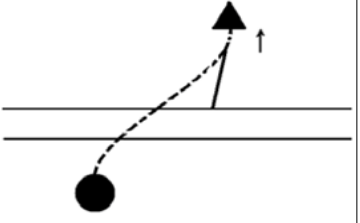
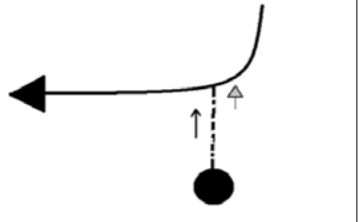
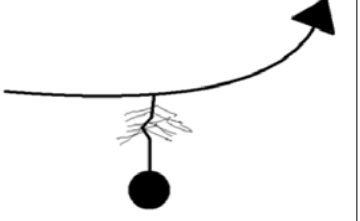
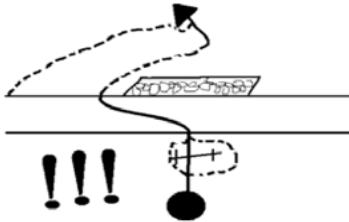
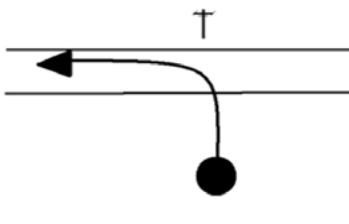
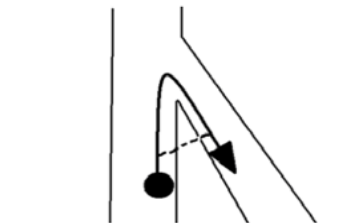
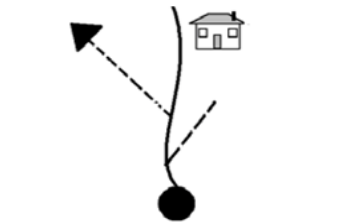
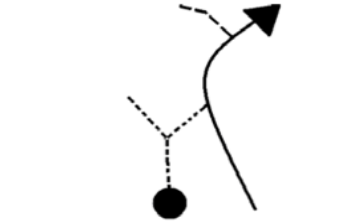
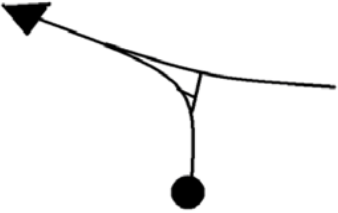
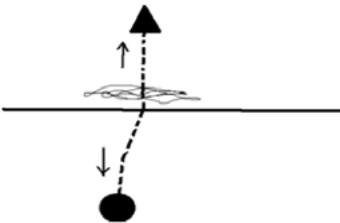
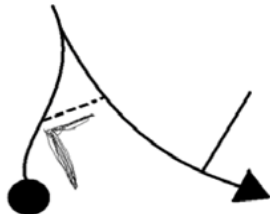
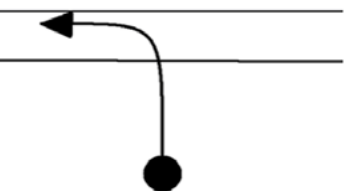
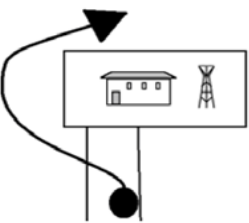


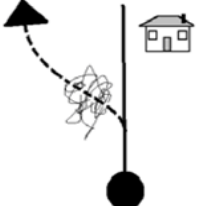
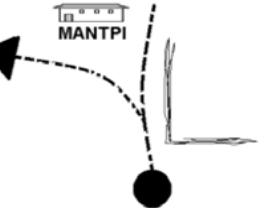
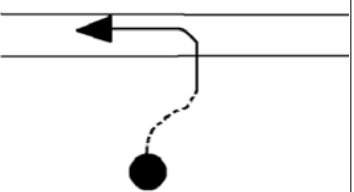
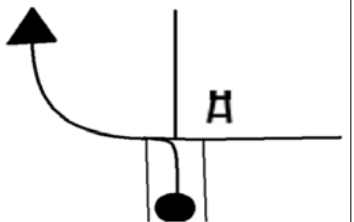

ΣΕΛΙΔΑ 1	ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ
0,00 0,00		ΚΑΛΗ ΑΡΧΗ ΚΑΛΗ ΧΡΟΝΙΑ ΚΑΛΗ ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ! ΠΡΟΣΟΧΗ ΠΩΣ ΒΓΑΙΝΕΙΣ ΣΤΟ ΚΕΝΤΡΙΚΟ...
2 2,66		ΚΟΨΕ ΣΤΗΝ ΚΑΤΗΦΟΡΑ...
3 3,16 0,50		
4 3,66 0,50		ΠΡΟΣΕΧΕ ΛΕΜΕΕΕΕ! ΚΑΙ ΑΠΟ ΤΙΣ ΔΥΟ ΜΕΡΙΕΣ!
5 4,04 0,38		ΔΕΝ ΦΑΙΝΕΤΑΙ... ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΑ ΣΠΑΡΜΕΝΑ

