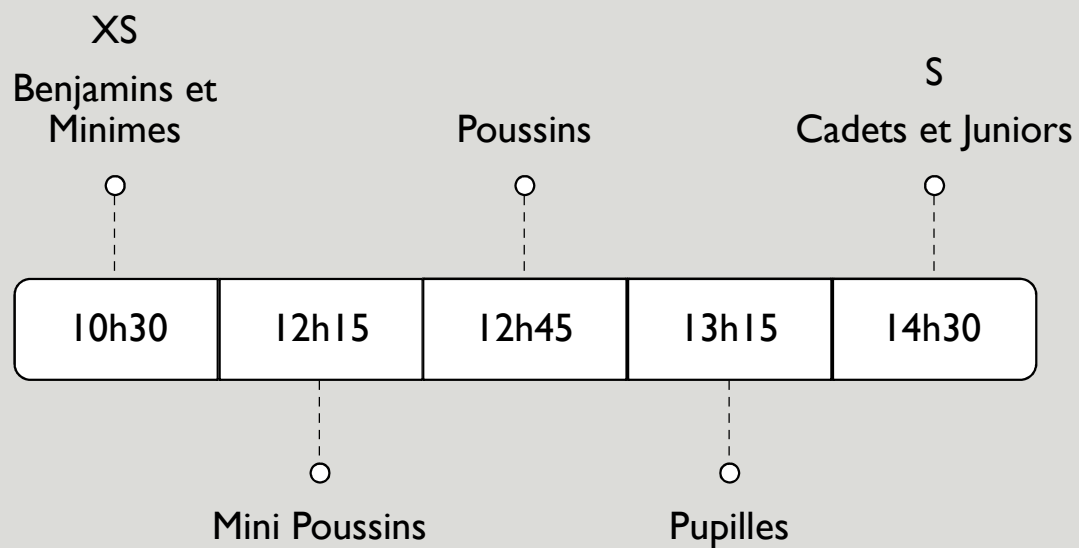


DUATHLON RSSC TRIATHLON 2020

LES PARCOURS





PROGRAMME DES COURSES

9h00

- Retrait des dossards

9h45

- Ouverture parc a vélo XS

10h15

- Briefing XS

10h30

- Départ Benjamin / Minimes H

10h35

- Départ Benjamin / Minimes F

10h40

- Départ Open XS

PROGRAMME DUATHLON XS

9h00

- Retrait des dossards

11h45

- Ouverture parc à vélo Mini Poussins

12h15

- Départ Cross-Duathlon Mini Poussins

12h45

- Départ Cross-Duathlon Poussins

13h15

- Départ Cross-Duathlon Pupilles

PROGRAMME COURSES JEUNES

9h00

- Retrait des dossards

13h45

- Ouverture parc à vélo

14h15

- Briefing S

14h30

- Départ Cadets / Juniors

14h35

- Départ Cadettes / Juniors F

14h40

- Départ Open S

16h00

- Remises des Prix

PROGRAMME DUATHLON S

CAP I

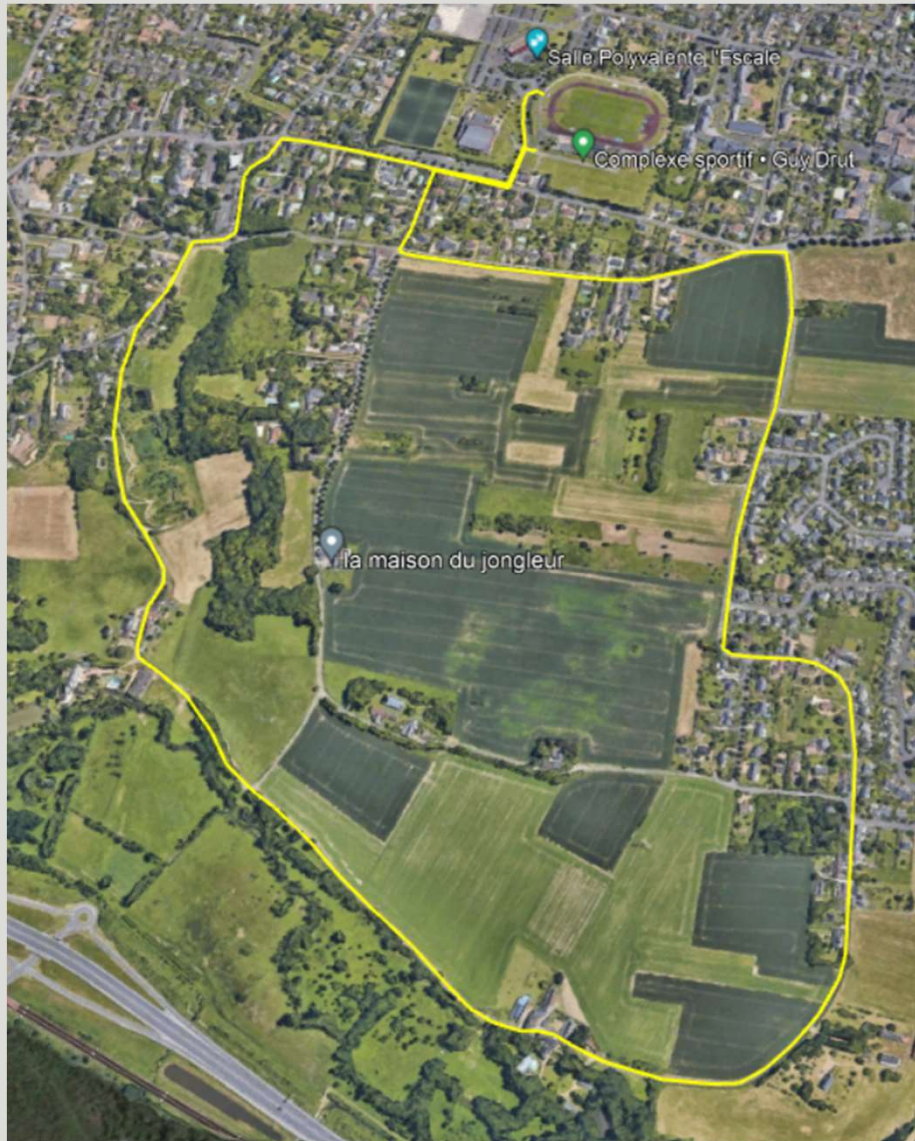


DUATHLON XS

- Départ : Sur Piste Face a la tribune
