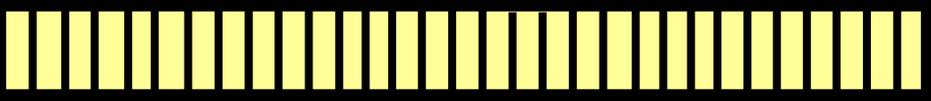
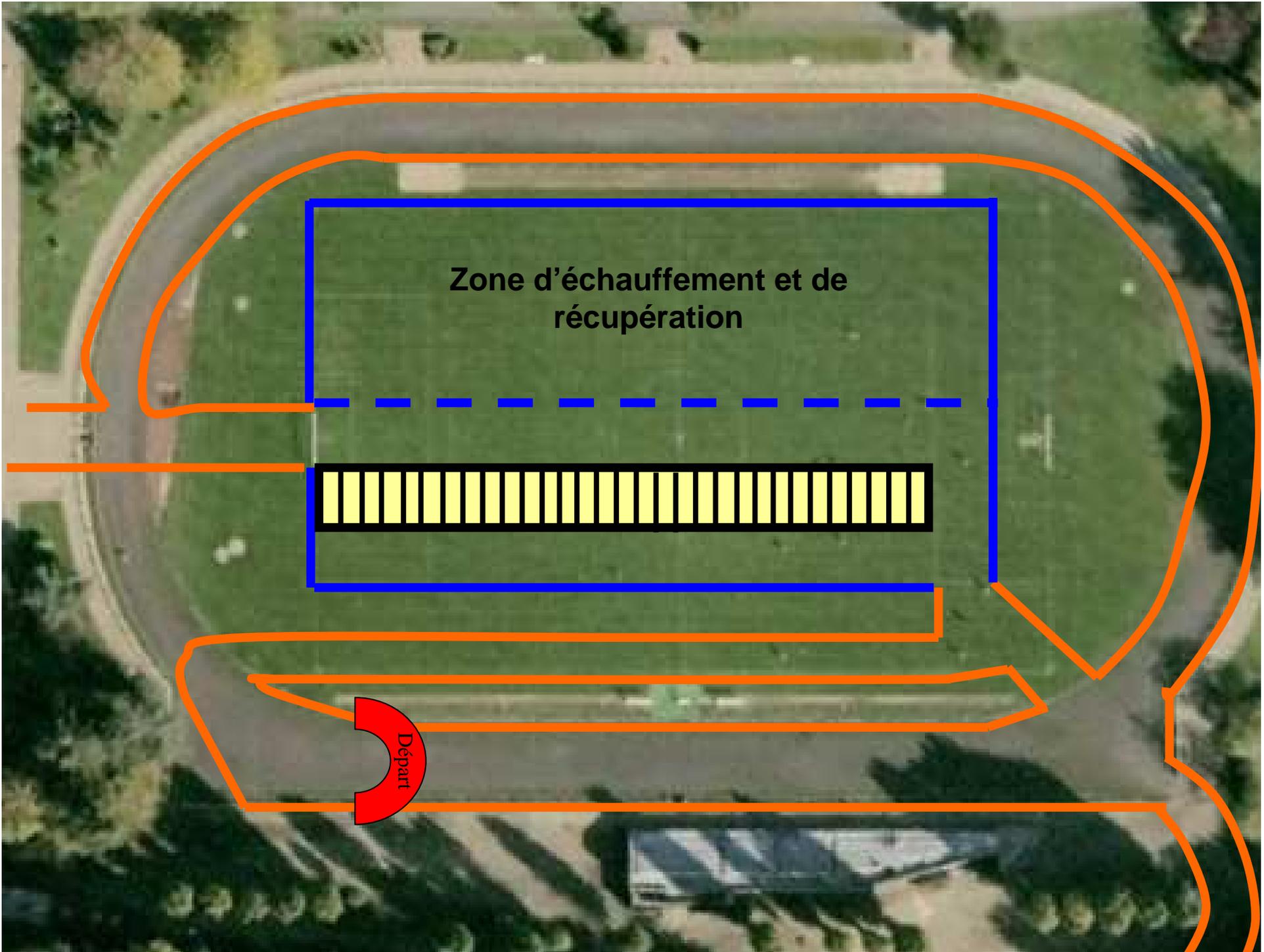