ΣΕΛΙΔΑ 2		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ	ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ
4,43	0,39		
4,58	0,15		ΔΕΞΙΑ ΑΠΟ ΤΑ ΝΕΡΑ
4,79	0,21		
5,10	0,31		ΚΑΤΗΦΟΡΙΖΕΙΣ ΣΤΟΝ ΑΓΩΓΟ... ΑΝΗΦΟΡΙΖΕΙΣ ΤΟΝ ΑΓΩΓΟ...
5,45	0,35		

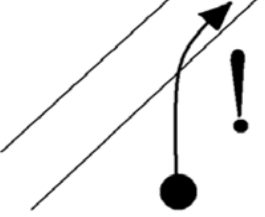
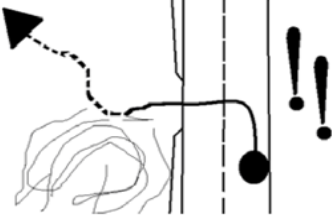
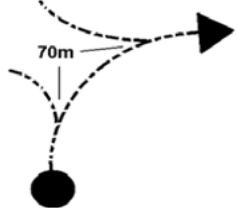
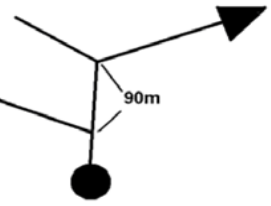
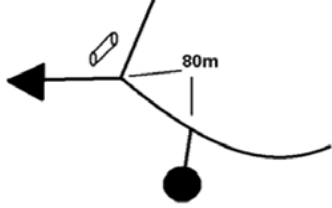
ΣΕΛΙΔΑ 3	ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνιας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ
5,73 0,28		
5,92 0,19		ΝΕΡΩΦΑΓΩΜΑΤΑ...
6,24 0,32		ΔΩΣΕ ΔΩΣΕ! ΑΥΤΗ ΕΙΝΑΙ Η ΔΥΣΚΟΛΟΤΕΡΗ,,, ΒΓΑΛΤΗ ΚΑΙ... ΚΑΘΑΡΙΣΕΣ! ΠΑΡΕ ΦΟΡΑ ΚΑΙ ΜΗ ΚΟΨΕΙΣ!
6,80 0,56		ΓΛΙΣΤΡΑΕΙ ΠΟΛΥ Ο ΧΩΜΑΤΟΔΡΟΜΟΣ!
7,54 0,74		

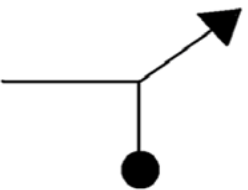
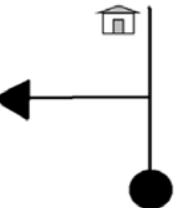

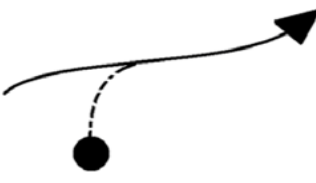
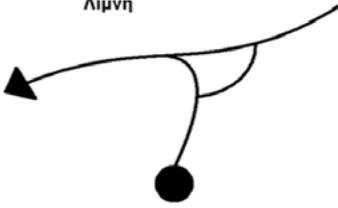
ΣΕΛΙΔΑ 4	ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ
8,15 16 0,61		<p>ΠΕΡΝΑ ΤΗ ΜΠΑΡΙΕΡΑ. ΑΝ ΔΕΝ ΜΠΟΡΕΙΣ ΝΑ ΑΝΕΩΞΕΙΣ ΑΠΕΝΑΝΤΙ... ΛΙΓΟ ΑΡΙΣΤΕΡΑ ΣΟΥ ΕΧΕΙ ΠΙΟ ΕΥΚΟΛΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ.</p>
8,72 17 0,57		
8,96 18 0,24		
9,57 19 0,61		
9,74 20 0,17		

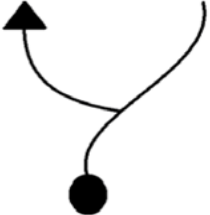

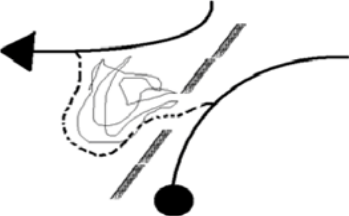
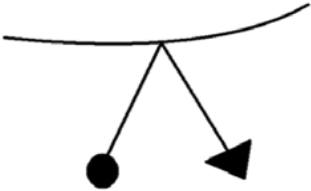
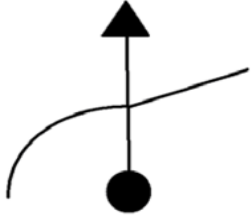
ΣΕΛΙΔΑ 5	ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ
10,08 21 0,34		
10,35 22 0,27		ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΤΑ ΑΛΟΓΑ!
10,62 23 0,27		ΑΚΟΛΟΥΘΕΙΣ ΤΟ ΒΑΣΙΚΟ ΙΧΝΟΣ ΤΟΥ ΑΓΩΓΟΥ ΜΕΧΡΙ ΤΗΝ ΑΣΦΑΛΤΟ
11,07 24 0,45		
11,36 25 0,29		

