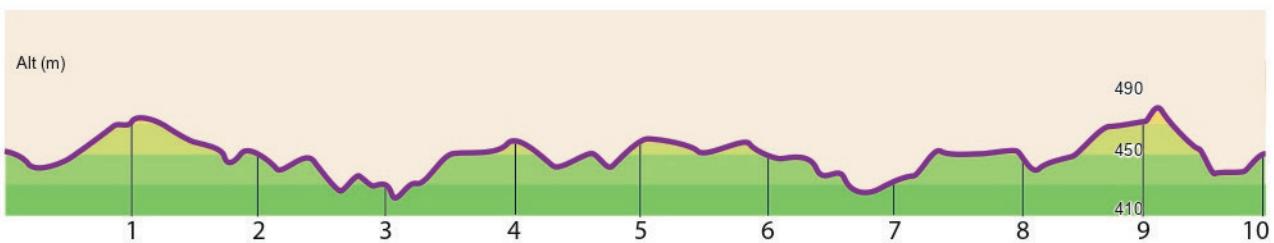


Distance M : 1,5 km / 50 km / 10 km  
Distance L : 3 km / 100 km / 20 km



**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 de 10 km  
>> Dénivelé total positif : 158 m

Distance L :

2 boucles de 10 km  
>> Dénivelé total positif : 316 m

Événement organisé  
par le Syndicat mixte du Lac des Sapins