

Pico Ruivo Vertical Challenge 2023**11,88 km / 1910 D+ / 50 D- / Grau 4 / Tempo limite - 4H**

| Controlo | Local | Dist. (km) | Dist. Ac. | Altitude | D + | D + Ac. | D - | D - Ac. | Previsão +Rápidos | Previsão +Lentos | Fecho Controlo | Tipo Controlo |
|----------------|-----------------------|------------|-------------|----------|------|-------------|-----|-----------|-------------------|------------------|----------------|---------------|
| <i>Partida</i> | Calhau de São Jorge | 0,0 | 0,0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 09:00 | 09:00 | 09:15 | - |
| CP1 | Antes do Vale da Lapa | 6,0 | 6,0 | 764 | 769 | 769 | 8 | 8 | 09:45 | 10:30 | - | C/A L AP |
| <i>Meta</i> | Topo do Pico Ruivo | 5,9 | 11,9 | 1862 | 1141 | 1910 | 42 | 50 | 10:30 | 13:00 | 13:00 | C/A L S PS |

Abreviações: C/A - Controlo/Abastecimento; L - Líquidos ; S - Sólidos; AP - Assistência pessoal; PS - Primeiros socorros; CP - Checkpoints.