





















DÉPARTS COURSES
 RAVITAILLEMENTS SOLIDES
 LIQUIDES
 ZONE DE PASSAGE DE TÉMOIN

SOINS DE CONFORT
 DOUCHES
 REPAS CHAUD
 BARRIÈRES HORAIRES

NOTES BARRIÈRES HORAIRES

- Les barrières horaires sont calculées en heure sur la base du dernier départ donné à 00:30 le dimanche 1^{er} décembre 2019
- L'allure de référence est de 4.75km/h
- **Les barrières horaires s'appliquent en sortie du point de ravitaillement, elles sont éliminatoires avec rapatriement immédiat en navette sur l'arrivée**