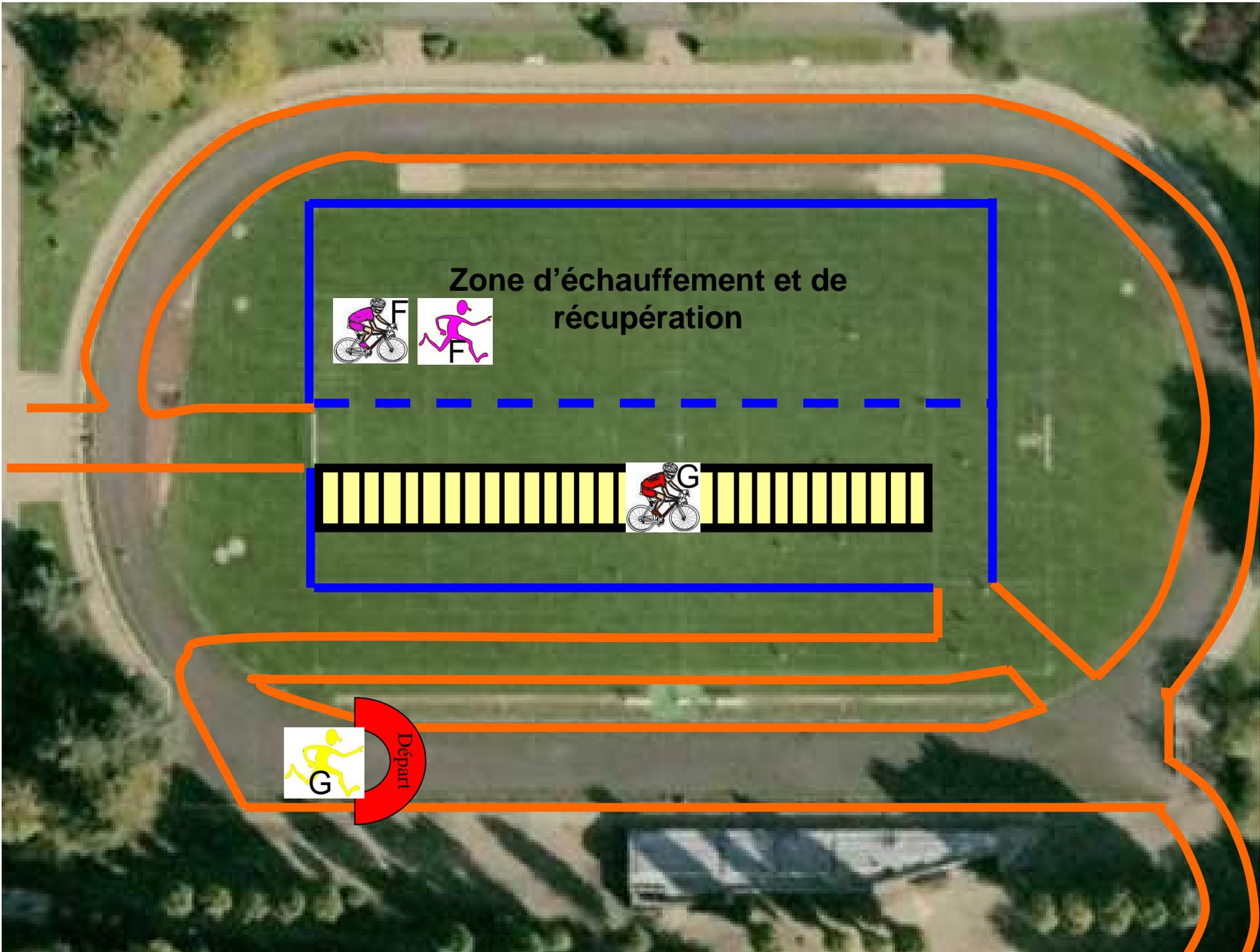
Zone d'échauffement et de récupération





Zone d'échauffement et de récupération

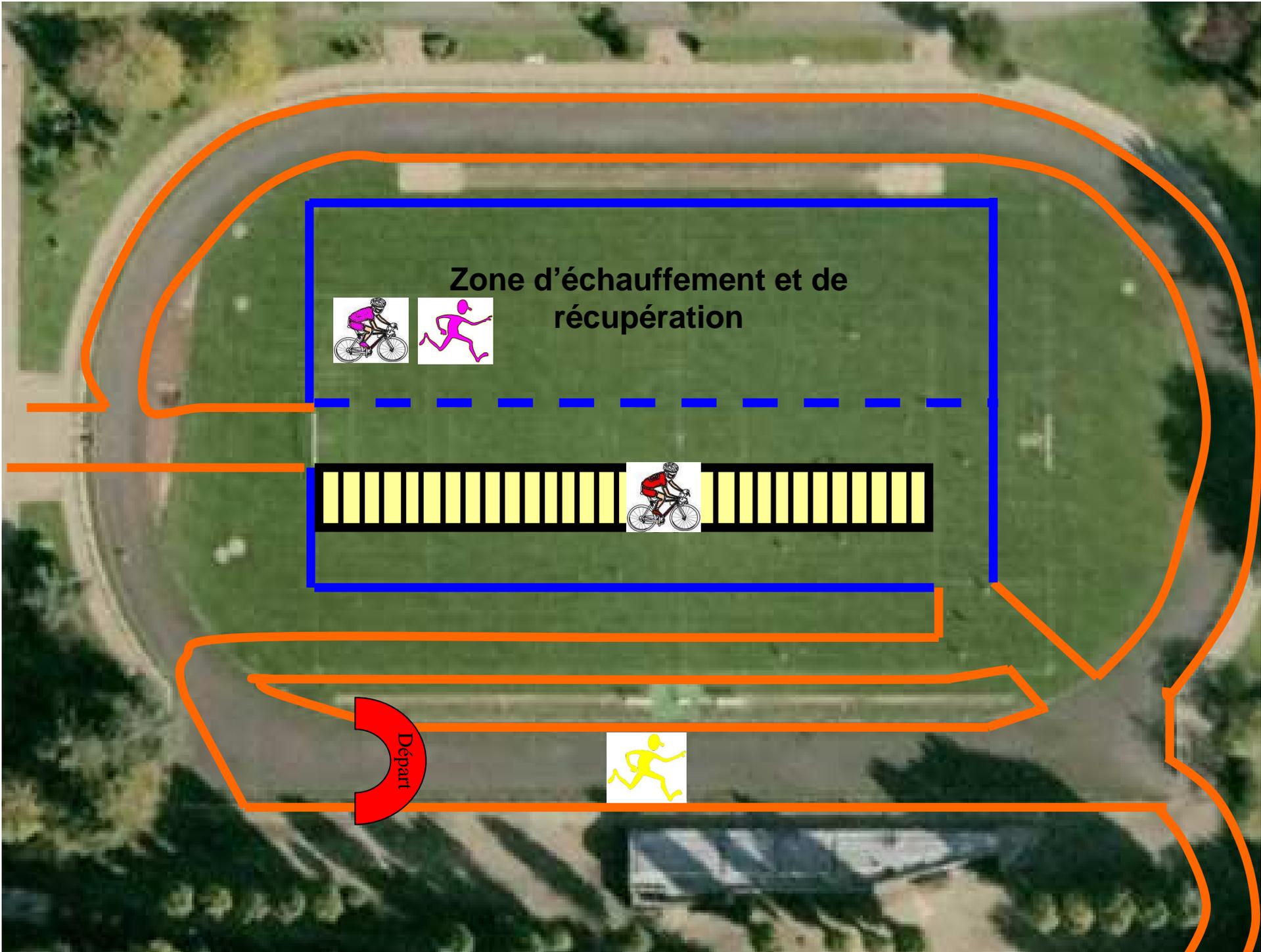
Départ



Zone d'échauffement et de récupération