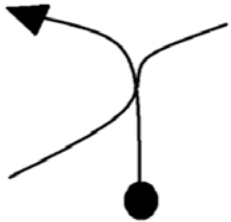

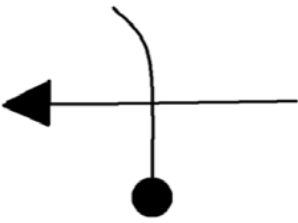
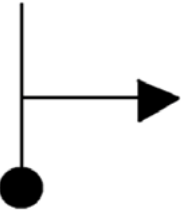
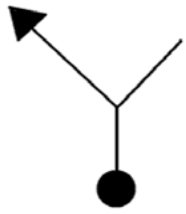
ΣΕΛΙΔΑ 6	ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ
11,50 26 0,14		ΣΤΑ ΜΠΑΖΑ ΚΑΝΕΙΣ ΑΡΙΣΤΕΡΑ ΚΑΙ ΞΑΝΑΠΙΑΝΕΙΣ ΤΟΝ ΑΓΩΓΟ
12,12 27 0,62		ΚΑΤΗΦΟΡΙΖΕΙΣ ΑΡΙΣΤΕΡΑ ΠΡΙΝ ΤΟ ΜΑΝΤΡΙ. ΒΡΙΣΚΕΙΣ ΠΑΤΗΜΑΤΑ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΑ ΔΕΝΤΡΑ, ΚΑΙ ΜΕΤΑ ΤΟ ΡΥΑΚΙ ΒΡΙΣΚΕΙΣ ΤΗΝ ΑΣΦΑΛΤΟ
12,42 28 0,30		ΠΑΣ ΑΣΦΑΛΤΟ ΜΕΧΡΙ ΤΕΛΟΥΣ ΤΗΣ...
13,64 29 1,22		
14,06 30 0,42		ΠΕΤΡΕΣ...

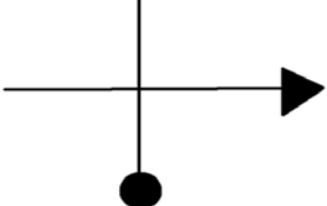

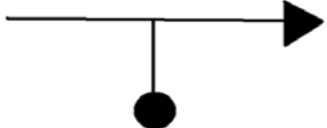
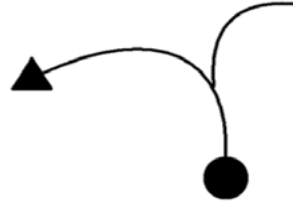
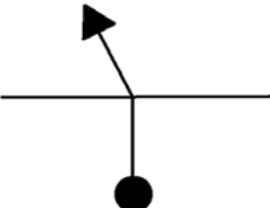
ΣΕΛΙΔΑ 7	ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ
14,30 31 0,24		
14,52 32 0,22		ΜΗΝ ΣΕ ΠΑΡΕΙ ΤΟ ΠΡΑΝΕΣ ΑΡΙΣΤΕΡΑ! ΔΙΠΛΑ ΣΤΑ ΔΕΝΤΡΑ, ΜΕΤΑ ΜΕΣΑ ΣΤΑ ΞΕΝΤΡΑ ΚΑΙ ΒΓΑΙΝΟΝΤΑΣ ΛΟΞΑ ΔΕΞΙΑ ΑΧΝΙΖΕΙ ΤΟ... ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΠΟΥ ΑΝΗΦΟΡΙΖΕΙ.
14,58 33 0,06		ΑΝ ΔΕΝ ΜΠΟΡΕΙΣ, ΦΤΙΑΞΕ ΤΙΣ ΠΕΤΡΕΣ ΓΙΑ ΠΑΤΗΜΑ!
14,99 34 0,41		
15,37 35 0,38		ΕΥΘΕΙΑ ΤΟ ΒΑΣΙΚΟ!

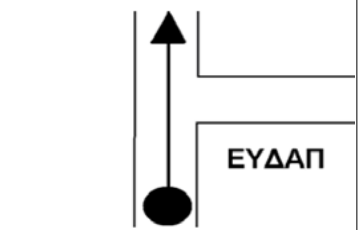
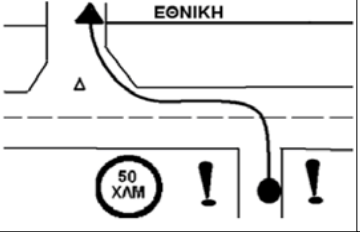
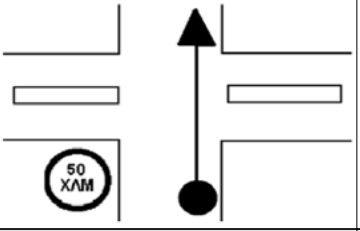
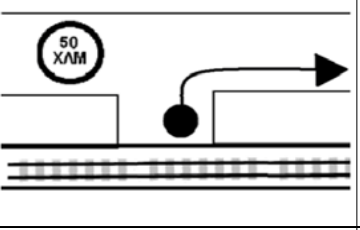
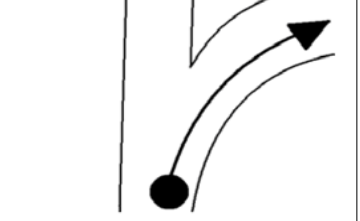
ΣΕΛΙΔΑ 8	ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ
17,01 36 1,64		ΠΡΟΣΕΧΕ!
17,22 37 0,21		ΠΡΟΣΕΧΕ ΛΕΜΕΕΕΕ! ΣΤΗΝ ΑΝΑΣΤΡΟΦΗ!
17,61 38 0,39		ΤΑ ΔΕΞΙΑ ΠΑΤΗΜΑΤΑ...
18,07 39 0,46		
18,24 40 0,17		


