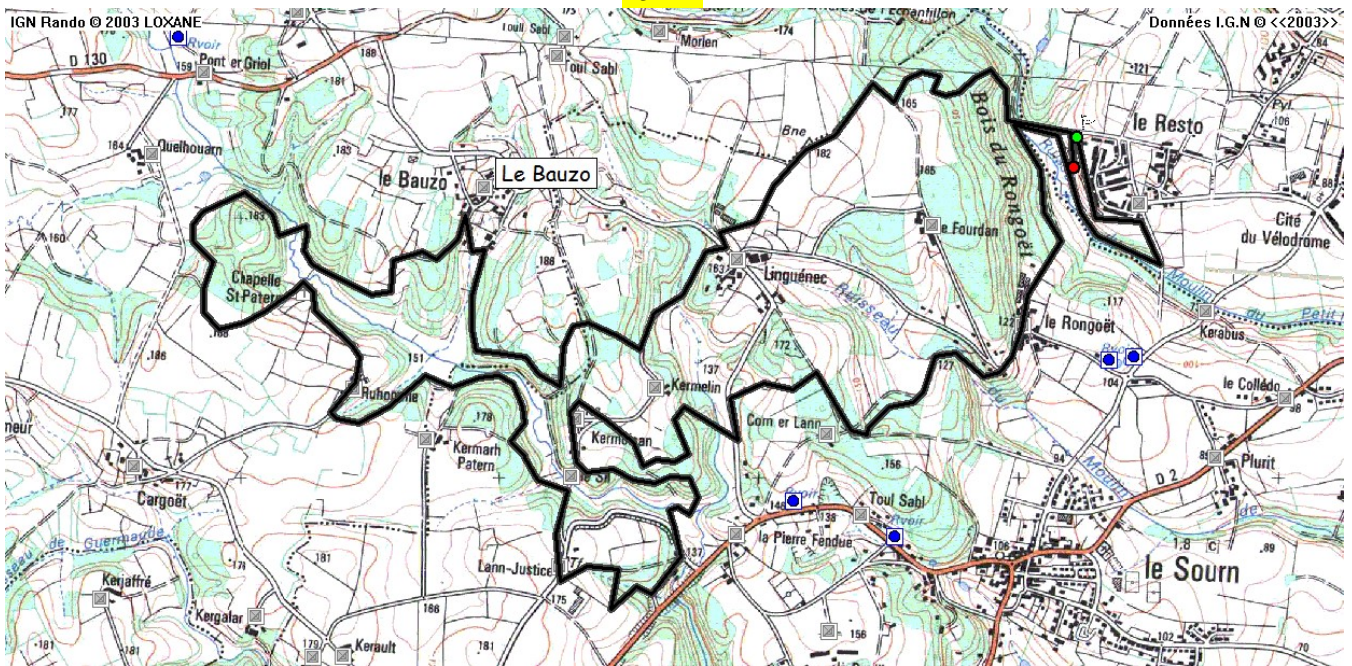


## PLAN DU CICUIT DES MARCHES 15 ET 9 Km

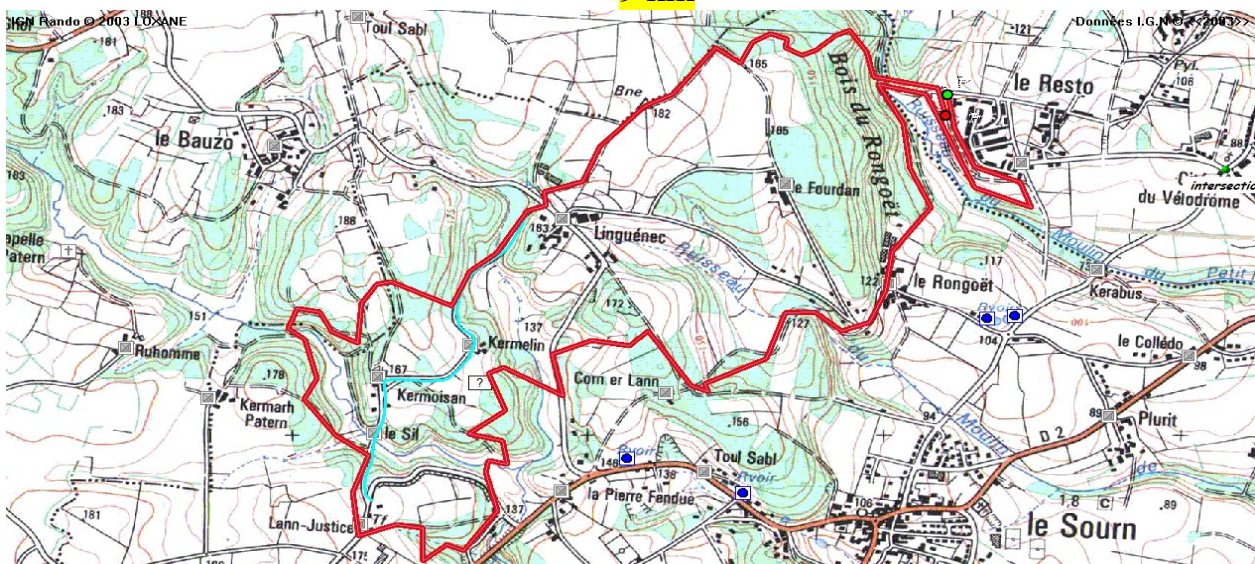
Marche libre à partir de 9h, 9 ou 15 Km Prix 5€ Inscriptions sur place

Marche nordique chronométrée 15 Km à 9 h.  
Inscriptions sur place 10€ ou sur [www.Klikego.com](http://www.Klikego.com) 8€  
Ravitaillements boisson + 1 lot.