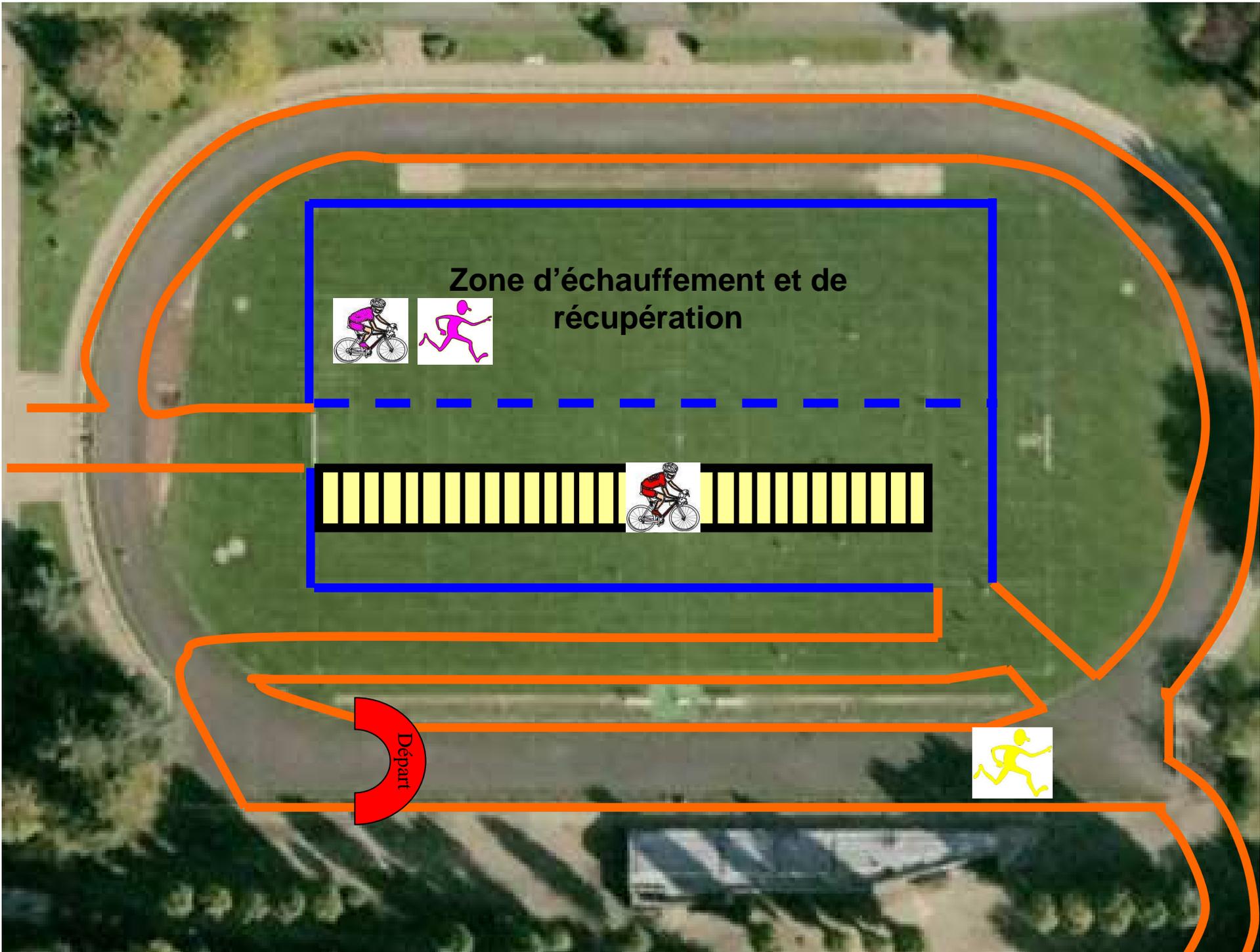


Départ



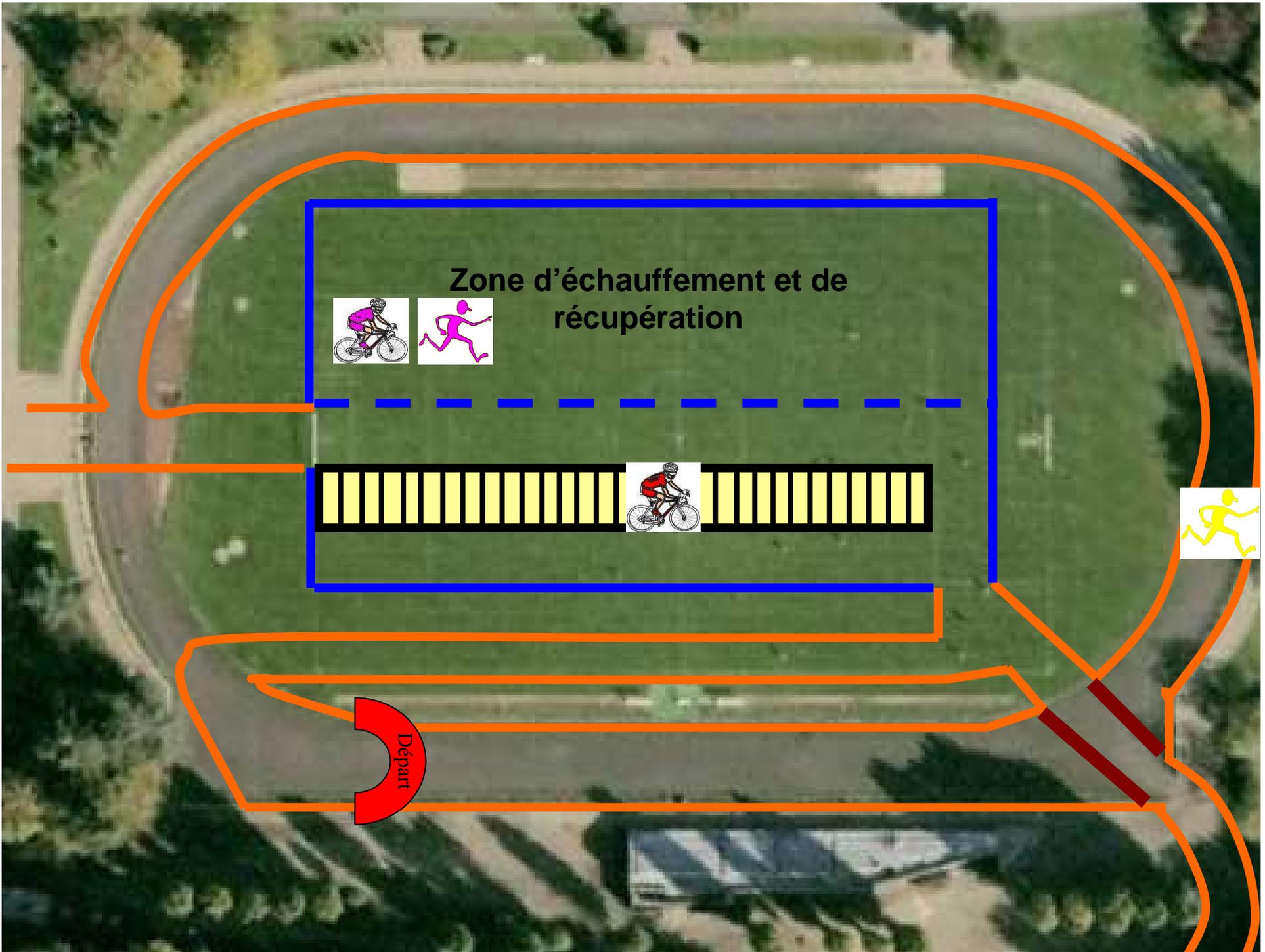
Zone d'échauffement et de récupération





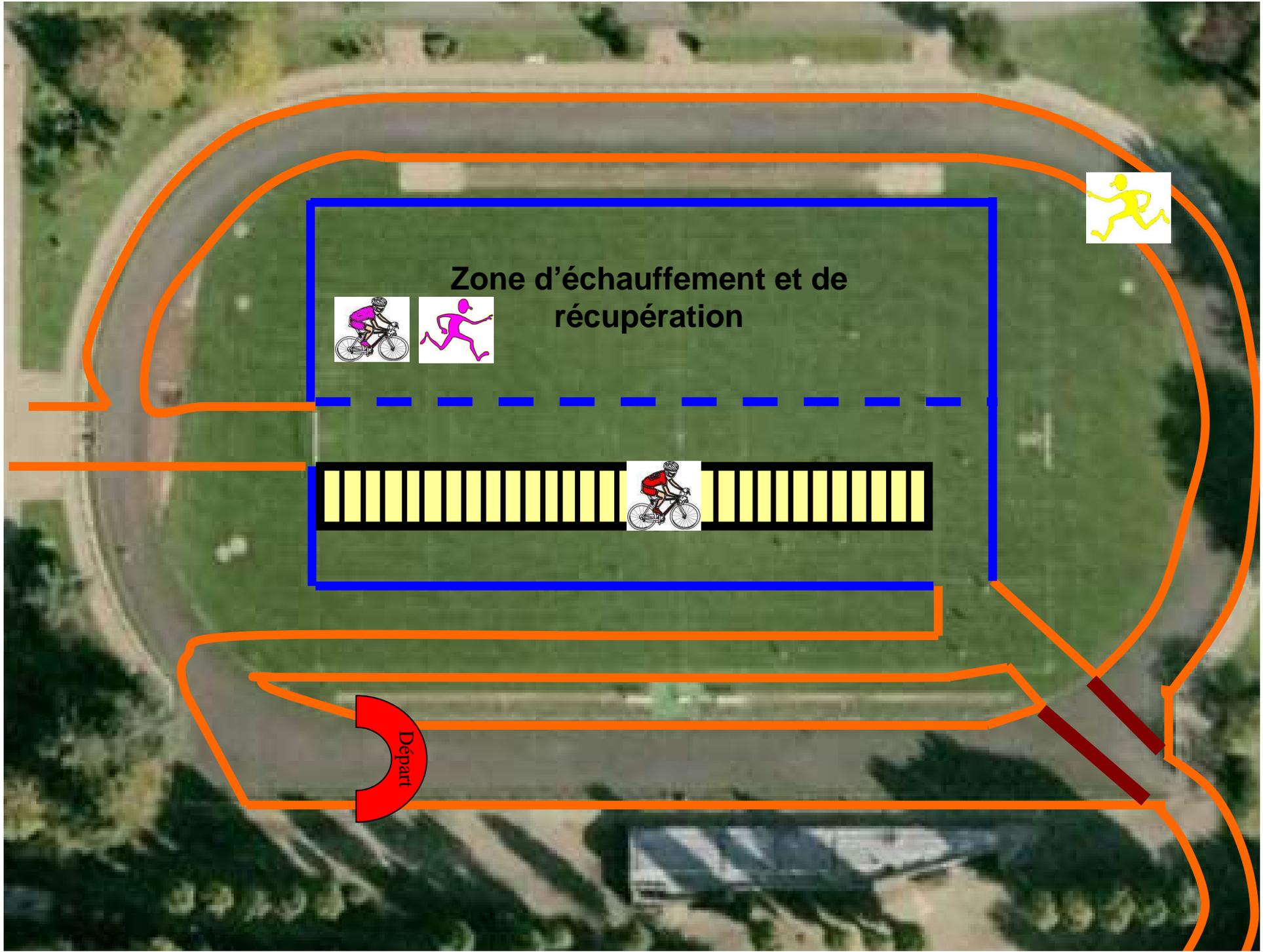
Zone d'échauffement et de récupération





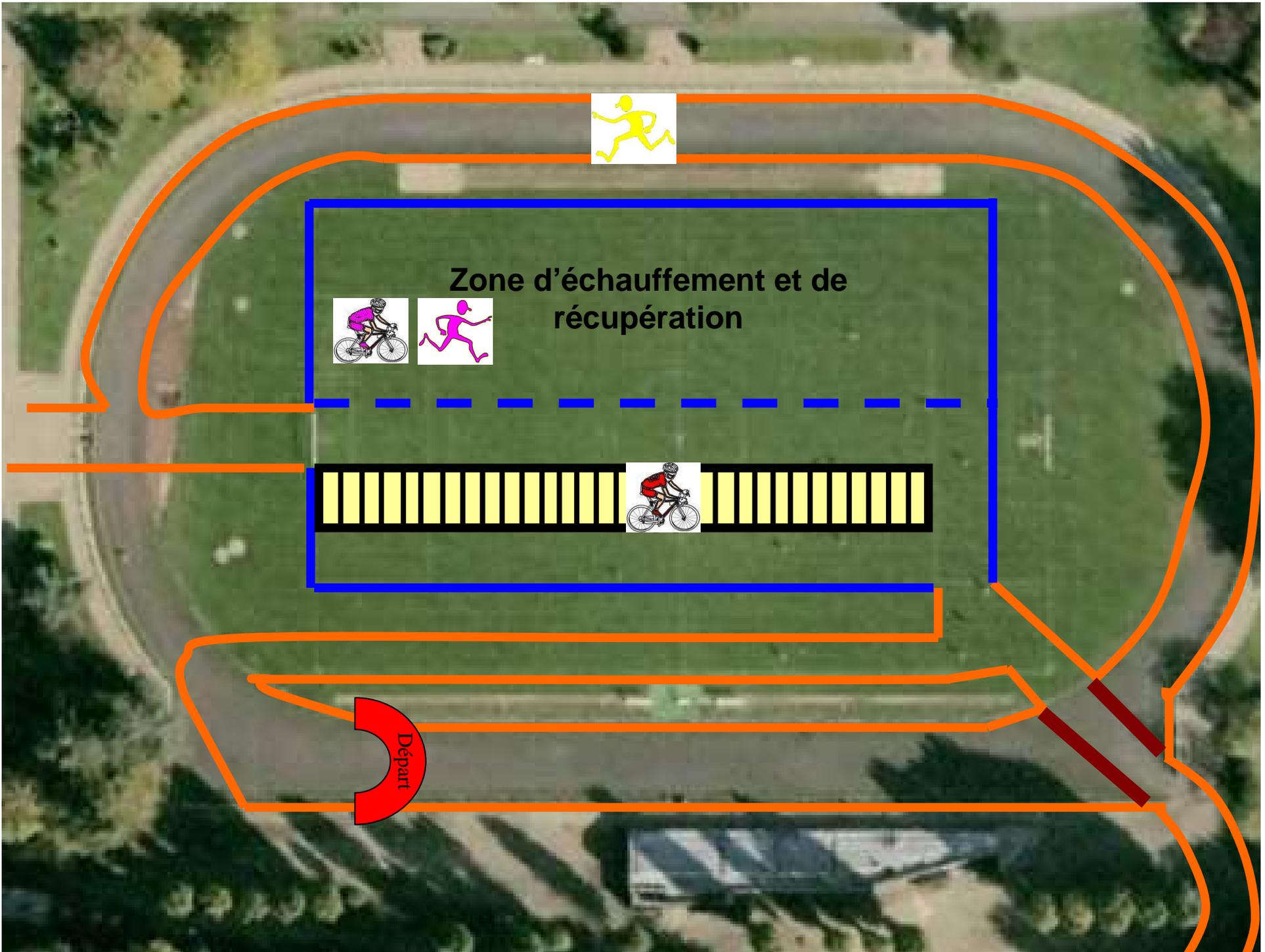
