

**Championnat FRSO Longue distance
Dimanche 26 Avril 2020
Stambruges**

Carte La Fontaine Bouillante (janvier 2020) Bruno Marchegay

Parcours selon règlement FRSO

Parcours	Distance en kms effort	Temps estimé du vainqueur.	Catégories	Technicité
1	± 17 km	80 à 90 min	H21 E	Technique
2	± 14 km	70 min	H35-H21-DE.	Technique
3	± 11 km	60 min	H40-H45-H20	Technique
4	± 9 km	50 min	H18-H50-D20-D21	Technique
5	± 8 km	45 min	H16-HB-H55-D18-D35	Technique
6	± 7,5 km	40 min	H60-D16-D40-D45	Technique
7	± 6 km	40 min	H14-D50-D55-DB-H65	Technique
8	± 4 km	35 min	D14-D60-D65-D70-D75 D80-D85 H70-H75-H80-H85.	Technique
9	± 3 km	25 min	H10-H12-D10-D12	Facile

Traceur Tarmo KUUB

Rendez-vous et parking village de Stambruges

Distances : voir calendrier FRSO ou O’Punch

Horaire
9h30 : ouverture secrétariat
10h à 12h : départ libre
13h30 : fermeture des circuits

Tarif
-18 ans : 4€, +18 ans : 6€ Non licencié : +2€
Location Sportident : 2€ (-18 ans : 1€)

Inscriptions souhaitées via O’Punch ou sur place
Paiement sur place, électronique possible

Renseignements Laurence.aughuet@gmail.com 0486362208