

MARDI 13/04

après midi MYOTEST

GR1 :

horaire	discipline	distance / durée
8h30	vélo	40 km
10h00	enchaînement : vélo / course à pied	2h00
14h30	après midi MYOTEST	

GR2 :

horaire	discipline	distance / durée
8h30	vélo	40 km
10h00	enchaînement : vélo / course à pied	2h00
14h30	après midi MYOTEST	

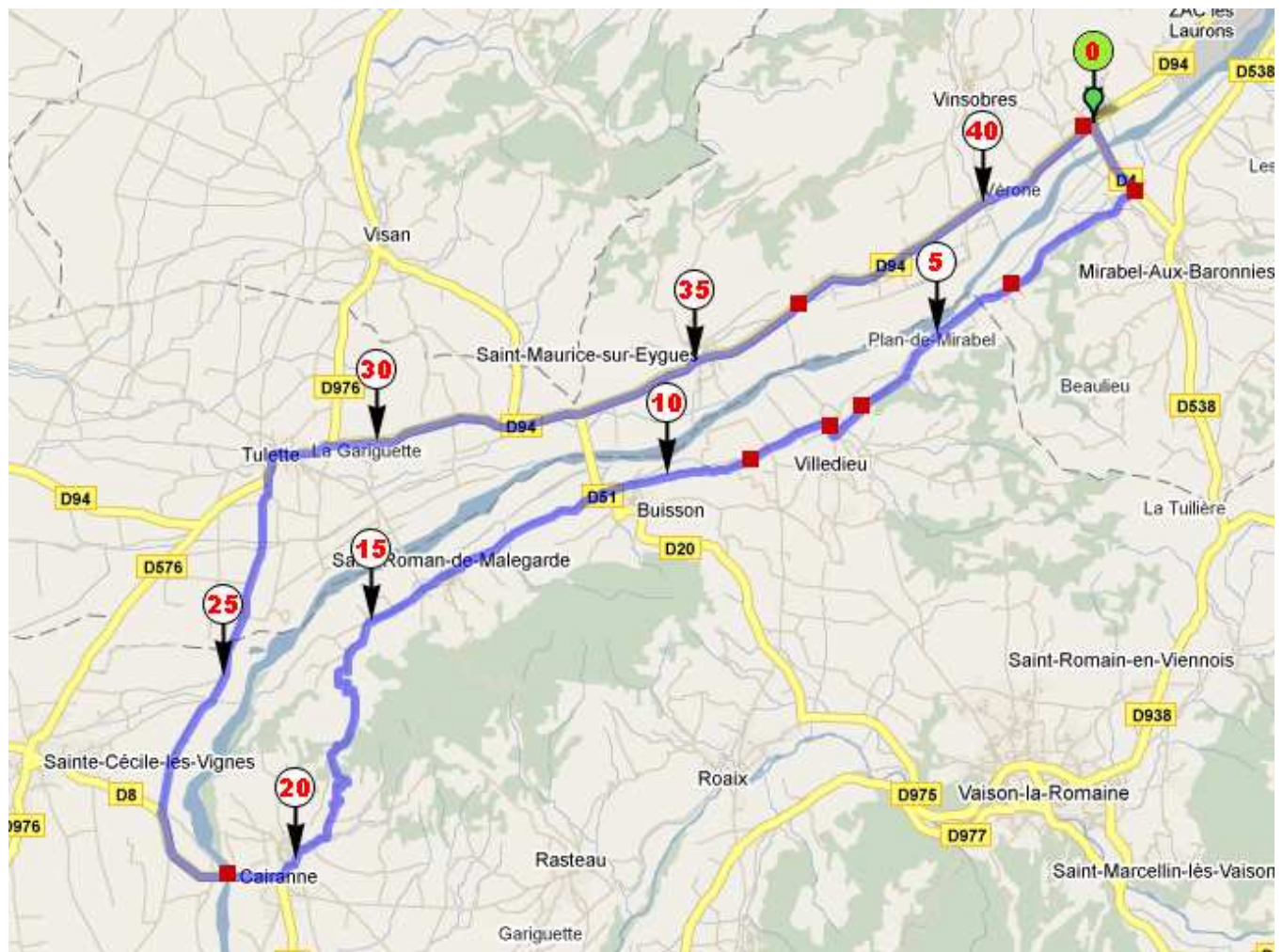
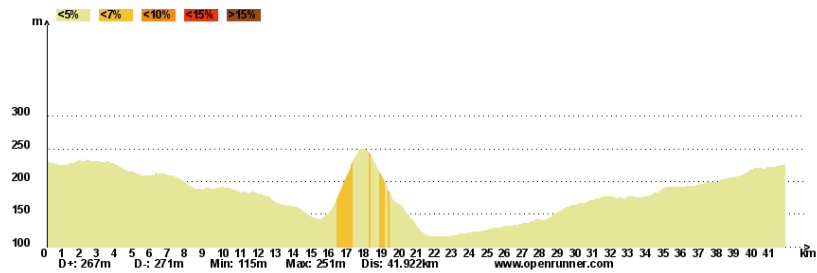
GR3 :