Zone d'échauffement et de récupération





Zone d'échauffement et de récupération



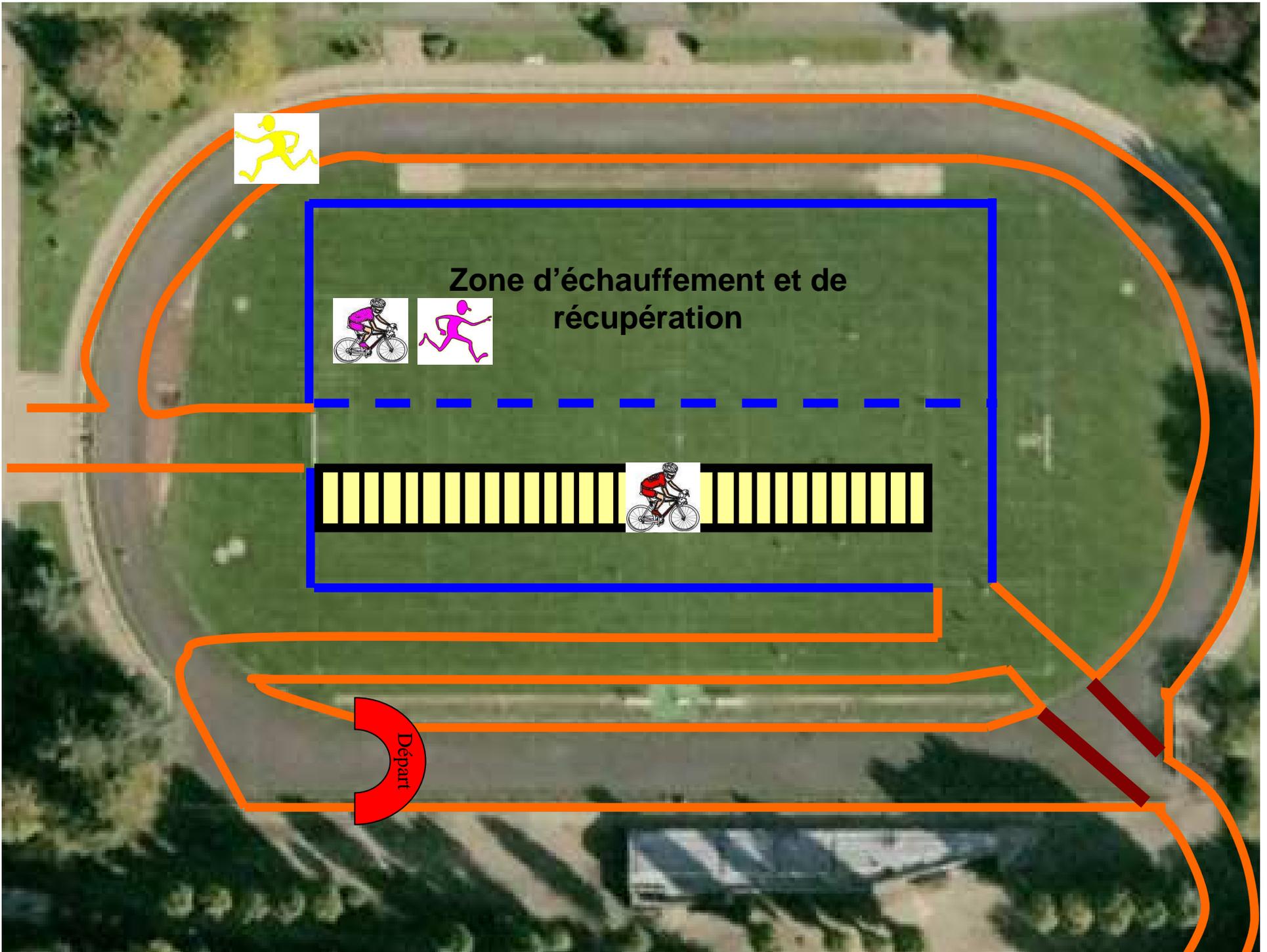


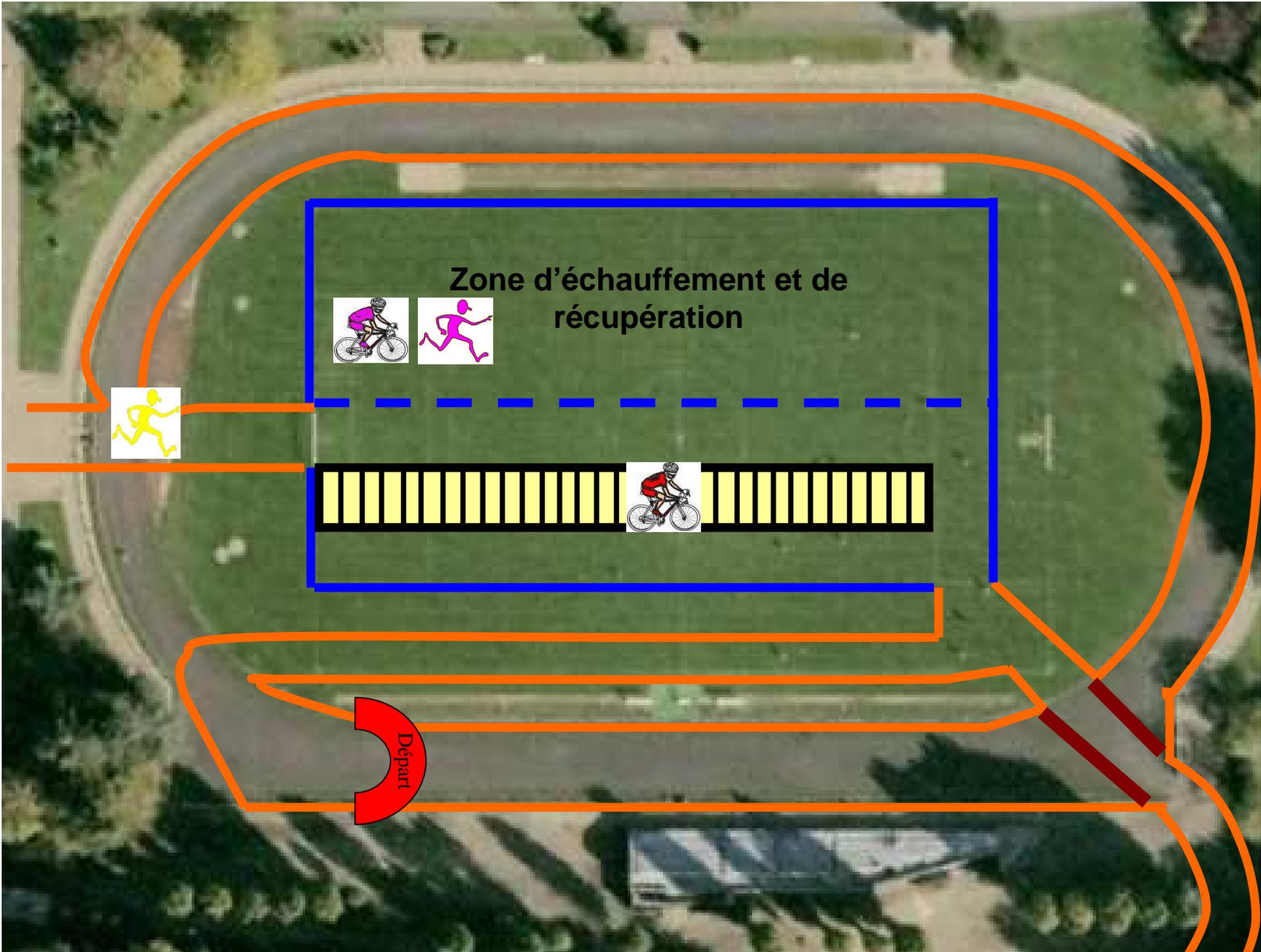
Zone d'échauffement et de récupération





