



HALF SWIMRUNMAN™ GORGES DU VERDON



	Distance (en mètres)	Point Kilométrique	D+	D+ cumulé
RUN 1	1 700	1 700	6m	6m
SWIM 1	1 700	3 400		
RUN 2	8 300	11 700	284m	290m
SWIM 2	900	12 600		
RUN 3	1 100	13 700	48m	338m
SWIM 3	500	14 200		
CUT OFF n°1		14 400	Temps de passage limite : 3h00	
RUN 4	1 650	15 850	61m	399m
SWIM 4	750	16 600		
RUN 5	1 350	17 950	47m	446m
SWIM 5	200	18 150		
CUT OFF n°2		19 700	Temps de passage limite : 4h22	
RUN 6	13 450	31 600	852m	1298m
SWIM 6	1 450	33 050		
CUT OFF n°3		33 500	Temps de passage limite : 7h33	
CUT OFF n°4		43 000	Temps de passage limite : 9h13	
RUN 7	10 050	43 100	372m	1670m
SWIM 7	400	43 500		
RUN 8	250	43 750	4m	1674m
SWIM 8	450	44 200		
RUN 9	650	44 850	17m	1691m
SWIM 9	850	45 700		
RUN 10	750	46 450	12m	1703m
SWIM 10	300	46 750		
RUN 11	1 000	47 750	51m	1754m
FINISH LINE			Temps de passage limite : 10h37	

SWIM	7 500	16%
RUN	40 250	D+ 1754m
TOTAL	47 750	

Mis à jour le 15/04/2022