horaire	discipline	distance / durée
8h30	vélo	40 km
10h00	enchaînement : vélo / course à pied	2h00
14h30	après midi MYOTEST	

GR4 :

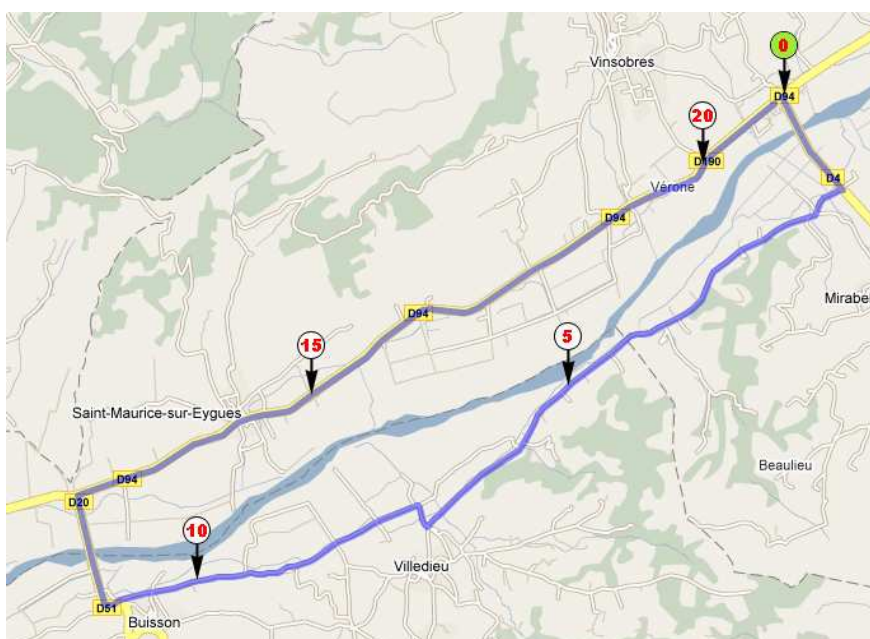
horaire	discipline	distance / durée
8h30	natation	1h30
10h00	enchaînement : vélo / course à pied	2h00
14h30	après midi MYOTEST	

8h30 - Vélo : 40 km
GR1 / GR2 / GR3



10h00 – Enchaînement Vélo – course à pied :
21 / 4,6 km – 42 / 9.2 km
GR1 / GR2 / GR3 / GR4

GR1 : boucle à effectuer 1 fois
GR2 / GR3 / GR4 : boucle à effectuer 2 fois



GR1 : boucle à effectuer 1 fois
GR2 / GR3 / GR4 : boucle à effectuer 2 fois