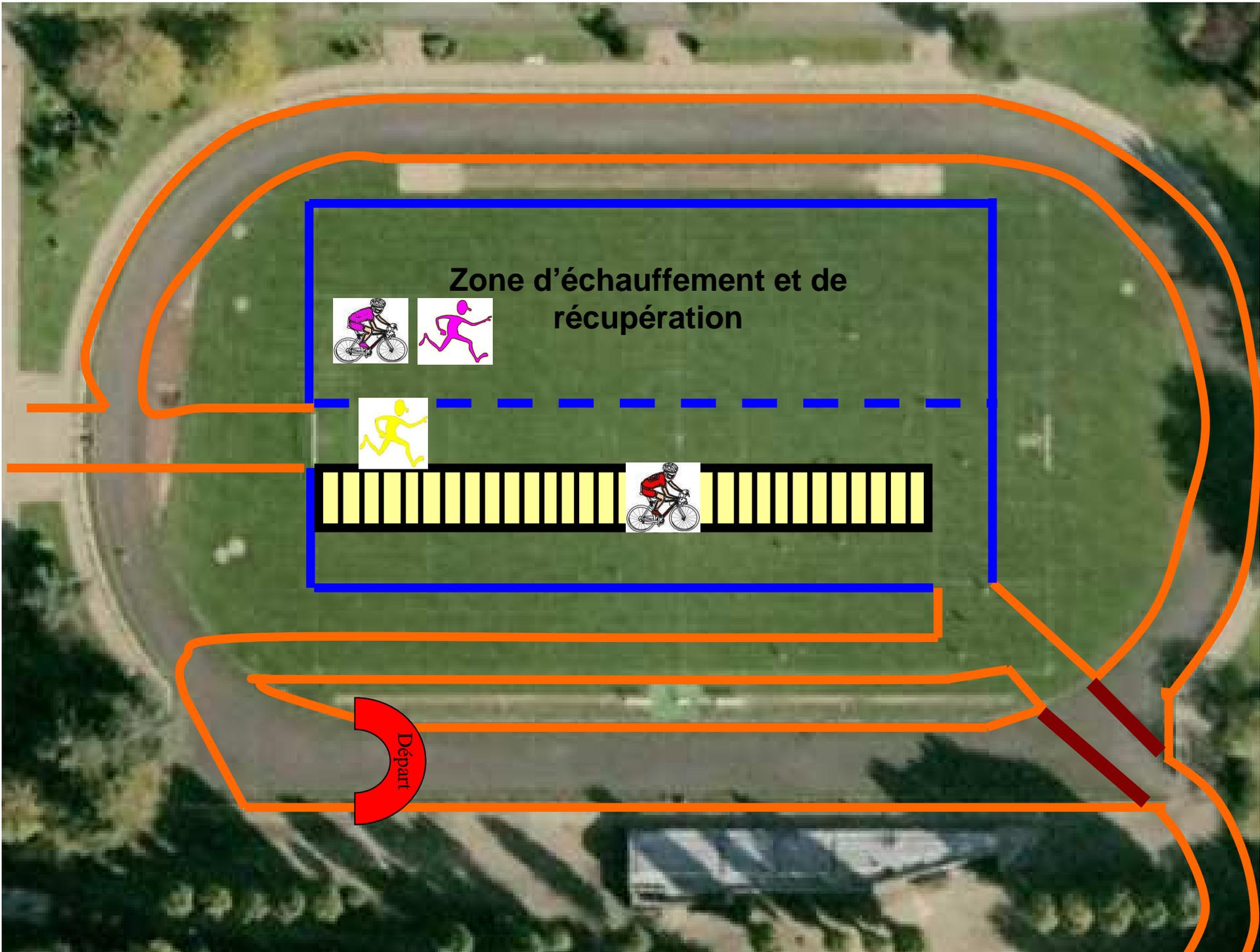
Zone d'échauffement et de récupération





Zone d'échauffement et de récupération

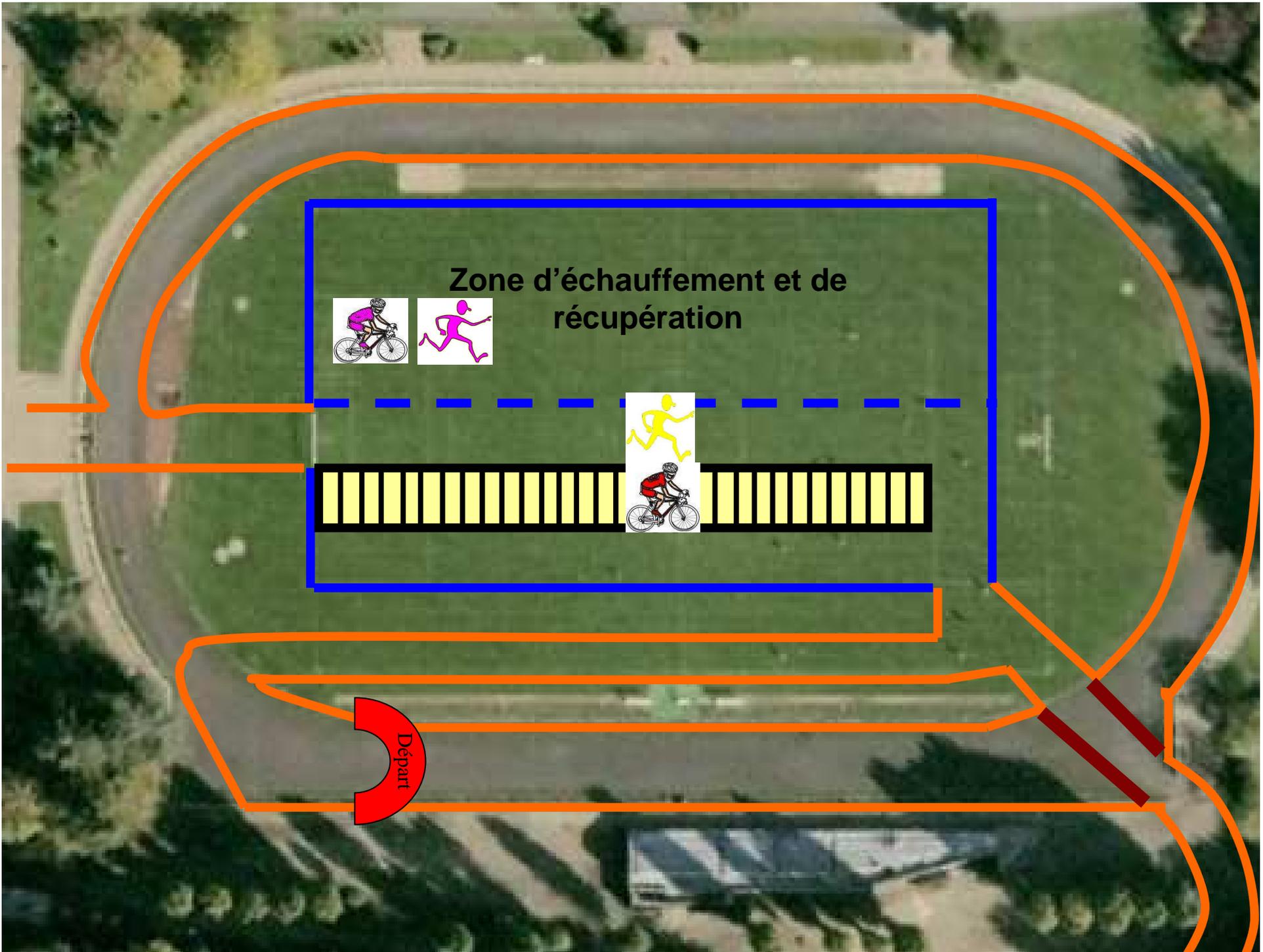




Zone d'échauffement et de récupération



