

SPRINT SWIMRUNMAN™ EMBRUN

26 JUIN 2022



	Distance (en mètres)	Point Kilométrique	D+	D+ cumulé
RUN 1	1 600	1 600	11m	11m
SWIM 1	500	2 100		
RUN 2	500	2 600	1m	12m
SWIM 2	650	3 250		
RUN 3	4 800	8 050	249m	261m
SWIM 3	800	8 850		
RUN 4	100	8 950	7m	268m
SWIM 4	350	9 300		
RUN 5	750	10 050	21m	289m
SWIM 5	500	10 550		
RUN 6	450	11 000	7m	296m

SWIM	2 800	25%
RUN	8 200	D+ 296m
TOTAL	11 000	

Mis à jour le 13/05/2022