

1.ΤΕΧΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΑΓΩΝΩΝ 2026

1.1 VIRGIN FOREST ULTRA TRAIL (V.F.U.T)

ΑΑ	Τοποθεσίες	Απόσταση		D		Πρώτος		Τελευταίος		Μ Ο Ν Ο Ρ Η Τ Ι	Χ Ρ Ε Μ Α Τ Ι	Α Σ Φ Α Λ Τ Ο Σ	Παρατηρήσεις
		ΜΕΡΙΚΗ	ΣΥΝΟΛΙΚΗ	+	-	Λεπτά	Χρόνος	Λεπτά	Χρόνος				
	ΕΚΚΙΝΗΣΗ 22/10/2026 ΩΡΑ: 22:00 μμ												
1	Παρανέστι - Porcel - Βουνοπλαγιά (Εκκλησία)	12.908	12.908	865	465	80	23:20	135	00:15	8.875	2.945	1.088	ΣΤΑΘΜΟΣ
2	Βουνοπλαγιά (Εκκλησία)- Σίλη	6.186	19.094	465	215	45	00:05	90	01:45	5.755		431	ΣΤΑΘΜΟΣ
3	Σίλη - φυλάκιο Παγκάλου	8.010	27.104	545	149	70	01:15	120	03:45	6.154	1.856		ΣΤΑΘΜΟΣ
4	Φυλάκιο Παγκάλου – Ζαρκαδιά Ι	8.537	35.641	30	865	45	02:00	100	05:25	4.920	3.050	567	ΣΤΑΘΜΟΣ Πα 05:30
5	Ζαρκαδιά - Λίμνη Πλατανόβρυσης - Αλήκιοϊ	20.816	56.457	750	475	155	04:35	290	10:20	20.071	633	112	ΣΤΑΘΜΟΣ
6	Αλήκιοϊ – Άντερο (έξοδος Μονοπατιού)	4.219	60.676	570	60	45	05:20	90	11:50	4.219			ΚΕΝΤΡΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ Πα 12:00
7	Άντερο - Γιουμουρλού – Χαράδρα 14	16.000	76.676	385	210	120	07:20	210	15:30		16.000		ΣΤΑΘΜΟΣ Πα 15:30
8	Χαράδρα 14 – 148 – 147 – 146 – Φρακτό (Εργοτάξιο)	16.241	92.917	866	679	135	09:35	270	20:00	11.427	4.814		ΣΤΑΘΜΟΣ Πα 20:00

1.2 NATURA TRAIL RACE (N.T.R)

ΑΑ	Τοποθεσίες	Απόσταση		D		Πρώτος		Τελευταίος		Μ ο ν ο π ρ ε τι	Χ ω μ α	Α σ φ α λ τ ο ς	Παρατη ρήσεις
		ΜΕΡΙΚΗ	ΣΥΝΟΛΙΚΗ	+	-	Λεπτά	Χρόνος	Λεπτά	Χρόνος				
	ΕΚΚΙΝΗΣΗ ΣΑΒΒΑΤΟ 24/10/2025 ΩΡΑ 08:00 πμ												
1	Παρανέστι (Σταθμός) – Porcel - Βουνοπλα γιά (Εκκλησία)	12.908	12.908	865	465	70	09:10	130	10:10	8.875	2.945	1.088	ΣΤΑΘΜΟΣ
2	Βουνοπλαγιά (Εκκλησία)- Σίλη	6.186	19.094	465	215	40	09:50	80	11:30	5.755		431	ΣΤΑΘΜΟΣ
3	Σίλη - φυλάκιο Παγκάλου	8.010	27.104	545	149	70	11:00	100	13:10	6.154	1.856		ΣΤΑΘΜΟΣ
4	Φυλάκιο Παγκάλου – Ζαρκαδιά I	8.537	35.641	30	865	50	11:50	90	14:40	4.920	3.050	567	ΣΤΑΘΜΟΣ Σα 15:00
5	Ζαρκαδιά - Μόμα (Πεύκο) (χωματόδρομος)	4.382	40.023	750	475	40	12:30	80	16:20	4.282	100		ΣΤΑΘΜΟΣ
6	– Μόμα – Πολυγέφυρο – Ζαρκαδιά II	7.419	47.442	120	380	60	13:30	120	18:20	6.674	633	112	ΣΤΑΘΜΟΣ Σα 18:30
9	Ζαρκαδιά - Οξιά (Αυχένας) - Πρασινάδα	12.758	60.200	850	235	150	16:00	210	22:00	9.246	1.502	2.010	ΣΤΑΘΜΟΣ Σα 22:15

