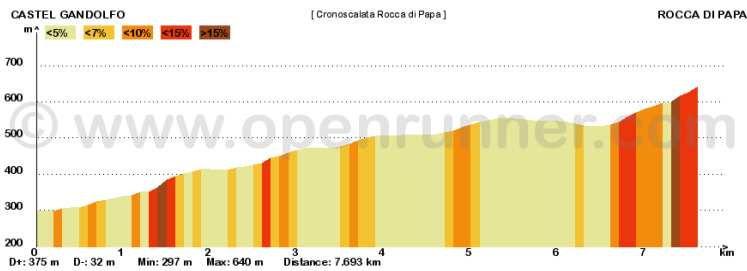


1) Crono Rocca di Papa

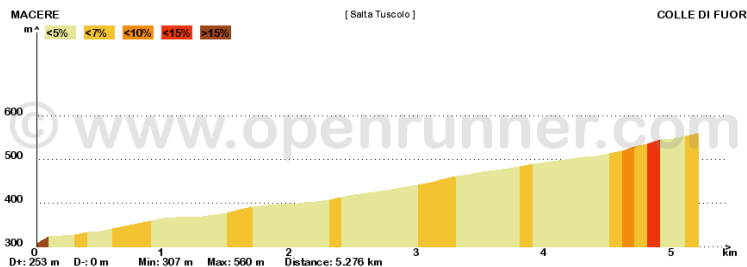
<http://www.openrunner.com/index.php?id=2949081>



Quota di partenza: 301
Lunghezza km: 7,7
Quota d'arrivo: 628
Dislivello mt: 375
Pendenza media: 4,9%
Pendenza max: 15,0%

2) Salita "Le Macere"

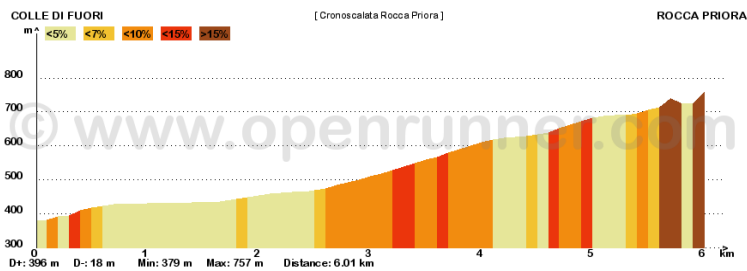
<http://www.openrunner.com/index.php?id=3236001>



Quota di partenza: 317
Lunghezza km: 5,3
Quota d'arrivo: 565
Dislivello mt: 253
Pendenza media: 4,8%
Pendenza max: 7,5%

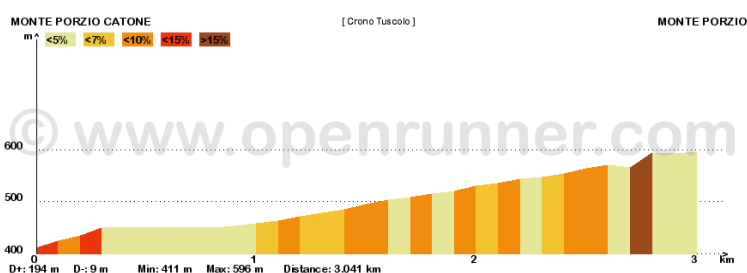
3) Crono Rocca Priora

<http://www.openrunner.com/index.php?id=2949089>



Quota di partenza: 375
Lunghezza km: 6,0
Quota d'arrivo: 744
Dislivello mt: 376
Pendenza media: 6,3%
Pendenza max: 13,0%

3) Crono Tuscolo



Quota di partenza: 418
Lunghezza km: 3,0
Quota d'arrivo: 587
Dislivello mt: 194
Pendenza media: 6,5%
Pendenza max: 8,2%