

SPRINT VASSIVIERE



	Distances		Dénivelé	
	Km	Cumul	D+	D+ Cumul
1 RUN 1	1,2	1,2	3	3
2 SWIM 1	0,5	1,7		
3 RUN 2	4,1	5,8	43	46
4 SWIM 2	0,8	6,6		
5 RUN 3	1,3	7,9	14	60
6 SWIM 3	0,1	8		
7 RUN 4	0,2	8,2	3	63
8 SWIM 4	0,1	8,3		
9 RUN 5	3,2	11,5	35	98
10 SWIM 5	0,4	11,9		
11 RUN 6	0,1	12	1	99
12 SWIM 6	0,5	12,5		
13 RUN 7	1,2	13,7	34	133

SWIM	2,4	6%
------	-----	----

RUN	11,30	30%
-----	-------	-----

TOTAL	13,70	D+ = 133
--------------	--------------	-----------------

Big Swim 0,8

Big Run 4,1

Mis à jour le 21/01/2026

RAVITAILLEMENTS		
	Distances	
	Km	Cumul
Parking	1,0	7,6