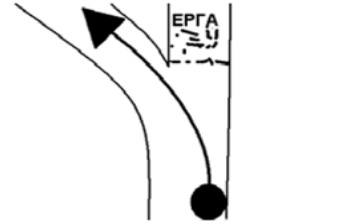
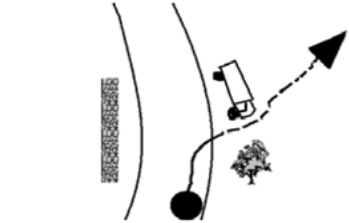
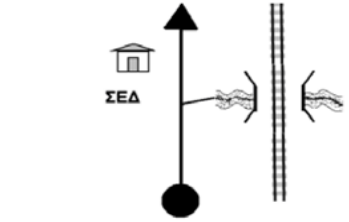

ΣΕΛΙΔΑ 9	ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ
18,41 41 0,17		
18,72 42 0,31		
19,02 43 0,30		
20,00 44 0,98		
20,17 45 0,17	Λίμνη 	ΣΙΓΑ! ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΕΡΧΟΝΤΑΙ ΑΝΤΙΓΕΤΑ!

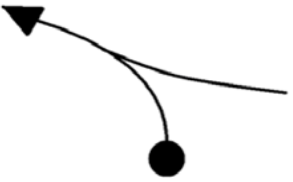
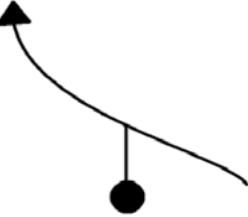
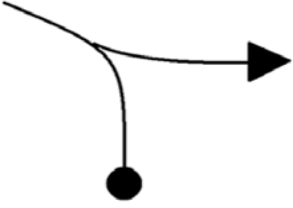
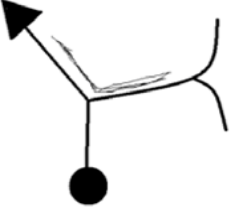
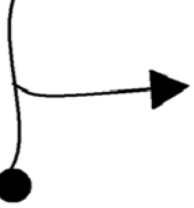
ΣΕΛΙΔΑ 10		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνιας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ	
20,54 46 0,37			
20,94 47 0,40		ΚΙ ΕΥΘΕΙΑ ΤΟΝ ΒΑΣΙΚΟ. ΣΙΓΑ ΡΕΕΕ! ΔΕΝ ΚΑΤΑΛΛΑΒΑΙΝΕΙΣ?	
22,71 48 1,77		ΑΦΗΝΕΙΣ ΤΟ ΔΡΟΜΟ ΚΑΙ ΜΠΑΙΝΕΙΣ ΣΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΠΟΥ ΣΕ ΒΓΑΖΕΙ ΣΤΟΝ ΑΠΟΠΑΝΩ! ΜΗΝ ΠΑΤΑΣ ΣΤΟ ΧΩΡΑΦΙ, ΘΑ ΦΑΣ ΑΛΛΑΤΙΕΣ!	
23,89 49 1,18			
24,14 50 0,25			

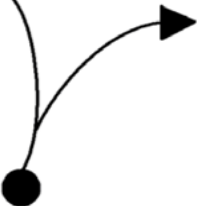

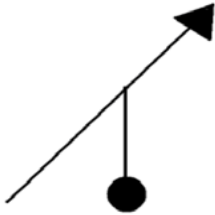
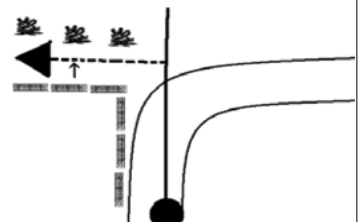
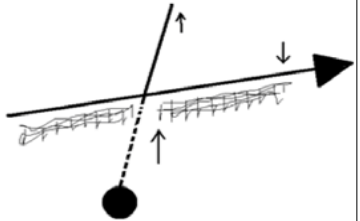
ΣΕΛΙΔΑ 11		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 60 Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ	ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ
25,15	1,01		
25,27	0,12		
25,79	0,52		
26,08	0,29		
26,21	0,13		

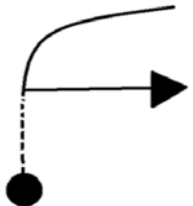

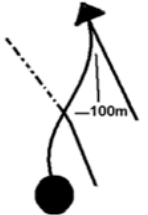
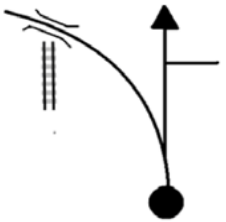
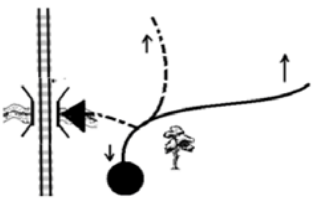
ΣΕΛΙΔΑ 12		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 60 Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ	
ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ			
26,72			
56	0,51		
26,97			
57	0,25		
27,29			
58	0,32		
27,63			
59	0,34		
27,81		ΠΕΡΝΑΣ ΤΟ ΠΟΤΑΜΙ ΑΠΟ ΔΕΞΙΑ! ΕΙΝΑΙ ΠΙΟ ΡΗΧΟ ΚΙ ΑΣ ΜΗ ΦΑΙΝΕΤΑΙ!	
60	0,18		