- Une boucle CAP de 2560 m
- Deux boucles vélo de 4700 m
- Une boucle de CAP 1600 m

- 2800 m + 11%
- 8700 m - 13%
- 1500 m + 0%

VELO



DUATHLON XS

- Départ : Sur Piste Face a la tribune
- Une boucle CAP de 2560 m
- Deux boucles vélo de 4700 m
- Une boucle de CAP 1600 m

- 2800 m + 11%
- 8700 m - 13%
- 1500 m + 0%

CAP 2



DUATHLON XS

- Départ : Sur Piste Face a la tribune
- Une boucle CAP de 2560 m
- Deux boucles vélo de 4700 m
- Une boucle de CAP 1600 m

- 2800 m + 11%
- 8700 m - 13%
- 1500 m + 0%



CAP I



DUATHLON S

- Départ : Sur Piste Face a la tribune
- Deux boucles CAP pour un total de 5200 m
- Quatre boucles vélo de 5100 m
- Une boucle de CAP 2360 m

- 4900m – 2%
- 19300 m -4%
- 2700m -7,5 %

VELO



DUATHLON S

- Départ : Sur Piste Face a la tribune
- Deux boucles CAP pour un total de 5200 m
- Quatre boucles vélo de 5100 m
- Une boucle de CAP 2360 m

