

SPRINT SWIMRUNMAN™ EMBRUN

30 JUIN 2019

	Distance (en mètres)	Point Kilométrique	D+	D+ cumulé
RUN 1	750	750	4m	4m
SWIM 1	450	1 200		
RUN 2	550	1 750	1m	5m
SWIM 2	650	2 400		
RUN 3	4 500	6 900	239m	244m
SWIM 3	800	7 700		
RUN 4	150	7 850	9m	253m
SWIM 4	350	8 200		
RUN 5	500	8 700	13m	266m
SWIM 5	600	9 300		
RUN 6	500	9 800	8m	274m

SWIM	2 850	29%
RUN	6 950	D+ 274m
TOTAL	9 800	

Mis à jour le 04/10/2018