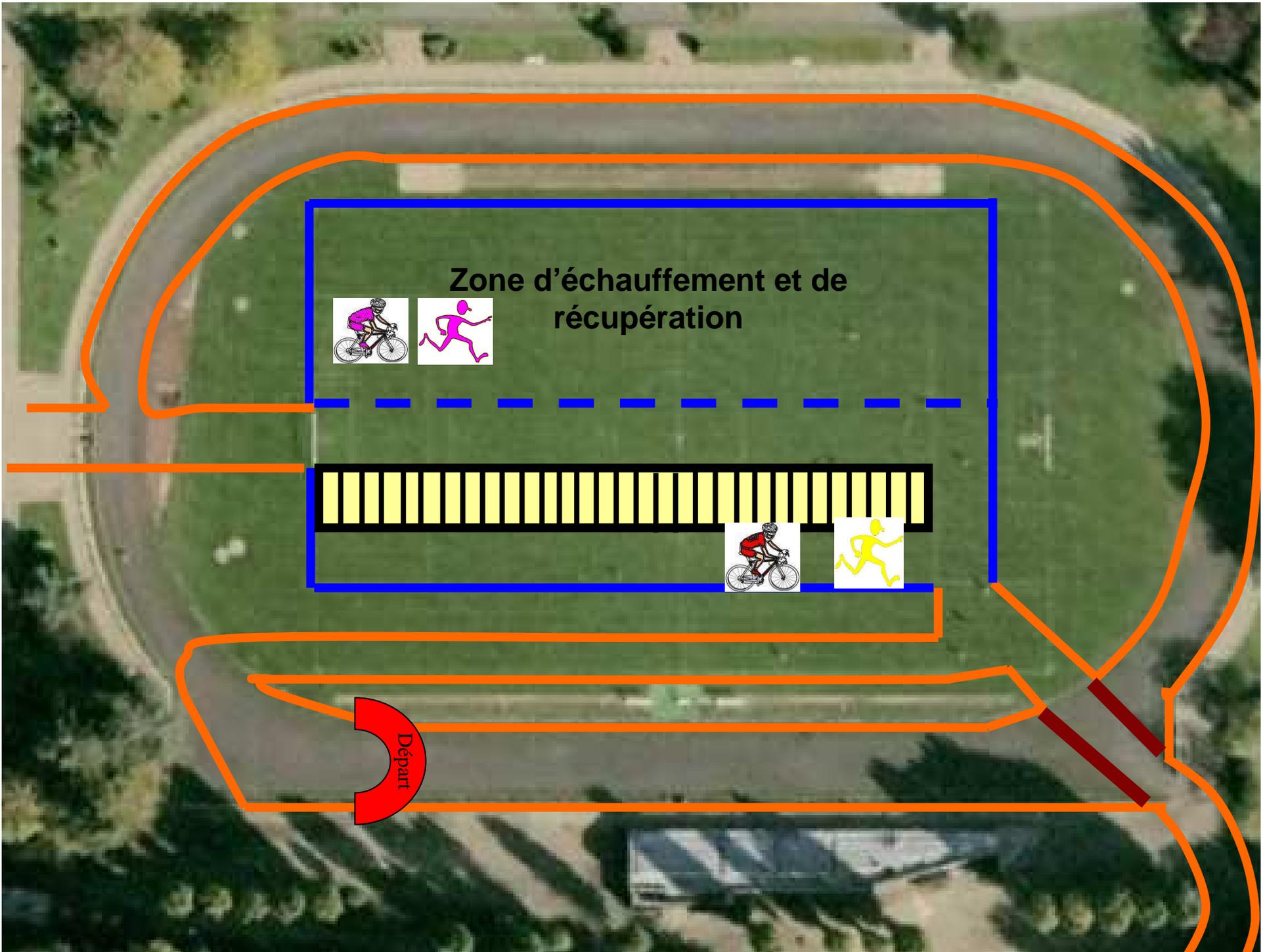
Départ



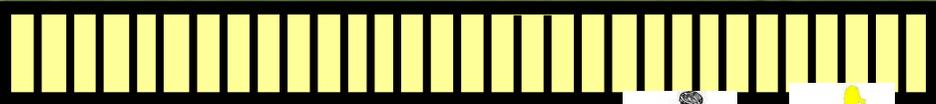
Zone d'échauffement et de récupération

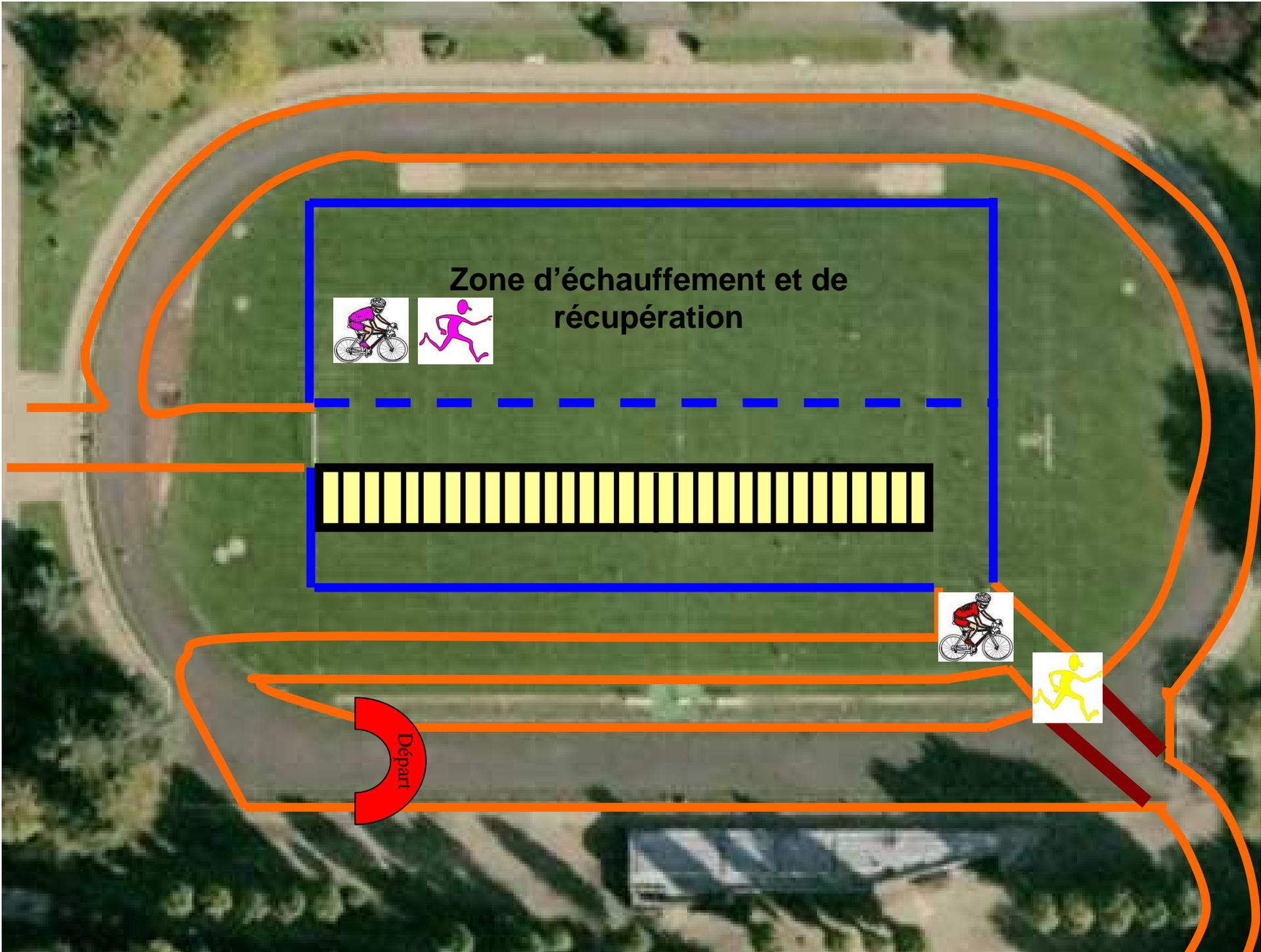


Départ

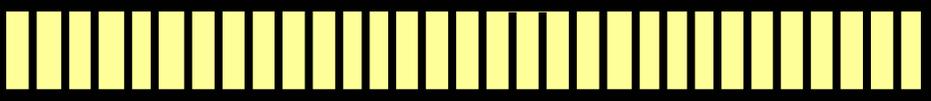