- 4900m - 2%
- 19300 m -4%
- 2700m -7,5 %

CAP 2

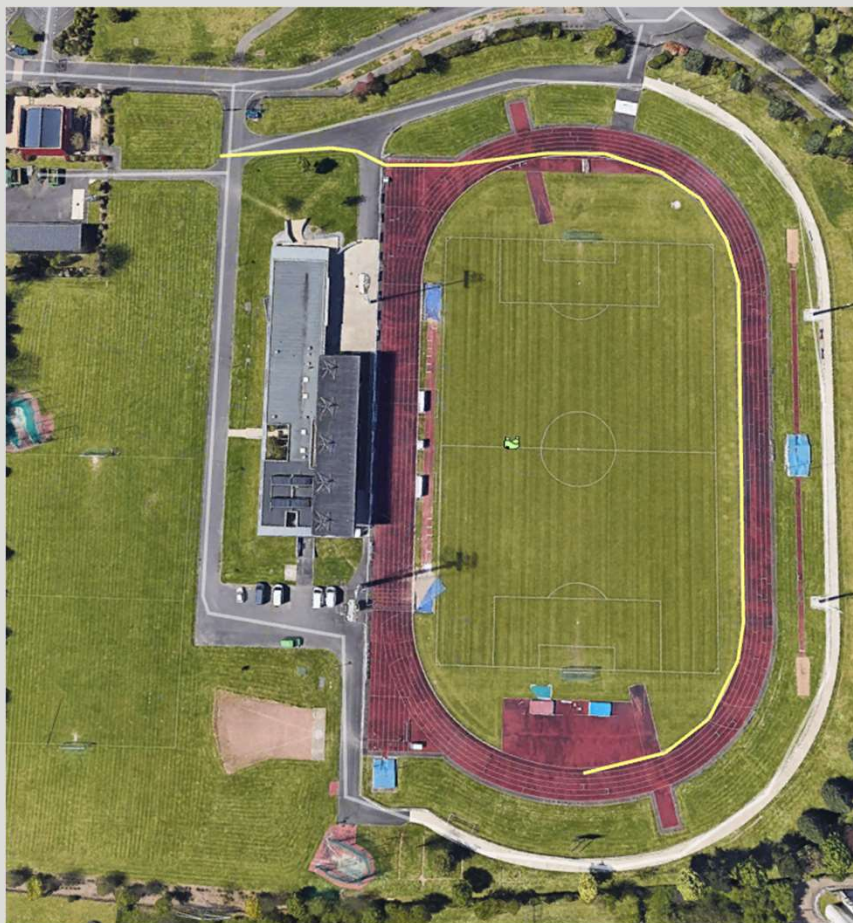


DUATHLON S

- Départ : Sur Piste Face a la tribune
- Deux boucles CAP pour un total de 5200 m
- Quatre boucles vélo de 5100 m
- Une boucle de CAP 2360 m

- 4900m – 2%
- 19300 m -4%
- 2700m -7,5 %

CAP I



DUATHLON MINI POUSSINS

- Départ : Sur Piste
- Une boucle CAP de 280 m
- Une boucles vélo de 700 m
- Une boucle de CAP 280 m

- 280m + 12%
- 700 m - 30%
- 256 m

VELO

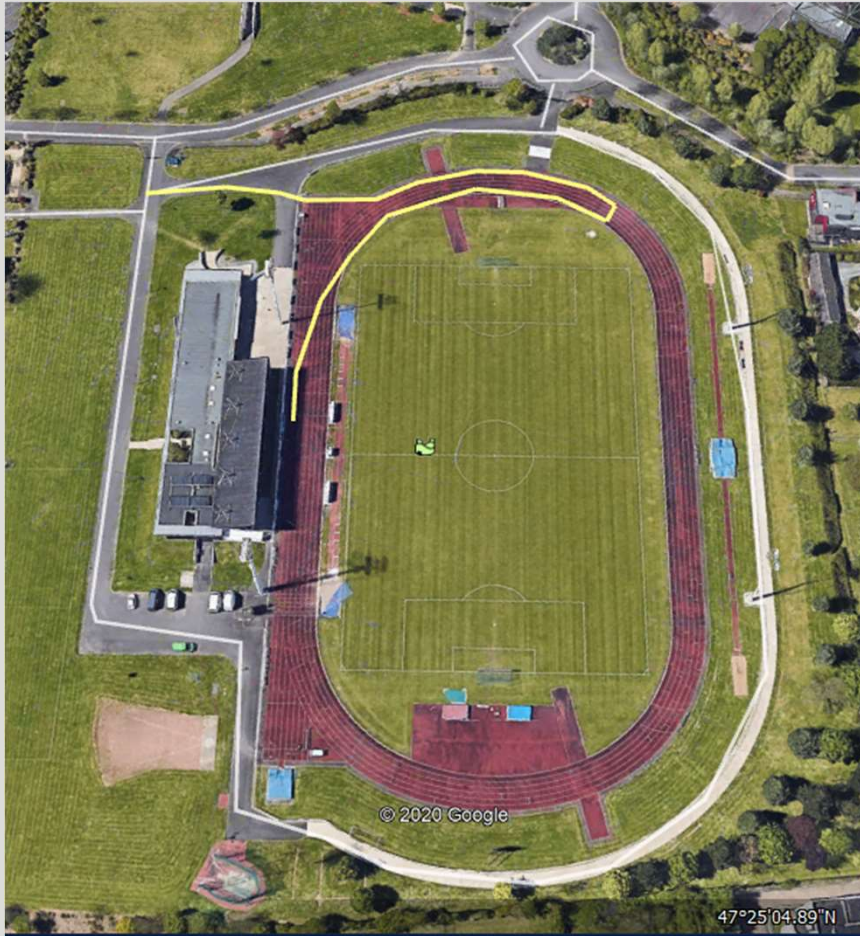


DUATHLON MINI POUSSINS

- Départ : Sur Piste
- Une boucle CAP de 280 m
- Une boucles vélo de 700 m
- Une boucle de CAP 280 m

