

## COURSE MD Châteaurenard du 7/10/2017

| Catégorie    | Circuit      | Temps du vainqueur | Niveaux techniques | Distance | Dénivelé | Nbre poste | Format / Echelle |
|--------------|--------------|--------------------|--------------------|----------|----------|------------|------------------|
| H20          | A            | 35'                | 4-Orange           | 5650     | 280      | 42         | A4 / 5 000°      |
| H21          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| H35          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| H18          | B            | 35'                |                    | 4720     | 190      | 32         | A4 / 5 000°      |
| H40          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| H45          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| D20          | C            | 30'                |                    | 3730     | 170      | 27         | A4 / 5 000°      |
| D21          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| D35          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| H16          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| H50          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| H55          | C Bis        | 30'                |                    | 3360     | 160      | 23         | A4 / 5 000°      |
| D18          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| D40          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| D45          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| D16          | D            | 25'                |                    | 2670     | 70       | 18         | A4 / 5 000°      |
| D50          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| D55          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| H60          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| H65          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| D60+         | D Bis        | 25'                |                    | 2670     | 70       | 18         | A4 / 5 000°      |
| H70+         |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| D14          | E            | 25'                | 3-Jaune            | 2430     | 80       | 16         | A4 / 5 000°      |
| H14          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| D12          | F            | 25'                | 2-Bleu             | 1930     | 50       | 21         | A4 / 5 000°      |
| H12          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| D10          | G            | 20'                | 1-Vert             | 1590     | 45       | 19         | A4 / 5 000°      |
| H10          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| D10          | G accompagné | /                  |                    | 1590     | 45       | 19         |                  |
| H10          |              |                    |                    |          |          |            |                  |
| loisir court |              |                    |                    | 3-jaune  | 1140     | 50         |                  |
| loisir long  |              |                    | 3-jaune            | 2640     | 60       | 19         | A4 / 5000°       |

Course LD Châteaurenard du 8/10/2017

| Catégorie<br>CO | Circuit         | Temps du<br>vainqueur | Niveaux<br>techniques | Distance | Dénivelé | Nbre poste | Echelle/Form<br>at |           |
|-----------------|-----------------|-----------------------|-----------------------|----------|----------|------------|--------------------|-----------|
| H20             | A               | 70'                   | 5-Violet              | 8,8 Km   | 250 m    | 22         | A4 / 10 000°       |           |
| H21             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| H35             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| H18             | B               | 60'                   |                       | 6,9 Km   | 150 m    | 17         | A4 / 10 000°       |           |
| H40             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| H45             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| D20             | C               | 55'                   |                       | 6,2 Km   | 140 m    | 15         | A4 / 10 000°       |           |
| D21             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| D35             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| H16             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| H50             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| H55             | C Bis           | 50'                   |                       | 4,3 Km   | 130 m    | 12         | A4 / 10 000°       |           |
| D18             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| D40             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| D45             | D               | 45'                   | 4-Orange              | 4,5 Km   | 120 m    | 13         | A4 / 10 000°       |           |
| D16             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| D50             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| D55             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| H60             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| H65             | D Bis           | 40'                   |                       | 3,9 Km   | 110 m    | 11         | A4 / 10 000°       |           |
| D60+            |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| H70+            | E               | 35'                   | 3-Jaune               | 3,7 Km   | 60 m     | 11         | A4 / 10 000°       |           |
| D14             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| H14             | F               | 25'                   | 2-Bleu                | 2,6 Km   | 50 m     | 9          | A4 / 5000          |           |
| D12             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| H12             | G               | 20'                   | 1-Vert                | 1,5 Km   | 20 m     | 14         | A4 / 5000          |           |
| D10             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| H10             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| D10             | G<br>accompagné | /                     |                       | 1,5 Km   | 20 m     | 14         |                    | A4 / 5000 |
| H10             |                 |                       |                       |          |          |            |                    |           |
| loisir          |                 |                       | 3-jaune               | 2,6 Km   | 50 m     | 9          |                    |           |