

ROADBOOK Duo 20 Km

	KM	D+	1 ^{er} coureur	Dernier coureur	Ravitaillement	Animation
Complexe sportif	0	0	9h30	9h30	Café	oui
Moulin de Guérin	3.5	164	9h46	10h07		
Mont Chanis	6	425	9h58	10h30		
Mont Rouge	8.5	453	10h10	10h55		
Monedeyres	11	477	10h21	11h20	Liquide sucré + salé	oui
Le Villaret	12. 5	536	10h28	11h35		
La Ferme du Bien être	16	600	10h45	12h10		oui
Complexe sportif	19	630	10h57	12h37	Liquide sucré + salé + bière	oui

Pas de barrières horaires

Douches + animation + Kiné à l'arrivée