- 280m + 12%
- 700 m - 30%
- 256 m

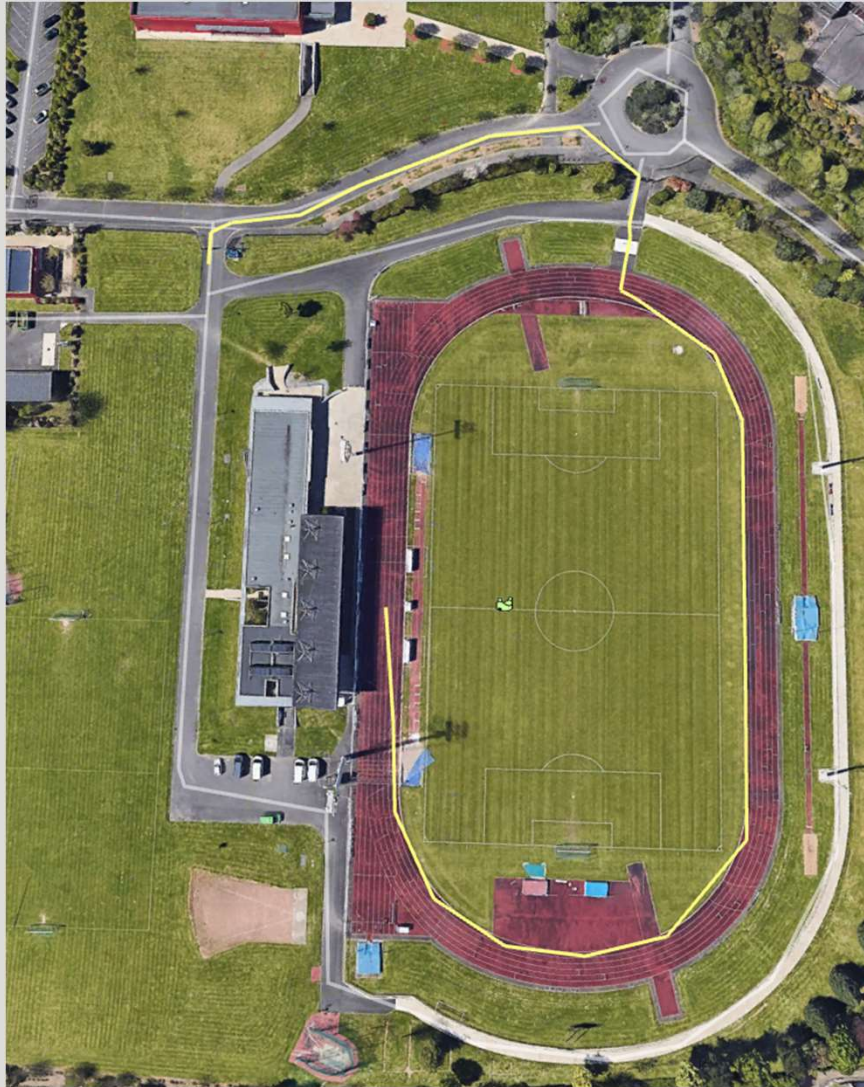
CAP 2



DUATHLON MINI POUSSINS

- Départ : Sur Piste
 - Une boucle CAP de 280 m
 - Une boucles vélo de 700 m
 - Une boucle de CAP 280 m
-
- 280m + 12%
 - 700 m - 30%
 - 256 m

