Start	**P12** Pulčín, 49.2199331N, 18.0768194E
Cíl	**P13** Študlov, konečná autobusu, 49.1585350N, 18.0861778E
Trasa běžce	Po červené TZ směr Francova Lhota. Po 3 km - ve svahu nad obcí - stále sledovat červenou TZ (na 250 metrů opustí zpevněnou cestu). Dole v obci před potokem doleva. Průběh Francovou Lhotou stále po červené TZ. Dále pokračovat po červené TZ přes hřeben do Střelné. Dole v obci doprava a po 200 doleva - přes celou Střelnou stále po červené TZ. 600 metrů za obcí opustit červenou TZ a pokračovat po silnici přes táhlý kopeček 1,5 km Dole v obci po hlavní silnici doleva až na konečnou autobusu.
Délka, povrch, stoupání, klesání	10,3 km, 80 % asfalt, 20 % lesní cesta, stoupání 217 m, klesání 355 m




U Sekule
Hradisko
773
Popelišovy Paseky
Stráž
623
Senice
Mužíkov
U Solařů
Pulčín
Valašská Senice
Hudeček
Mikuličův vrch
676
Bechov
620
730
Spina
Poschle
Račné
Lidečko
Francova Lhota
Jáma
Bílá Voda
Čubův kopec
720
Horní Lideč
Slámkovci
Senice
49
Lačnovský ryb.
678
Střelná
Strelenka
49
Sucháčkovy Paseky
Valašské Příkazy
57
Pasíčky
Študlov
V Lázkách
Poteč
Požár
792
Valašské Klobouky
Ploštiny
739
5059
Zádky
Královec
0
800
1600
2400
m
ETAPA 12
mapy.cz/s/pudevujuru