

## 技術明細表

技術的要素 距離	5 km	1 0 km ( 5 k m × 2 )
コースの全長 Length of Course	5 km	1 0 km
スタート・フィニッシュ地点標高 Start Finish Height	6 5 5 m	6 5 5 m
最高地点標高 Max. Altitude	7 2 2 m	7 2 2 m
最低地点標高 Mini. Altitude	6 5 2 m	6 5 2 m
標高差(H D) Height difference	7 0 m	7 0 m
極限登高標高差(MM) Max. Climb	3 6 m	3 6 m
合計登高標高差(M T) Total Climb	1 9 7 m	3 9 4 m

登りのタイプ Type of Climb	傾斜度 Gradient	標高差 Height of Diff.	合計 Total
A	9 ~ 18%	30m 以上	7 6 m
B	9 ~ 18%	10 ~ 29m	6 4 m
C	18% 以上	10m 未満 (距離30m 以内)	3 ( 1 6 ) m
Undulating terrain	9 % 未満・10m 未満 (特例、> 9 % 含む)		5 4 m
合 計			1 9 7 m