1.3 ΠΑΡΑΝΕΣΤΙΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ (Ρ.Ρ)

ΑΑ	Τοποθεσίες	Απόσταση		D		Πρώτος		Τελευταίος		Μ ο ν ο π ε ρ ι	Χ ε ρ μ ε ρ ι	Α σ φ α λ τ ο ς	Παρα τηρήσει ς
		ΜΕΡΙΚΗ	ΣΥΝΟΛΙΚΗ	+	-	Λεπτά	Χρόνος	Λεπτά	Χρόνος				
	ΕΚΚΙΝΗΣΗ ΣΑΒΒΑΤΟ 24/10/2026 ΩΡΑ 09:00 πμ												
1	Παρανέστι (Σταθμός) – Porcel - Βουνοπλαγιά (Εκκλησία)	12.908	12.908	865	465	70	10:10	150	11:30	8.875	2.945	1.088	ΣΤΑΘΜΟΣ
2	Βουνοπλαγιά (Εκκλησία)- Σίλη I	6.186	19.094	465	215	40	10:50	80	12:50	5.755		431	ΣΤΑΘΜΟΣ Σα 13:00
3	Σίλη - ΠΟΙΜΕΝΙΔΗΣ - ΠΡΑΣΙΝΑΔΑ	7.381	26.475	250	435	50	11:40	100	14:40	3.233	2.678	1470	ΣΤΑΘΜΟΣ Σα 14:40
	Πρασινάδα – Σίλη II	4.394	30.869	260	150	40	12:20	70	15:50	3400	994		ΣΤΑΘΜΟΣ Σα 16:00
4	Σίλη - Porcel – Παρανέστι (Σταθμός)	17.674	48.543	160	705	110	14:10	120	18:00	13.052	2.376	2.246	ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ Σα 18:00
	ΣΥΝΟΛΟ		48.543	2.000	1.970		4:10		9:00	34.315 (70,68%)	8.993 (18,52%)	5.235 (10,78)	

1.4. ΑΡΚΟΥΔΟΡΕΜΑ TRAIL

ΑΑ	Τοποθεσίες	Απόσταση		D		Πρώτος		Τελευταίος		Μ ο ν ο π ε τ ι	Χ ε ρ ε ι	Ά σ φ α λ τ ο ς	Παρατηρήσεις
		ΜΕΡΙΚΗ	ΣΥΝΟΛΙΚΗ	+	-	Λεπτά	Χρόνος	Λεπτά	Χρόνος				
	ΕΚΚΙΝΗΣΗ ΣΑΒΒΑΤΟ 24/10/2026 ΩΡΑ 10:00 πμ												
1	Παρανέστι (Σταθμός) – Porcel -	5.640	5.640	200	290	30	10:30	45	10:45	2.920	1.775	945	ΣΤΑΘΜΟΣ
2	Porcel – Γεφυρα Θόλου - Βουνοπλαγιά (Εκκλησία)	5.440	11.080	410	60	40	11:10	90	12:15	3.750	660	1.030	ΣΤΑΘΜΟΣ Σα 12:30
3	Βουνοπλαγιά (Εκκλησία) - Porcel	6.200	17.280	116	312	45	11:55	70	13:40	5.710		490	ΣΤΑΘΜΟΣ
	Porcel - Παρανέστι	8.060	25.340	86	88	50	12:45	80	15:00	4.380	2.410	1.270	ΣΤΑΘΜΟΣ Σα 15:00
	ΣΥΝΟΛΟ		25.340	812	750		02:45		05:00	16.760 (66,14%)	4.845 (19,11%)	3.735 (14,73%)	