



Ultramarathon de Sai Kung Race Course Details 賽事路線資料

Mountain Marathon 36

Section 賽段	From 由	To 去	Distance (km) 距離 (公里)	Ascent (m) 爬升 (米)	Descent (m) 下降 (米)	Acc. Distance (km) 累積距離 (公里)	Acc. Ascent (m) 累積爬升 (米)	Acc. Descent (m) 累積下降 (米)	Difficulty 難度	Cut-off 關閉時間
1	Pak Tam Chung 北潭涌	Yung Shui O 榕樹澳	8.3	526	523	8.3	526	523	★★★	11:00
2	Yung Shui O 榕樹澳	Hoi Ha 海下	8.7	306	282	17	832	805	★	12:30
3	Hoi Ha 海下	Wong Shek Pier 黃石碼頭	8.2	338	368	25.2	1170	1173	★★	14:30
4	Wong Shek Pier 黃石碼頭	Pak Tam Chung 北潭涌	11.6	668	664	36.8	1838	1837	★★★	17:00