Zone d'échauffement et de récupération

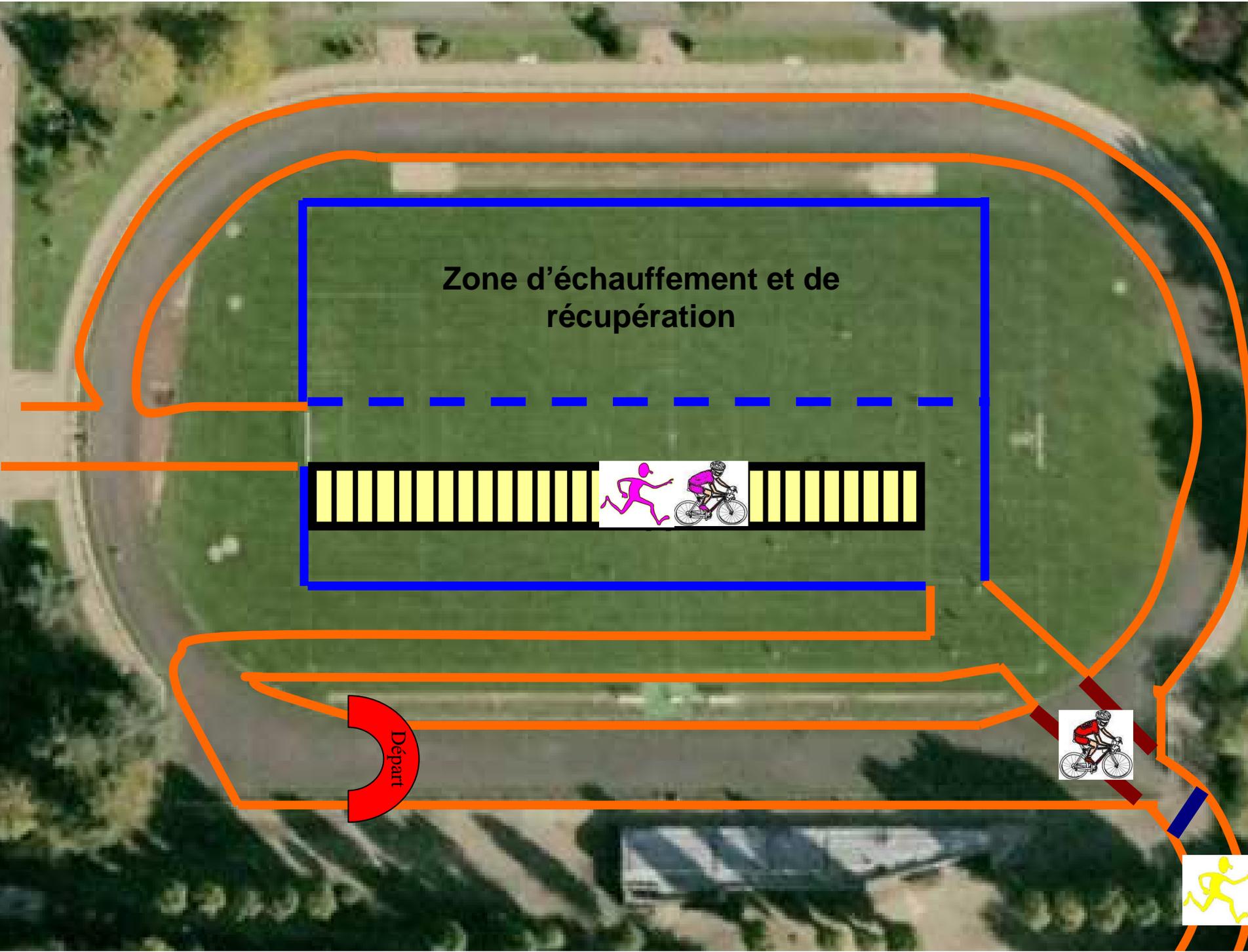




Zone d'échauffement et de récupération

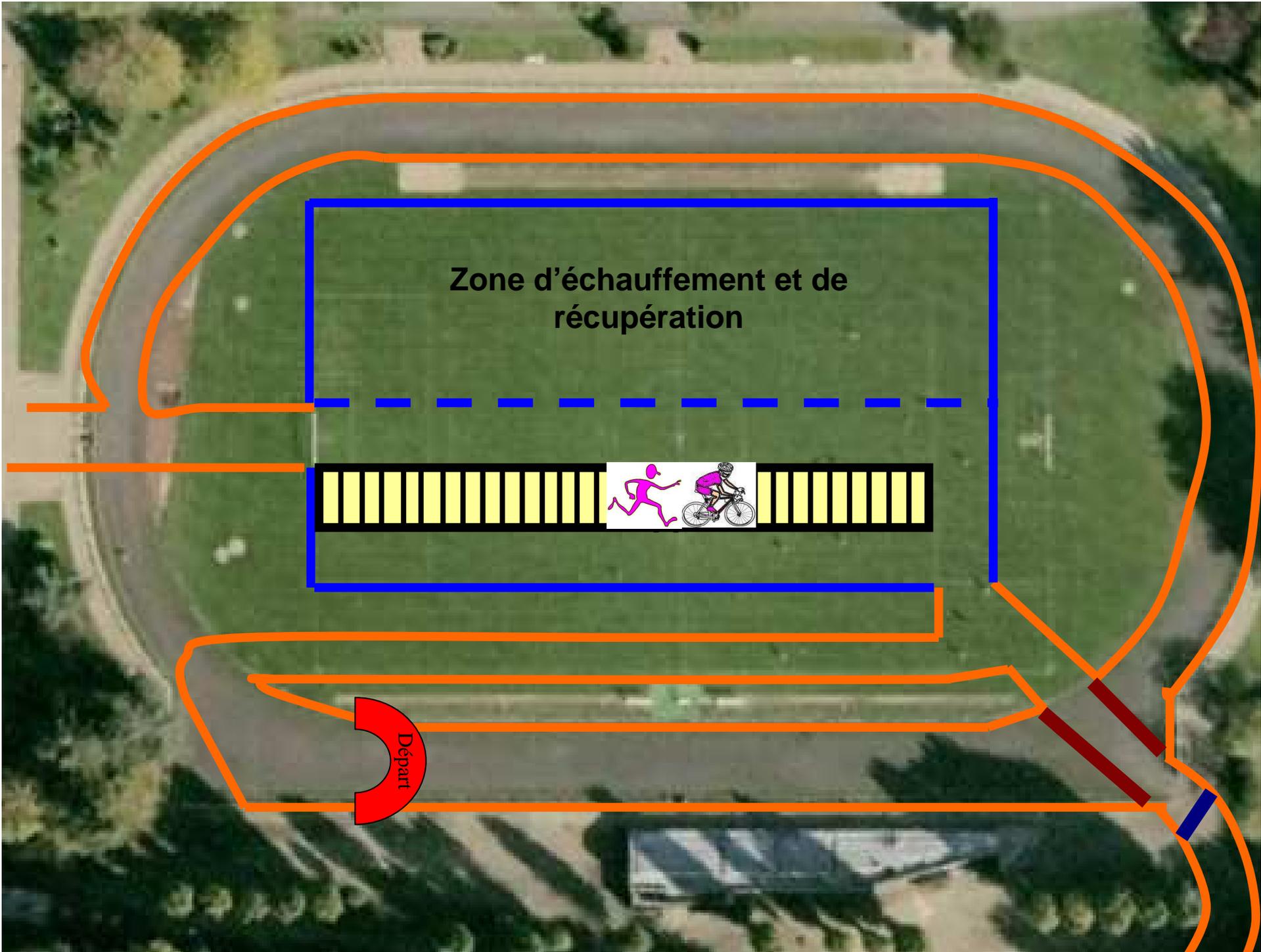


Zone d'échauffement et de récupération



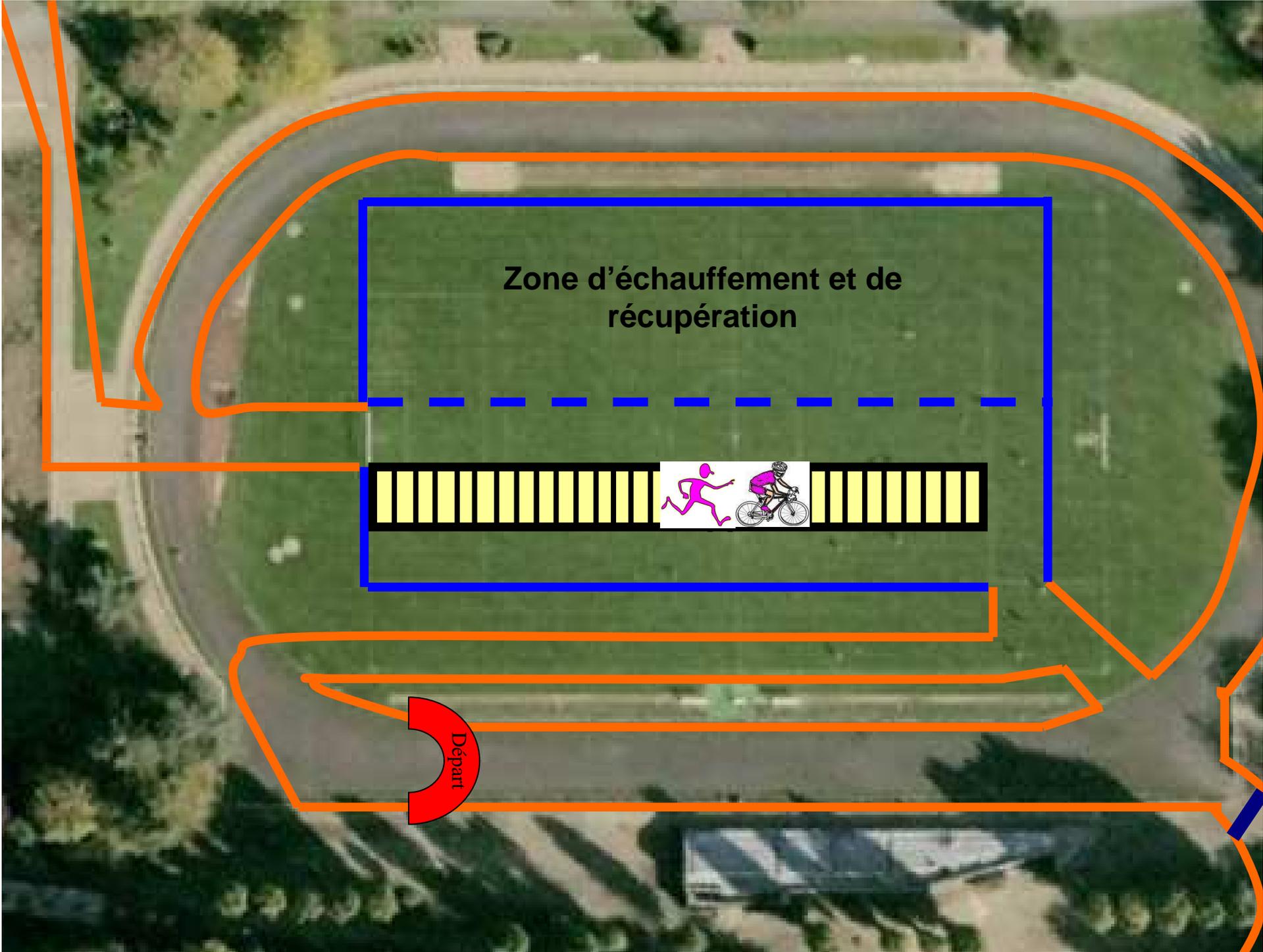
