

Le défi des Argouses, parcours M et S

Ouverture Retrait des Dossards (possibilité de retrait la veille de 18 à 20h)	7 :00
Ouverture du Parc à Vélo	7 :00
Echauffement Natation	8 :00
Fin d'Inscription et Retrait des Dossards	8 :00
Fin Dépôt Vélos	8 :15
Fin Echauffement Natation format S : argouses pour tous	8 :15
Fin Echauffement Natation format M : déficit des argouses	8 :45
Brief (effectué sur aire de départ) format S	8 :20
Brief (effectué sur aire de départ) format M	8 :50
Départ Parcours S	8 :30
Départ Parcours M	9 :00
Barrière Horaire VTT	12 :00
Fin Epreuve	13 :00
Podium	13 :30

Le défi des ados : 14 :30

Ouverture dossards	13 :30
Echauffement Natation	14 :00
Fin d'inscription et retrait dossards	14 :00
Fin dépôt vélos	14 :15
Fin Echauffement Natation	14 :15
Brief	14 :20
Départ	14 :30
Fin épreuve et podium	17 :00

Le défi des petits costauds : 15h30

Ouverture dossards	13 :30
Echauffement Natation	15:00
Fin d'inscription et retrait dossards	15 :00
Fin dépôt vélos	15 :15
Fin Echauffement Natation	15 :15
Brief	15 :20
Départ	15 :30
Fin épreuve et podium	17 :00

Le défi des minots : 16 :00

Ouverture dossards	13 :30
Echauffement Natation	15 :30
Fin d'inscription et retrait dossards	15 :00
Fin dépôt vélos	15 :45
Fin échauffement Natation	15 :45
Brief	15 :50
Départ	16 :00
Fin épreuve et podium	17 :00