

# TRIATHLON

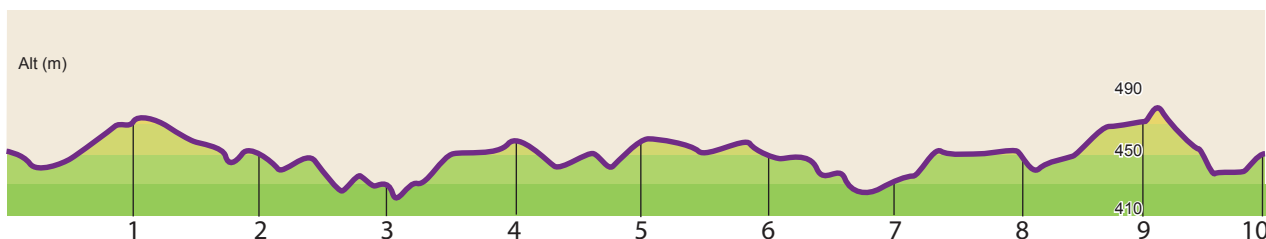
## Lac des Sapins

Cublize / 69

Distance M : 1,5 km / 50 km / 10 km  
 Distance L : 3 km / 100 km / 20 km



**R1 à R6** Ravitaillement solide et liquide  
**EP1 à EP5** Poste d'épongeage (uniquement de l'eau)



## Parcours Course à pied

**Distance M** : 1 boucle soit 10 km  
 » Dénivelé total positif : 158 m

**Distance L** : 2 boucles soit 20 km  
 » Dénivelé total positif : 316 m



**Office de Tourisme du Beaujolais Vert**  
 Lac des Sapins - 69550 Cublize  
 Tél : 04 74 89 58 03  
 sport.nature@c-or.fr  
 www.beaujolaisvert.com