

LIEU	ZONE DE CONTRÔLE	STOP QUESTION	ACTIVITE	DISTANCE	HEURE DE PASSAGE DU PREMIER CONCURRENT	HEUR DE PASSAGE DU DERNIER CONCCURENT
<b>JOUR 1</b>						
Depart de Sainte-maxime			DEPART RELAIS	0	6:30	
Départ Sainte-Maxime			DEPART INDIVIDUEL		6:40	
sortie Natation Ste-Maxime			NATATION	2	7:00	7:40
Sainte-Maxime- La Môle	La Môle		VELO SECTEUR ROUTE	49	8:30	10:30
La Môle - Le Cannet-des-Maures	Le cannet-des-Maures	x	SECTEUR ROUTE	70	11:00	13:30
Arrêt sensibilisation à l'environnement	Les Mayons	Durée 15'	Lieu maison de la réserve naturelle		10:15:00	12:30:00
La Môle - Cabasse	Cabasse	Le Cannet-des-Maures	SECTEUR ROUTE	35	12:00:00	15:00:00
Cabasse - Vins-sur-Caramy	Vins-sur-Caramy		TRAIL	12	13:00:00	17:00:00
Vins-sur-Caramy			NATATION	0,75	13:15:00	17:30:00
<b>JOUR 2</b>						
DEPART					6:00:00	6:30:00
St-Cassien - La Palud-sur-Verdon	La Palud	La Palud-sur-Verdon	VELO SECTEUR ROUTE	87	9:00:00	11:00:00
Chalet de la Maline - Aiguines	Aiguines		TRAIL	17	13:00:00	17:00:00
Aiguines - Les Salles - sur - Verdon	arrivée		VELO route	10	13:30:00	17:30:00