

NIGHT VASSIERE



	Distances		Dénivelé	
	Km	Cumul	D+	D+ Cumul
1 RUN 1	1,9	1,9	12	12
2 SWIM 1	0,2	2,1		
3 RUN 2	1,2	3,3	13	25
4 SWIM 2	0,5	3,8		
5 RUN 3	1,4	5,2	31	56
6 SWIM 3	0,5	5,7		
7 RUN 4	0,1	5,8	1	57
8 SWIM 4	0,4	6,2		
9 RUN 5	1,3	7,5	64	121
10 SWIM 5	0,2	7,7		
11 RUN 6	1,2	8,9	13	134
12 SWIM 6	0,5	9,4		
13 RUN 7	1,4	10,8	31	165
14 SWIM 7	0,5	11,3		
15 RUN 8	0,1	11,4	1	166
16 SWIM 8	0,4	11,8		
17 RUN 9	1,4	13,2	34	200

SWIM 3,2 24%

RUN 10 76%

TOTAL 13,2 D+ = 200

Big Swim 0,5

Big Run 1,9

Mis à jour le 21/01/2026

RAVITAILLEMENTS		
	Distances	
	Km	Cumul
Village	3,9	7,15