

HALF 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	8 000	10 400	413m	418m
SWIM 3	800	11 200		
RUN 4	150	11 350	9m	427m
SWIM 4	350	11 700		
CUT OFF n°1		12 000	Temps de passage limite : 2h37	
RUN 5	1 950	13 650	83m	510m
SWIM 5	400	14 050		
RUN 6	3 100	17 150	187m	697m
SWIM 6	1 000	18 150		
RUN 7	1 500	19 650	36m	733m
SWIM 7	1 700	21 350		
CUT OFF n°2		21 400	Temps de passage limite : 5h15	
RUN 8	14 750	36 100	521m	1254m
SWIM 8	750	36 850		
RUN 9	450	37 300	17m	1271m
SWIM 9	600	37 900		
RUN 10	500	38 400	7m	1278m
FINISH LINE			Temps de passage limite : 8h06	

SWIM	6 700	17%
RUN	31 700	D+ 1278m
TOTAL	38 400	

Mis à jour le 04/10/2018