



- |                |                |              |               |
|----------------|----------------|--------------|---------------|
| ① Tronc        | ⑥ Haie         | ⑪ Tronc X    | ⑯ Palmier 18" |
| ② Palissade    | ⑦ directionnel | ⑫ Maison     |               |
| ③ Triangle     | ⑧ Tronc        | ⑬ Tronc bleu |               |
| ④ Pont et pôle | ⑨ Tronc        | ⑭ Beam       |               |
| ⑤ Tronc        | ⑩ Pont - hihi  | ⑮ Tronc      |               |



Distance: 1825 m  
 Vitesse: 325 m/min  
 Temps idéal: 5 m 37sec.

PARCOURS DE CAMPAGNE-CROSS-COUNTRY PRÉ-DÉBUTANT 2023