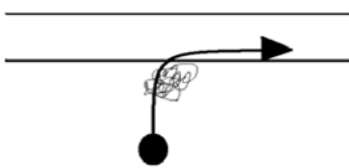
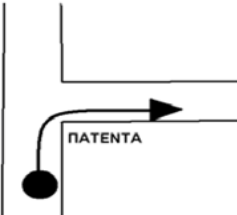
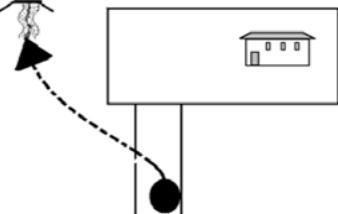
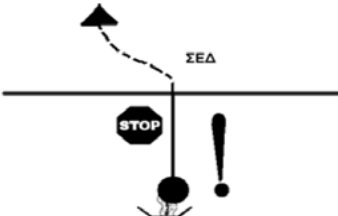
ΣΕΛΙΔΑ 13		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ	ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ
28,60	0,79		
29,67	1,07		ΠΡΟΣΟΧΗ! ΒΓΑΙΝΕΙΣ ΣΤΟ ΚΕΝΤΡΙΚΟ! ΣΙΓΑ ΣΤΟ ΔΡΟΜΟ ΤΩΝ ΚΙΟΥΡΚΩΝ!
30,29	0,62		ΚΟΨΕΕΕ!
30,97	0,68		ΧΑΙΡΕΤΑΣ ΤΟΥ ΣΥΝΑΓΩΝΙΖΟΜΕΝΟΥΣ ΠΟΥ ΕΡΧΟΝΤΑΙ ΑΠΕΝΑΝΤΙ...
32,05	1,08		

ΣΕΛΙΔΑ 14		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ	
32,24 66 0,19		ΑΝ ΘΕΣ ΒΑΛΕ... ΘΑ ΤΟ ΞΑΝΑΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ ΑΡΓΟΤΕΡΑ...	
32,74 67 0,50			
33,07 68 0,33		ΠΡΙΝ ΤΟ ΦΟΡΤΗΓΟ ΑΡΧΙΖΕΙ ΔΡΟΜΑΚΙ ΠΟΥ ΠΑΕΙ ΔΙΠΛΑ ΣΤΙΣ ΓΡΑΜΜΕΣ. ΕΧΕΙ ΤΥΦΛΑ ΑΝΗΦΟΡΙΚΑ! ΠΡΟΣΟΧΗ ΜΗΝ ΕΡΧΕΤΑΙ ΕΝΤΟΥΡΑΣ!	
34,75 69 1,68		ΣΕΔ ΣΤΑΜΑΤΑ ΔΩΣΕ ΚΑΡΤΑ! ΠΡΟΣΕΧΕ ΑΠΟ ΔΕΞΙΑ!	
34,88 70 0,13		ΕΥΚΟΛΟ...	

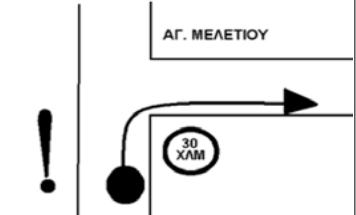
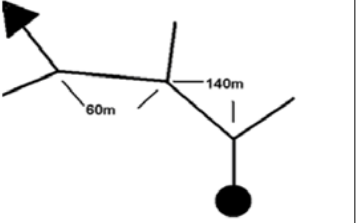
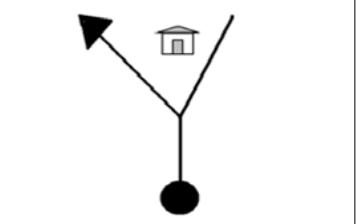
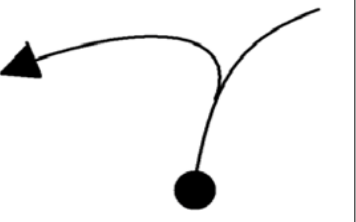
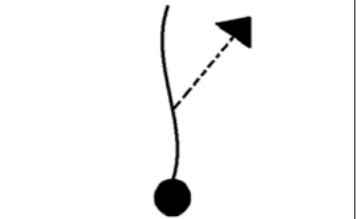
ΣΕΛΙΔΑ 15		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 60 Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ	
35,13 71 0,25		ΔΥΣΚΟΛΟ...	
35,49 72 0,36			
36,61 73 1,12			
37,44 74 0,83			
38,14 75 0,70		ΝΕΡΟΦΑΓΩΜΑΤΑ	

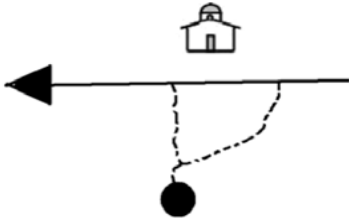
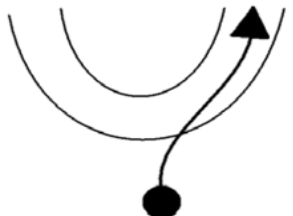
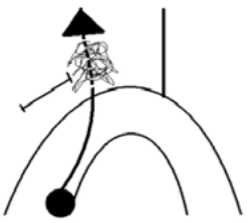
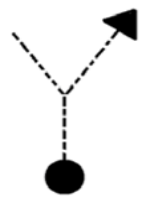