15 km

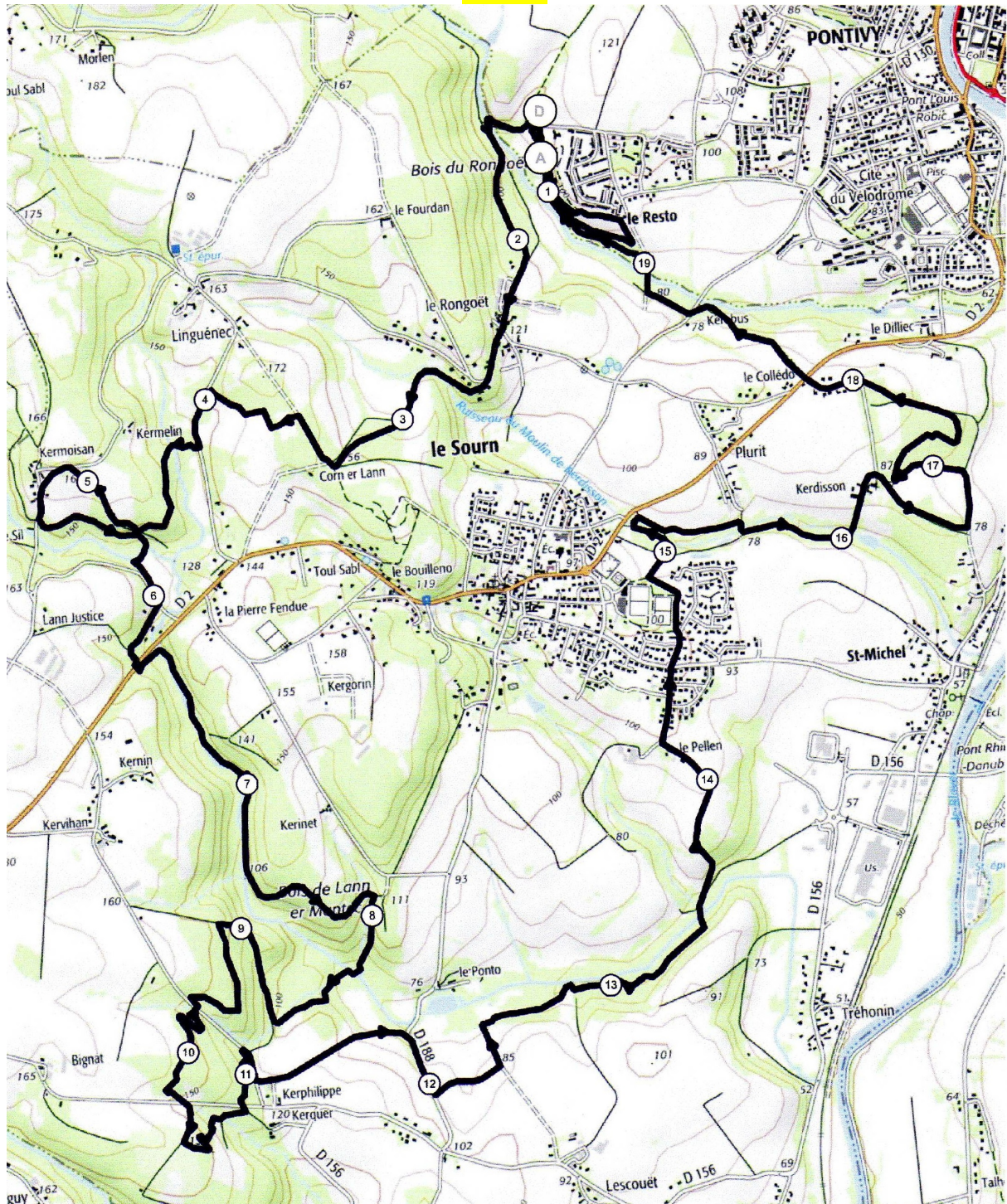


9 km





20 Km



### CARACTERISTIQUES DU TRAIL DE 20 Km

Départ 9 Heures 30 minutes

90 % de chemin Dénivelé 301 m

Altitude entre 67 et 168 m

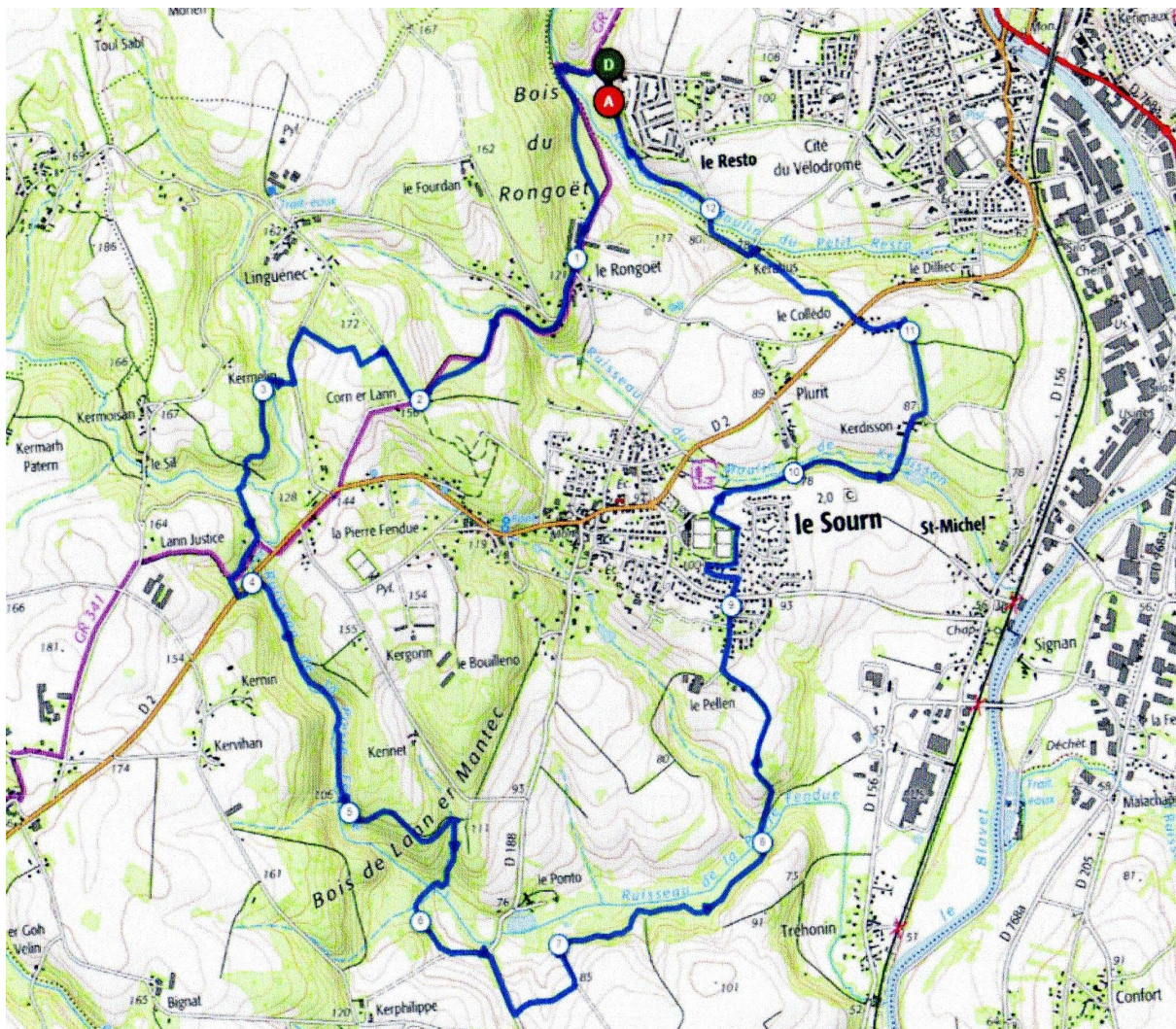
Inscription de préférence par internet sur [www.klikego.com](http://www.klikego.com) 8€

Avant le 23/11/19 10heures ou sur place prix 10€

3 Ravitaillements boisson récompenses + 1 lot.



12 Km



### CARACTERISTIQUES DU TRAIL DE 12 Km

Départ 10 Heures