CAP I

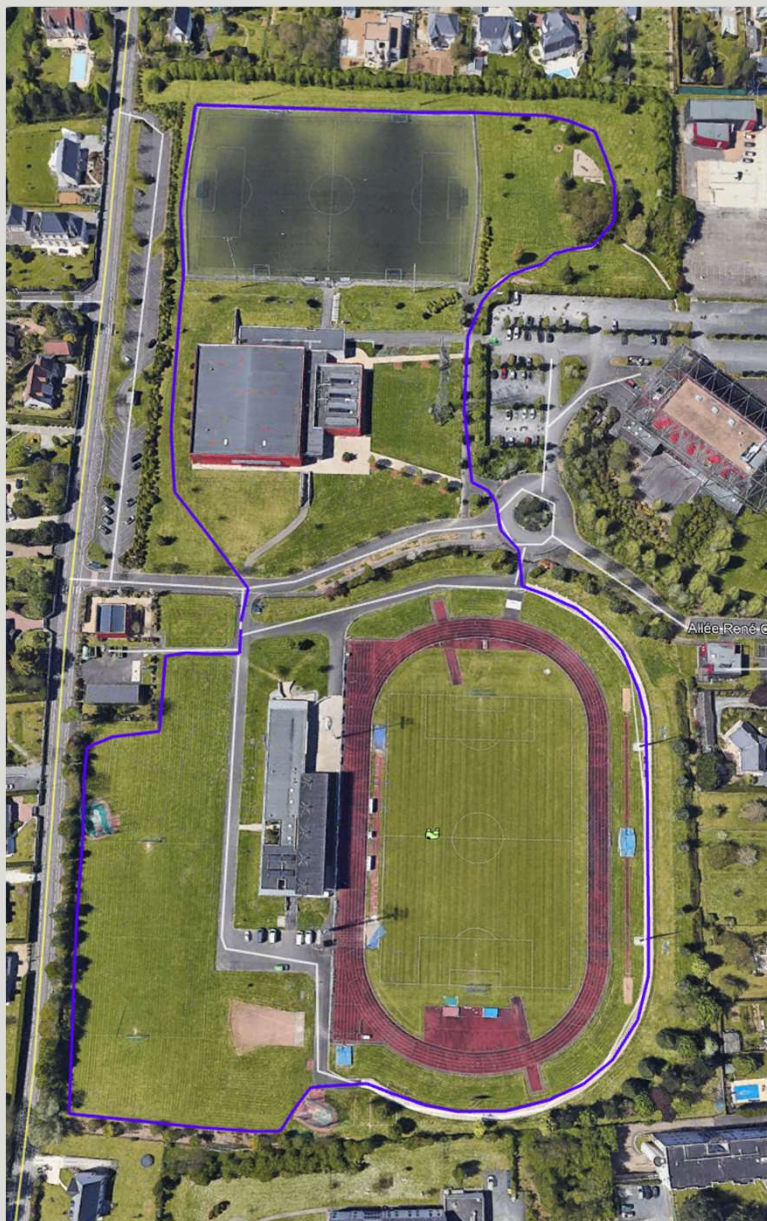


DUATHLON POUSSINS

- Départ : Sur Piste face tribune
- Une boucle CAP de 445 m
- Une boucles vélo de 1250 m
- Une boucle de CAP 445 m

- 445m + 11%
- 1250 - 20%
- 400m

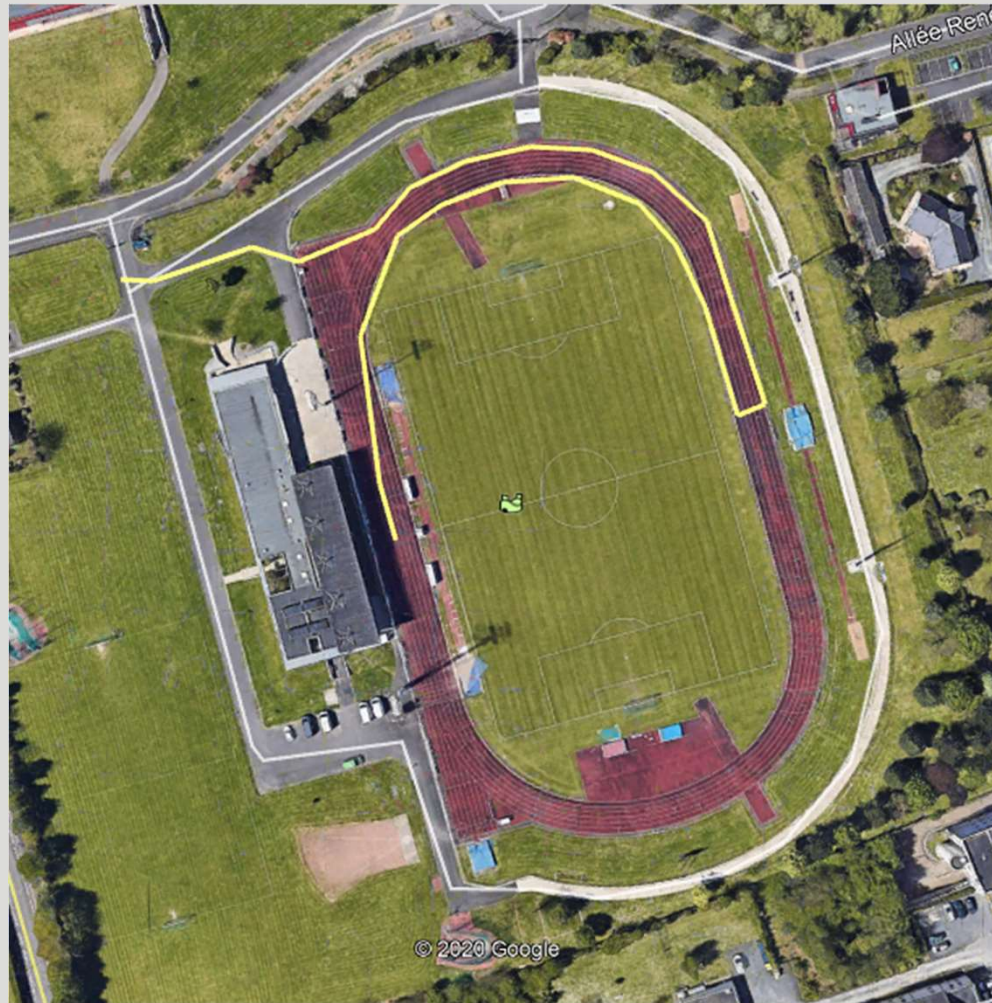
VELO



DUATHLON POUSSINS

- Départ : Sur Piste face tribune
 - Une boucle CAP de 445 m
 - Une boucles vélo de 1250 m
 - Une boucle de CAP 445 m
-
- 445m + 11%
 - 1250 - 20%
 - 400m