ΣΕΛΙΔΑ 16		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 60 Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ	
ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ			
38,86		ΜΗΝ ΞΕΘΑΡΡΕΥΕΙΣ! ΚΑΘΕΤΟ ΚΟΨΙΜΟ!	
76	0,72		
39,12		ΚΟΨΕ ΓΑΜΩΤΟ!	
77	0,26		
39,79			
78	0,67		
39,94		ΔΙΠΛΑ ΣΤΑ ΣΥΡΜΑΤΑ... ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΤΗΜΕΝΟ...	
79	0,15		
40,10		ΚΑΤΗΦΟΡΙΖΕΙΣ. ΣΤΟ ΤΕΛΟΣ ΑΡΙΣΤΕΡΑ ΑΡΧΙΖΕΙ ΟΜΟΡΦΟ ΜΟΝΟΠΑΤΑΚΙ. ΠΡΟΣΕΧΕ ΤΑ ΚΛΑΔΙΑ!	
80	0,16		

ΣΕΛΙΔΑ 17		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνιας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ	
40,92 81 0,82		ΕΥΘΕΙΑ ΤΟ ΒΑΣΙΚΟ ΔΡΟΜΑΚΙ!	
41,29 82 0,37			
41,73 83 0,44		ΕΥΘΕΙΑ! ΑΚΟΛΟΥΘΕΙΣ ΤΟΝ ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΔΙΠΛΑ ΣΤΙΣ ΓΡΑΜΜΕΣ	
44,50 84 2,77		ΚΑΙ ΠΛΑΙ ΕΥΘΕΙΑ!	
45,07 85 0,57		ΜΕΣΑ ΣΤΟ ΤΟΥΝΕΛ	

ΣΕΛΙΔΑ 18		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6o Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ	ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ
45,29	86 0,22		ΜΗ ΜΑΖΩΧΙΖΕΤΑΙ! ΠΗΓΑΙΝΕ ΓΥΡΩ ΑΠΟ ΤΙΣ ΠΕΤΡΕΣ ΚΑΙ ΠΑΡΕ ΤΟ ΔΡΟΜΑΚΙ
45,45	87 0,16		
46,06	88 0,61		
46,52	89 0,46		ΜΠΑΙΝΟΥΜΕ ΤΟΥΝΕΛ! ΔΕΝ ΤΡΟΜΑΖΟΥΜΕ ΚΟΤΕΣ ΚΑΙ ΣΚΥΛΙΑ! ΧΑΙΡΕΤΑΜΕ ΤΟΝ ΤΥΠΟ ΣΤΗ ΚΑΛΥΒΑ ΑΡΙΣΤΕΡΑ! ΕΙΝΑΙ ΨΥΧΑΚΙΑΣ!
46,62	90 0,10		ΒΓΑΙΝΟΥΜΕ ΜΩΡΟ ΜΟΥ ΒΓΑΙΝΟΥΜΕ... ΜΕΣΑ ΑΠ' ΤΟ ΤΟΥΝΕΛ ΣΕΔ ΠΡΟΣΕΧΕ ΑΠΟ ΑΡΙΣΤΕΡΑ!

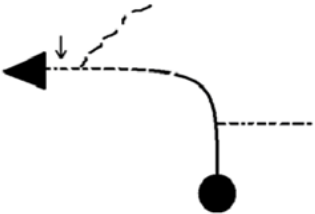
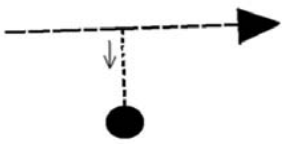
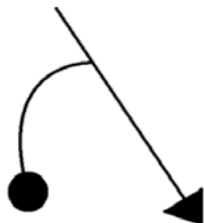


ΣΕΛΙΔΑ 19	ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ
47,27 91 0,65		
47,50 92 0,23		
47,90 93 0,40		ΚΟΥΦΕ ΧΩΡΙΟ!
48,13 94 0,23		
48,30 95 0,17		ΒΕΝΖΙΝΗ? ΧΑΙΡΕΤΑΣ ΤΟΥΣ ΔΙΚΟΥΣ ΜΑΣ ΠΟΥ ΕΡΧΟΝΤΑΙ