90 % de chemin Dénivelé 152 m

Altitude entre 70 et 167 m

Inscription de préférence par internet sur [www.klikego.com](http://www.klikego.com) 8€

Avant le 23/11/19 10heures ou sur place prix 10€

Ravitaillement boisson récompenses + 1 lot.



7,5 Km



### CARACTERISTIQUES DU TRAIL DE 7,5 Km

Départ 10 Heures 15 mn

90 % de chemin Dénivelé 82 m

Altitude entre 70 et 117 m

Inscription de préférence par internet sur [www.klikego.com](http://www.klikego.com) 8€

Avant le 23/11/19 10heures ou sur place prix 10€

Ravitaillement boisson récompenses + 1 lot.

## **CROSS ET RELAIS CROSS DE PONTIVY LE 24/11/2019**

Le spectacle continue l'après-midi avec le **relais cross de l'AP PONTIVY** à partir de 14h00.

HEURE	CATEGORIE	BOUCLE	DISTANCE
14h00	BF BG	en relais de 4 coureurs une boucle chacun	4 x 700 m
14h30	MG MF	en relais de 4 coureurs une boucle chacun	4 X 1000 m
15h10	PoG+PoF	Bdépart	860m
15h25	EA	Bdépart	860m
15h40	CA+JU+ES+SE+MA H et F	en relais de 4 coureurs une boucle chacun	4 X 1600 m