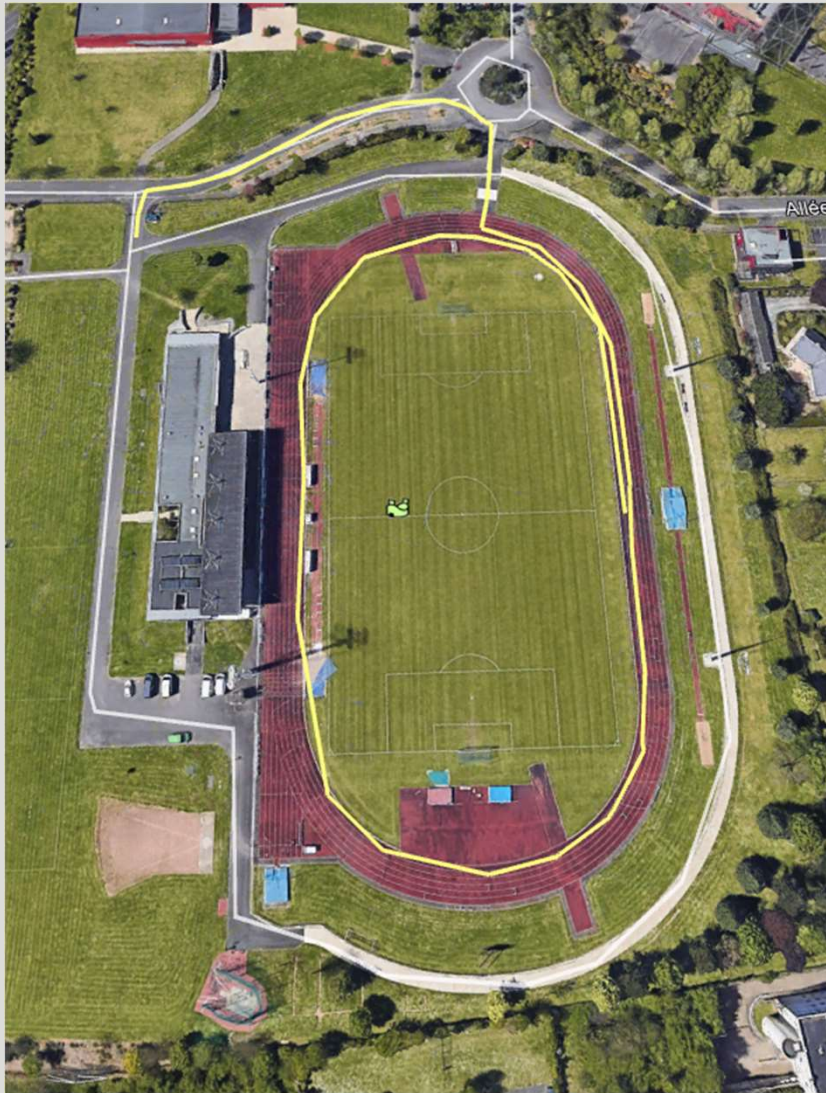
CAP 2



DUATHLON POUSSINS

- Départ : Sur Piste face tribune
 - Une boucle CAP de 445 m
 - Une boucles vélo de 1250 m
 - Une boucle de CAP 445 m
-
- 445m + 11%
 - 1250 - 20%
 - 400m