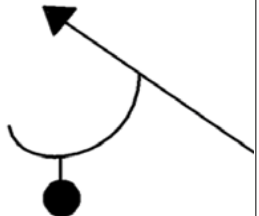
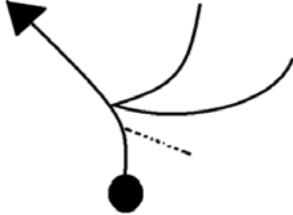
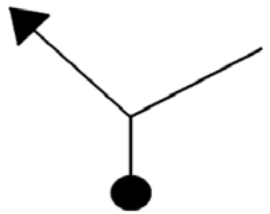
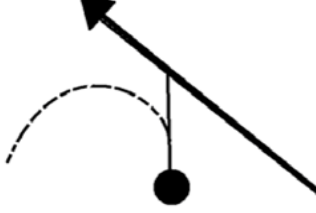
ΣΕΛΙΔΑ 20	ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ
48,92 96 0,62		ΣΙΓΑ! ΚΕΝΤΡΙΚΟΣ ΧΩΜΑΤΟΔΡΟΜΟΣ! ΜΗΝ ΠΡΟΚΑΛΕΙΣ! ΘΑ ΣΕ ΠΑΡΕΙ ΚΑΙ ΘΑ ΣΕ ΣΗΚΩΣΕΙ!!!
50,70 97 1,78		ΚΑΤΕΥΘΥΝΕΣΑΙ ΠΡΟΣ ΤΟ... "ΦΤΩΧΟΣΠΙΤΟ"
51,31 98 0,61		ΣΤΟ "ΠΑΛΑΤΙ" ΑΡΙΣΤΕΡΑ...
51,59 99 0,28		
52,16 100 0,57		

ΣΕΛΙΔΑ 21		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνιας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ	
ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ			
52,46		ΚΑΝΕ ΤΗΝ ΠΡΟΣΕΥΧΗ ΣΟΥ! (ΘΑ ΣΟΥ ΧΡΕΙΑΣΤΕΙ...) ΧΕΧΕΧΕ!	
101 0,30			
52,61			
102 0,15			
53,02		ΠΑΝΩ ΑΠΟ ΤΟ ΑΝΑΧΩΜΑ, ΔΙΠΛΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΟΡΤΑ. ΚΑΤΗΦΟΡΙΖΕΙΣ... ΣΙΓΑ ΚΑΙ ΣΤΑΘΕΡΑ! ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΕ ΤΟ!	
103 0,41			
53,24			
104 0,22			
53,30			
105 0,06			

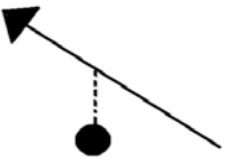
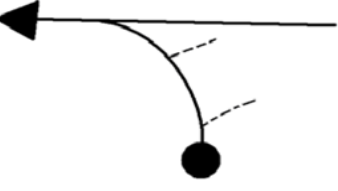
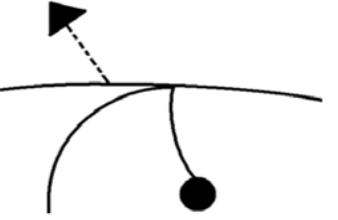
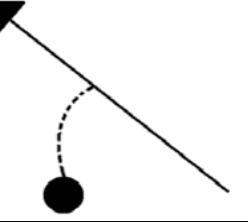
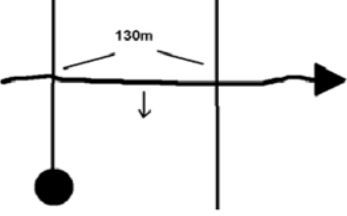
ΣΕΛΙΔΑ 22		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ	
53,44 106 0,14		ΚΑΤΗΦΟΡΙΖΕΙΣ...	
53,76 107 0,32		ΑΡΙΣΤΕΡΑ ΚΑΤΕΒΑΣΙΕΣ... ΜΠΑΙΝΕΙΣ ΣΤΟ ΠΟΤΑΜΑΚΙ -ΔΕΝ ΒΓΑΙΝΕΙΣ ΣΤΟ ΑΝΕΒΑΣΜΑΤΑΚΙ- ΚΑΙ ΤΟ ΑΚΟΛΟΥΘΕΙΣ. ΣΚΥΨΕ ΣΤΟ ΔΕΝΤΡΟ! ΜΗ ΧΑΣΕΙΣ ΤΟ ΣΕΔ!	
54,05 108 0,29		ΒΓΑΙΝΕΙΣ! ΣΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΑΜΕΣΩΣΩ ΔΕΞΙΑ	
54,13 109 0,08		ΠΑΡΑΜΕΝΕΙΣ ΑΡΙΣΤΕΡΑ ΑΠΟ ΤΟ ΡΥΑΚΙ! ΒΓΑΙΝΕΙΣ ΣΤΟΝ ΦΡΕΣΚΟΑΝΟΙΓΜΕΝΟ ΔΡΟΜΟ	
54,23 110 0,10		ΑΠΕΝΑΝΤΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΟΙΚΟΔΟΜΗ, ΠΡΙΝ ΤΟ ΤΡΕΪΛΕΡ, ΚΑΤΕΒΑΙΝΕΙΣ ΤΑ ΧΩΜΑΤΑ ΚΑΙ ΒΡΙΣΚΕΙΣ ΤΟ ΚΑΤΗΦΟΡΙΚΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ	

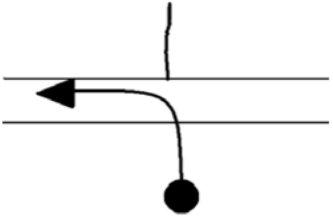
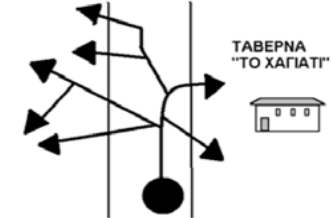
ΣΕΛΙΔΑ 23		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ	
ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ			
54,38 111 0,15		ΔΩΣΕ ΛΕΜΕ!	
54,51 112 0,13		ΞΑΝΑΚΑΝΕ ΤΟ ΣΤΑΥΡΟ ΣΟΥ ΠΟΥ ΕΒΓΑΛΕΣ ΤΑ ΔΥΣΚΟΛΑ!	
54,79 113 0,28			
54,97 114 0,18		ΑΚΟΛΟΥΘΕΙΣ ΤΟ ΒΑΣΙΚΟ ΔΡΟΜΑΚΙ	
55,48 115 0,51			