### PLAN DU CIRCUIT DE RELAIS CROSS 700m



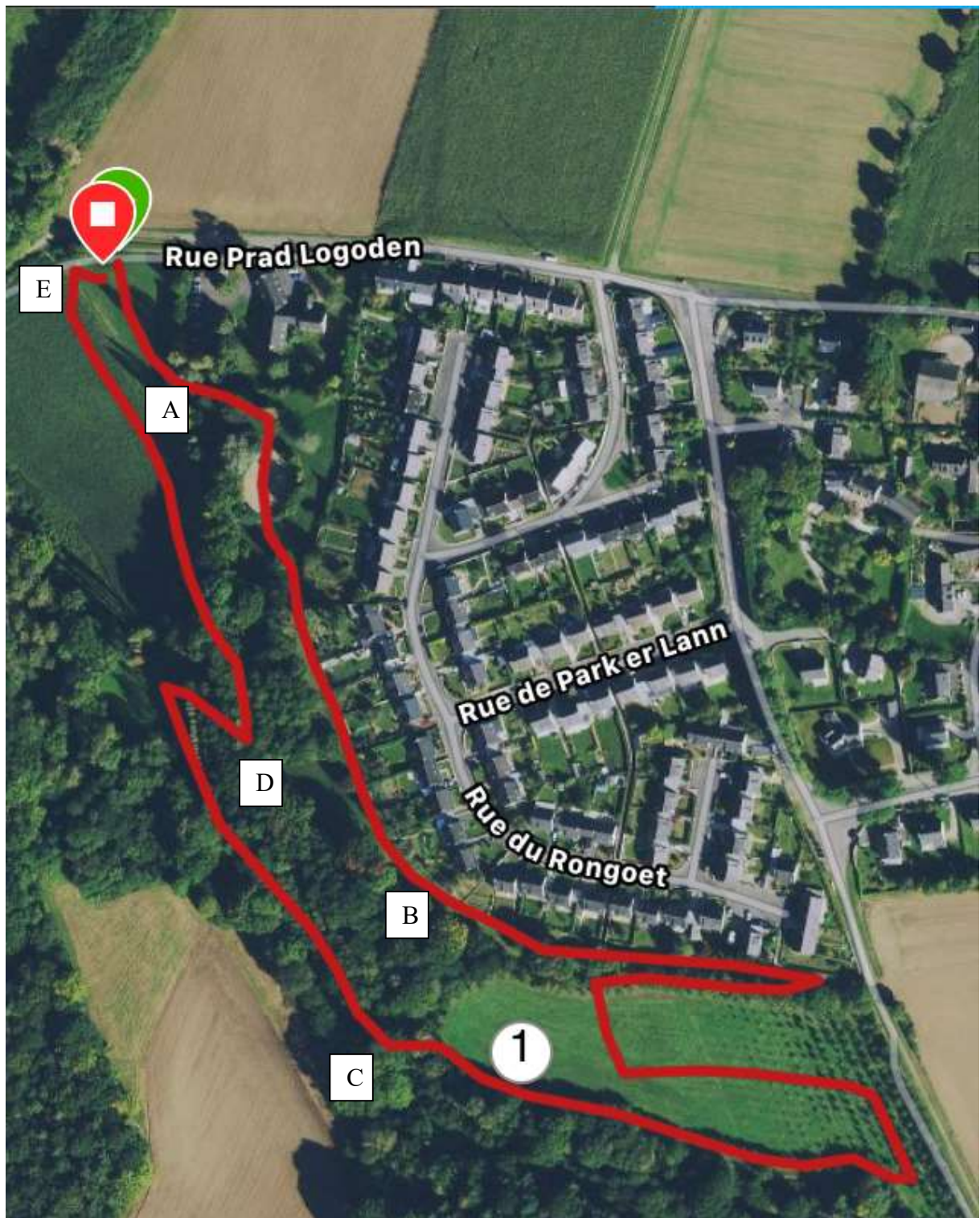


## PLAN DU CIRCUIT DE RELAIS CROSS 1000m





# PLAN DU CIRCUIT DE RELAIS CROSS 1600m



## PLAN D'ACCES AU SITE DU RESTO