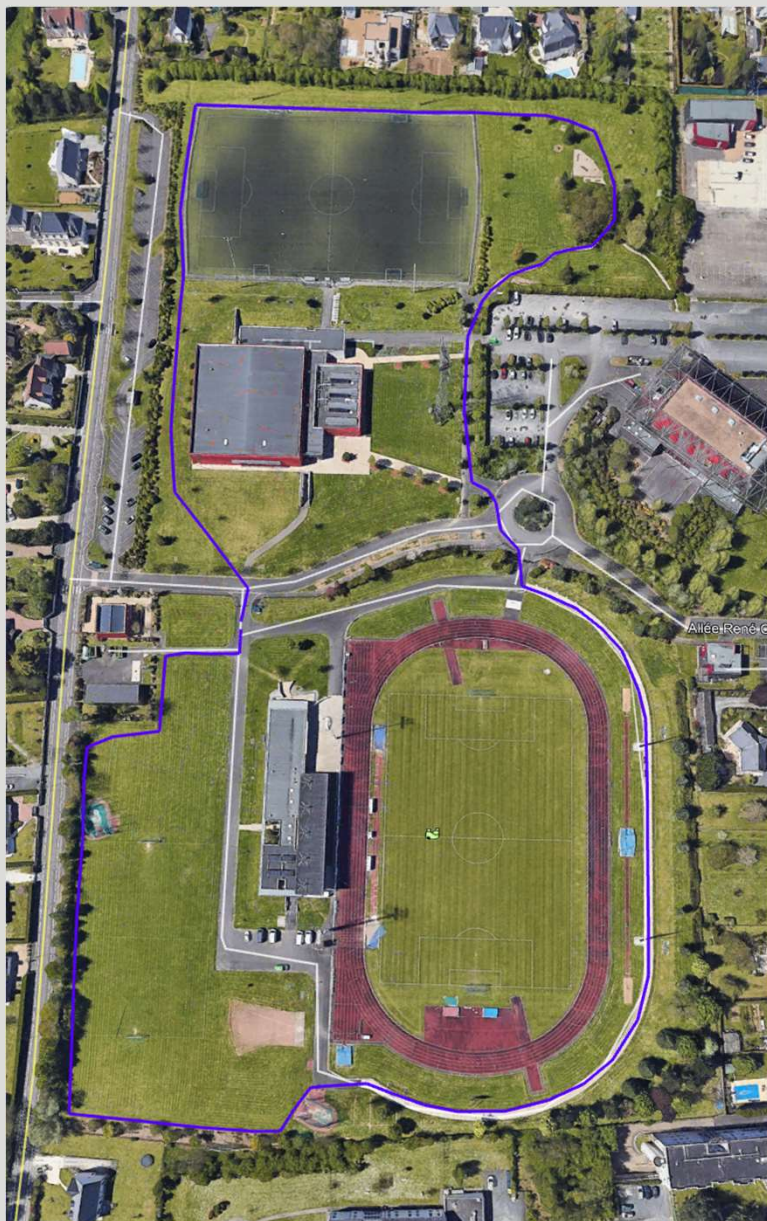
CAP I



DUATHLON PUPILLES

- Départ : Sur Piste
 - Une boucle CAP de 650 m
 - Deux boucles vélo de 1250 m
 - Une boucle de CAP 670 m
-
- 650m + 8%
 - 2500 - 20%
 - 567m -5 %

VELO



DUATHLON PUPILLES

- Départ : Sur Piste
 - Une boucle CAP de 650 m
 - Deux boucles vélo de 1250 m
 - Une boucle de CAP 670 m
-
- 650m + 8%
 - 2500 - 20%
 - 567m -5 %