ΣΕΛΙΔΑ 24		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ	
55,70 116 0,22		ΚΑΤΗΦΟΡΑΑΑΑ!	
55,95 117 0,25		ΜΜΜΜΜ!	
56,40 118 0,45			
56,65 119 0,25			
56,87 120 0,22		ΑΝΟΙΞΕ ΤΟ ΤΟ ΡΗΜΑΔΙ ΠΟΥ ΜΟΥ ΘΕΣ ΚΑΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΑΛΟΓΑ!	

ΣΕΛΙΔΑ 25		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ	ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ
57,54	121 0,67		ΑΦΗΝΕΙΣ ΑΡΙΣΤΕΡΑ ΤΙΣ ΠΙΣΤΟΥΛΕΣ
57,84	122 0,30		ΜΗΝ ΜΠΕΡΔΕΥΤΕΙΣ! ΙΣΑ ΣΤΟΝ ΚΕΝΤΡΙΚΟ, ΠΟΥ ΨΙΛΟΑΝΗΦΟΡΙΖΕΙ
58,20	123 0,36		
58,49	124 0,29		
58,71	125 0,22		ΑΦΗΝΕΙΣ ΑΡΙΣΤΕΡΑ ΣΟΥ ΠΙΣΤΟΥΛΑ

ΣΕΛΙΔΑ 26		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ	
59,27 126 0,56		ΛΙΓΗ ΑΣΦΑΛΤΑΔΑ ΓΙΑ ΧΑΛΛΛΑΡΩΣΗ!	
59,91 127 0,64		ΜΕΤΡΑ ΚΑΛΑ ΓΙΑ ΤΟ ΕΠΟΜΕΝΟ!	
61,11 128 1,20		ΣΤΟ ΞΕΦΩΤΟ, ΣΤΗΝ ΚΟΛΩΝΑ, ΚΟΒΕΙΣ ΑΡΙΣΤΕΡΑ. ΑΡΧΙΖΟΥΝ ΝΟΜΟΠΑΤΙΑ. ΟΛΑ ΠΑΝΕ ΣΤΟ ΙΔΙΟ...	
61,68 129 0,57		ΠΩ ΠΩ ΡΟΔΙΕΣ!!!	
62,17 130 0,49		ΤΗΣ ΠΟΥΤΑΝΑΣ ΟΙ ΡΟΔΙΕΣ! ΟΛΟΙ ΟΙ ΔΡΟΜΟΙ ΟΔΗΓΟΥΝ ΣΤΗ... ΤΑΒΕΡΝΑ!	

ΣΕΛΙΔΑ 27		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ	
ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ			
62,40			
131	0,23		
62,65			
132	0,25		
63,55		ΑΡΧΙΖΕΙ ΩΡΑΙΟ ΓΡΗΓΟΡΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ! ΑΙ! ΠΑΓΑΙΝΕ ΤΑΠΑΑ!	
133	0,90		
65,43		ΚΑΙ ΣΤΙΣ ΕΠΟΜΕΝΕΣ ΔΥΟ ΔΙΑΣΤΑΥΡΩΣΕΙΣ ΚΡΑΤΑΣ ΔΕΞΙΑ! ΔΕΝ ΣΤΡΙΒΕΙΣ!	
134	1,88		
66,22		ΑΓΩΓΟΣ! ΚΑΤΗΦΟΡΙΖΕΙΣ... ΠΕΡΝΑΣ ΕΝΑ ΔΡΟΜΟ...	
135	0,79		

ΣΕΛΙΔΑ 28		ΔΙΑΔΡΟΜΗ: 6ο Trail Ride 2006+ Μαραθώνας - California	ΧΛΜ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ: 67,5 ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ: 67,5 Ειδική ΒΑΣΗ ΜΩΤ
ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΧΛΜ	ΜΕΡΙΚΑ ΧΛΜ	ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ	ΣΧΟΛΙΑ
66,54	0,32		...ΚΙ ΕΔΩ ΚΑΝΕΙΣ ΑΡΙΣΤΕΡΑ! ΣΙΓΑ ΣΤΗΝ ΑΣΦΑΛΤΟ. ΠΑΣ ΣΤΗΝ ΤΑΒΕΡΝΑ. ΣΥΜΜΑΛΗΤΗΡΙΑ! ΤΕΛΕΙΩΣΕΣ!
67,65	1,11		ΠΑΡΚΑΡΕΙΣ ΟΠΟΥ ΒΡΕΙΣ! 1ον ΔΙΝΕΙΣ ΤΗΝ ΚΑΡΤΑ 2ον ΚΑΘΕΣΑΙ ΤΑΒΕΡΝΑ 3ον ΤΟ ΒΡΑΔΥ ΣΤΟΥ ΨΥΡΗ! ΟΠΩΣΔΗΠΟΤΕ!