

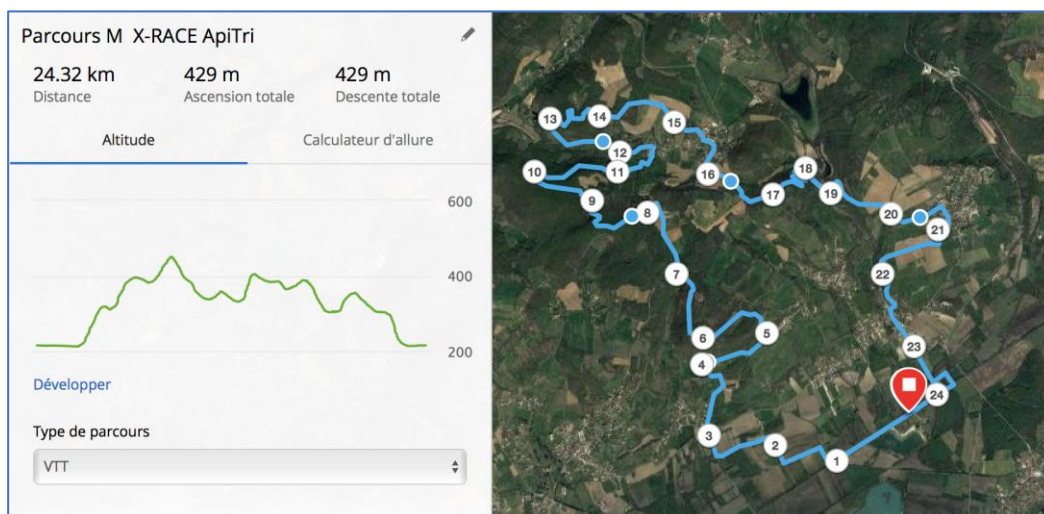
Course format M

Epreuves	Catégorie	Distance natation	Distance VTT	Distance CAP	Horaires départ	Durée
CROSS TRI M à partir de juniors 18 ans (2008 et avant)	Juniors à vétérans	1000m	24km	8 400m	Départ : 14h00 Fin : 15h55/ 18h15	Natation : 14' / 30' VTT : 1h07 / 2h30 CAP : 34' / 1h15 Total : 1h55 / 4h15

Natation



VTT



Course à pied



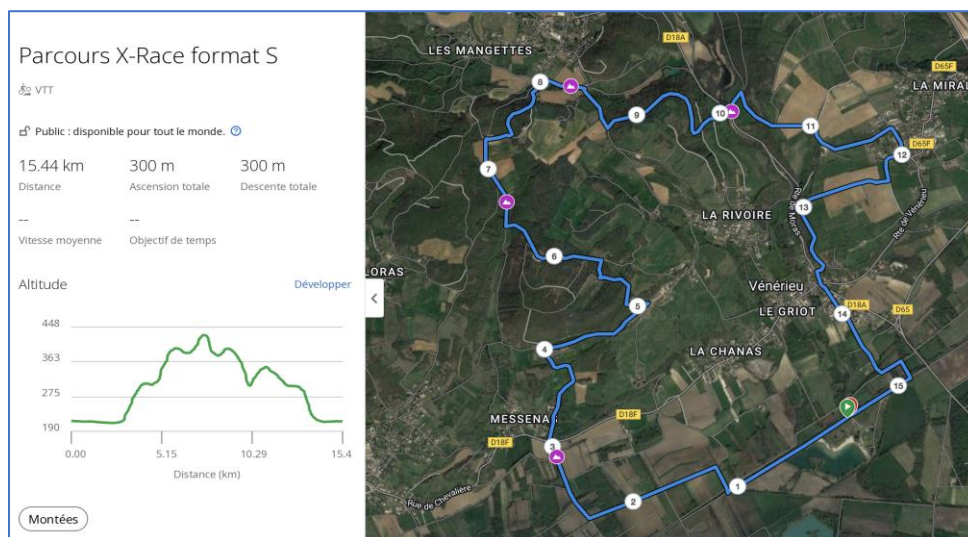
Course format S

Epreuves	Catégorie	Distance natation	Distance VTT	Distance CAP	Horaires départ	Durée
CROSS TRI S à partir de cadets 16 ans (2010 et avant)	Cadets à Vétérans	500m	15km	4 200m	Départ : 14h30 Fin :15h30/ 17h00	Natation : 6' / 15' VTT : 38' / 1h30 CAP : 16' / 45' Total : 1h / 2h30

Natation



VTT



Course à pied



Course Jeunes

Epreuves	Catégorie	Distance natation	Distance VTT	Distance CAP	Horaires départ	Durée
JEUNES 8 à 11 ans (nés de 2015 à 2018)	Poussins / Pupilles	100 m	2 000 m	1 000 m	Départ : 18h30 Fin : 18h44/ 18h55	Natation : 1'20 / 3' VTT : 8' / 12' CAP : 4'30 / 7' Total : 14' / 22'

Natation



VTT



Course à pied



Course Format triple XS et XS simple

Epreuves	Catégorie	Distance natation	Distance VTT	Distance CAP	Horaires départ	Durée
Triple XS et XS à partir de 12 ans (nés en 2014 et avant)	Benjamins à vétérans	300 m	7 000 m	2 000 m	Départ : 19h30	XS : 30'/50' Triple XS : 1h30'/2h45'

Natation



VTT



Course à pied