CAP 2

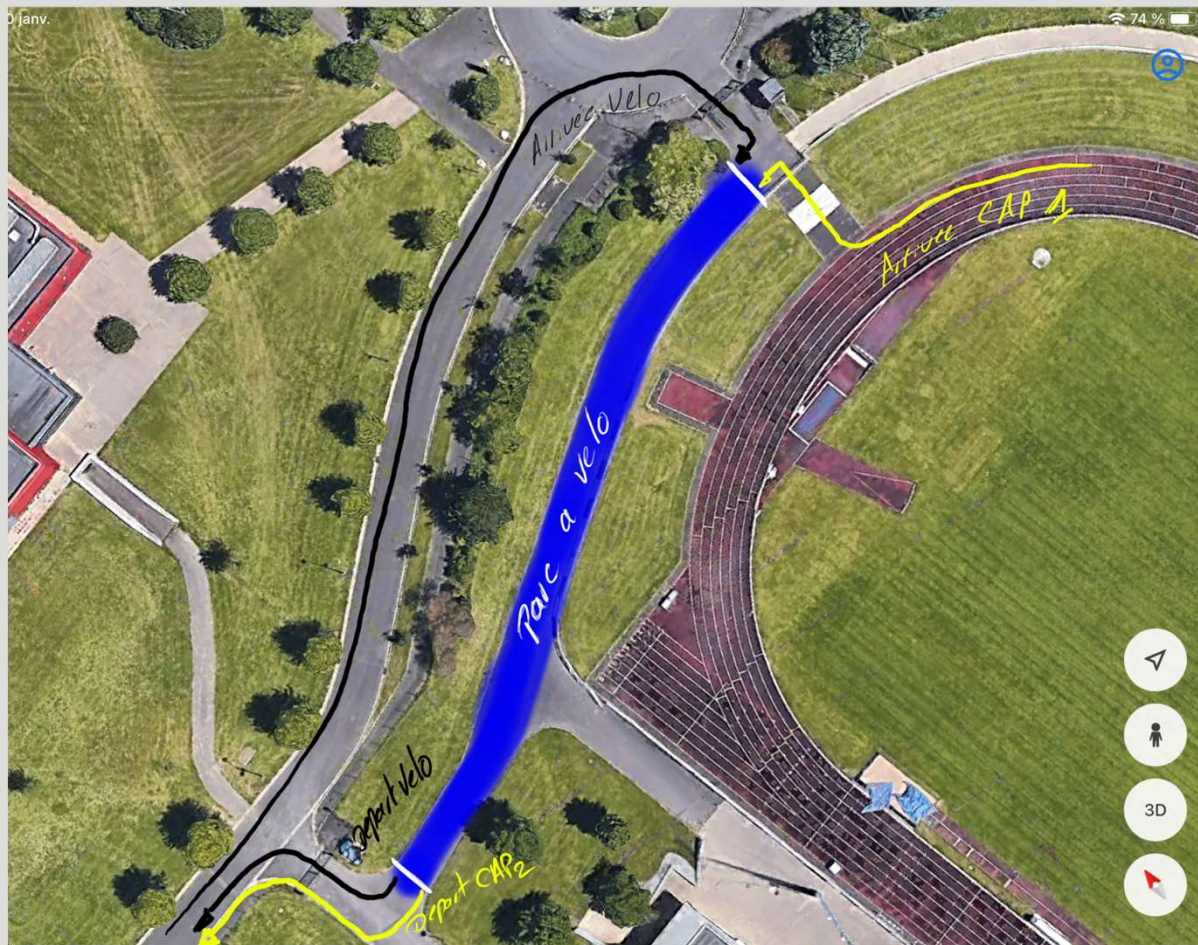


DUATHLON PUPILLES

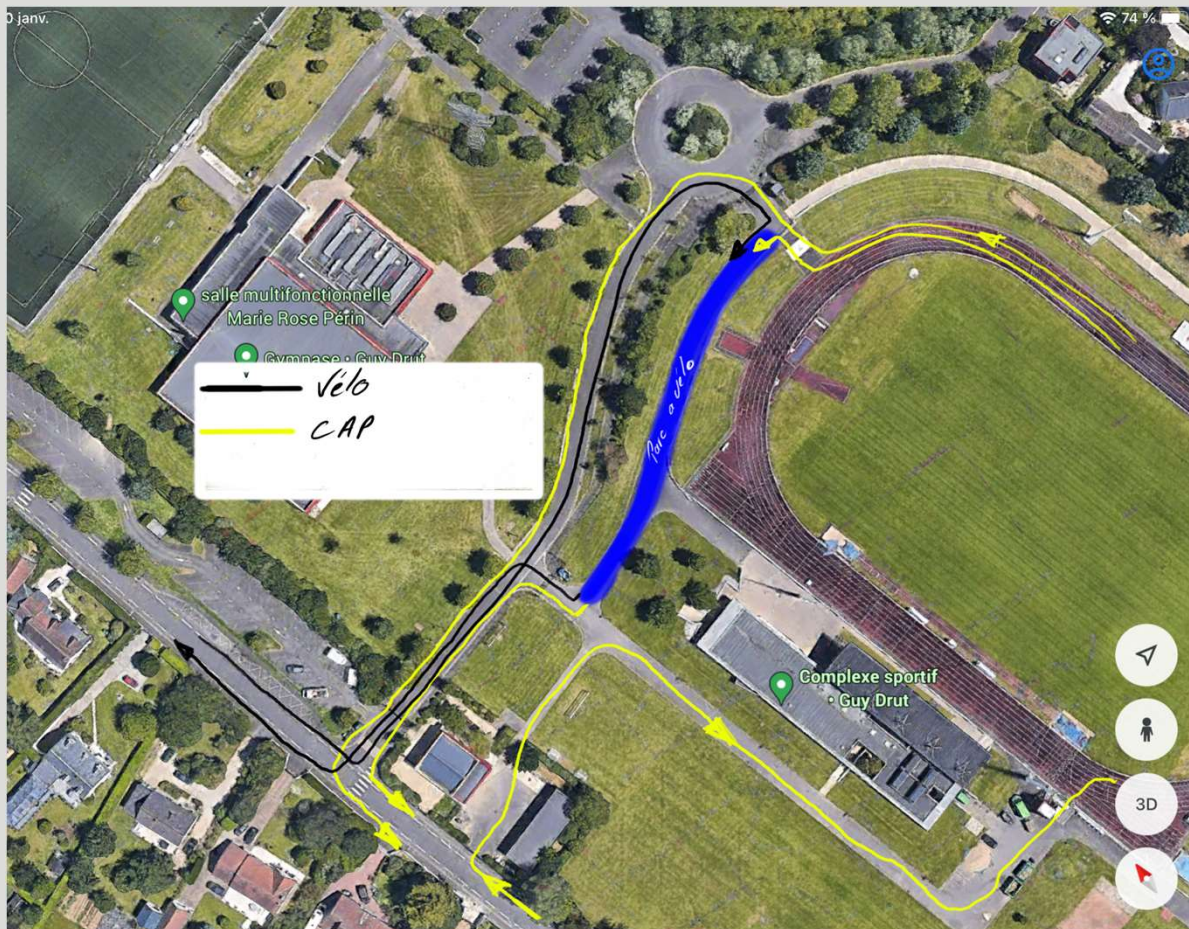
- Départ : Sur Piste
- Une boucle CAP de 650 m
- Deux boucles vélo de 1250 m
- Une boucle de CAP 670 m

- 650m + 8%
- 2500 - 20%
- 567m -5 %

PARC A VELO XS ET S



PARC A VÉLO



PARC A VÉLO JEUNE