Zone d'échauffement et de récupération





Zone d'échauffement et de récupération

Départ

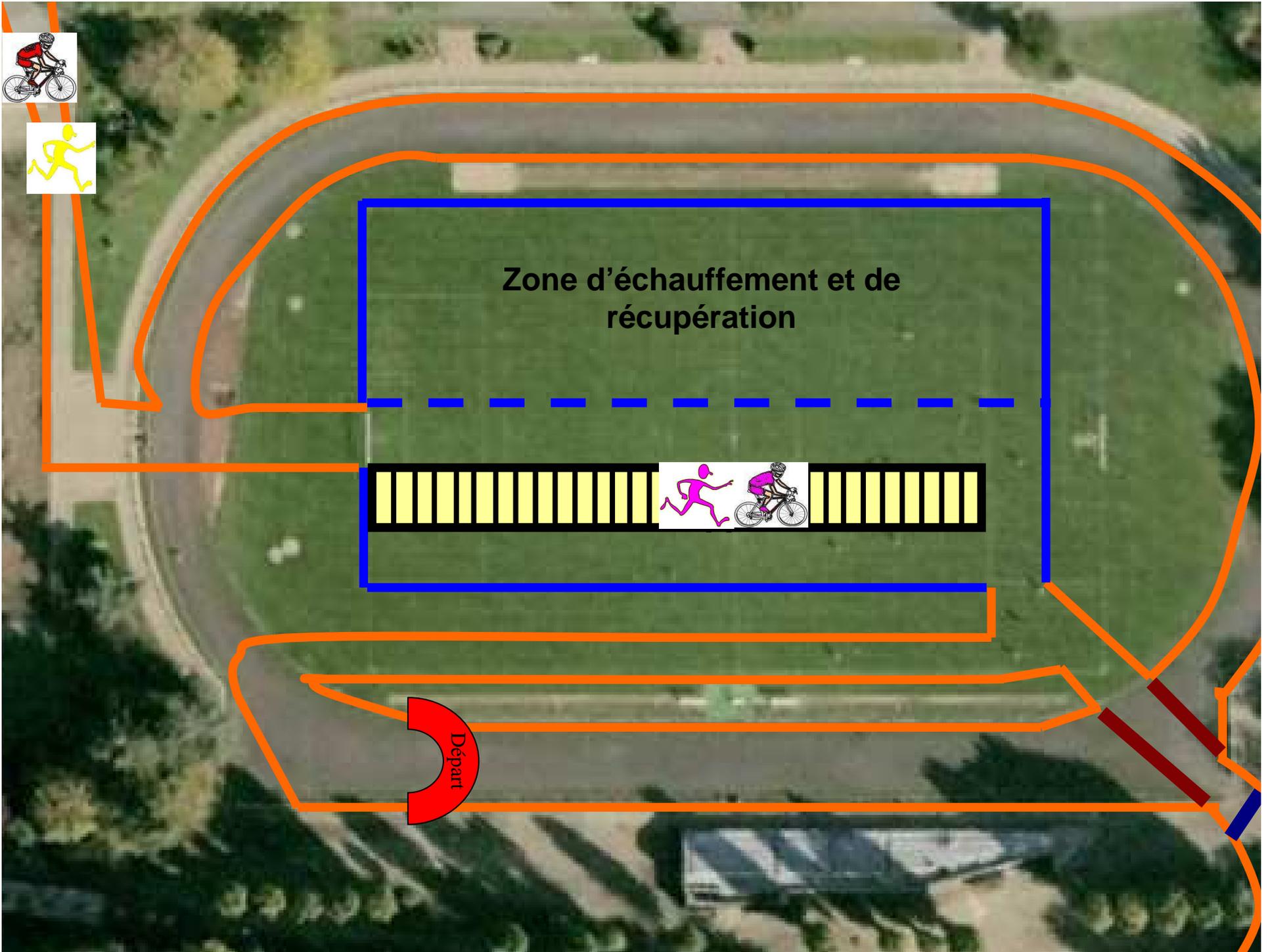


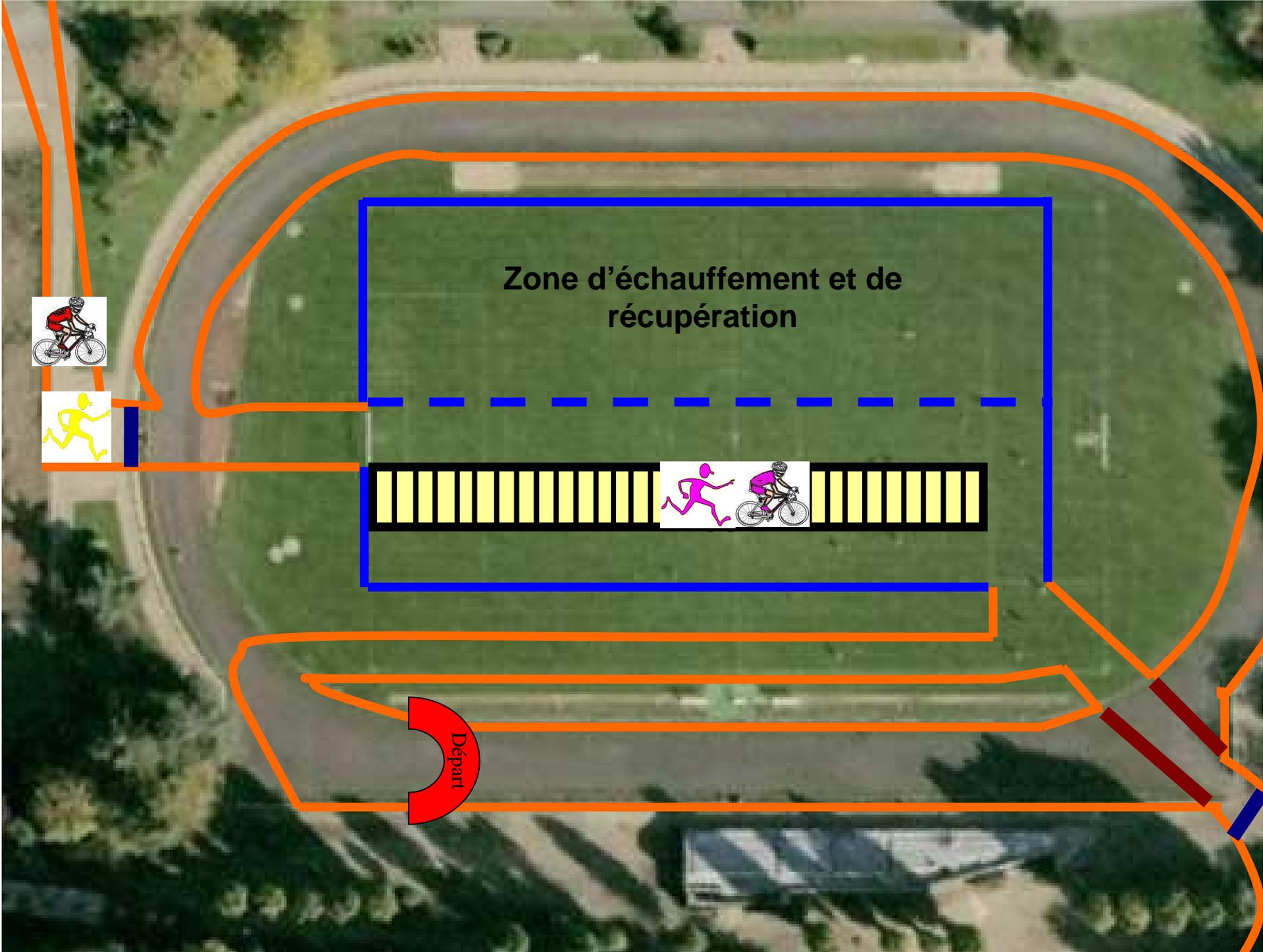
Zone d'échauffement et de récupération

Départ



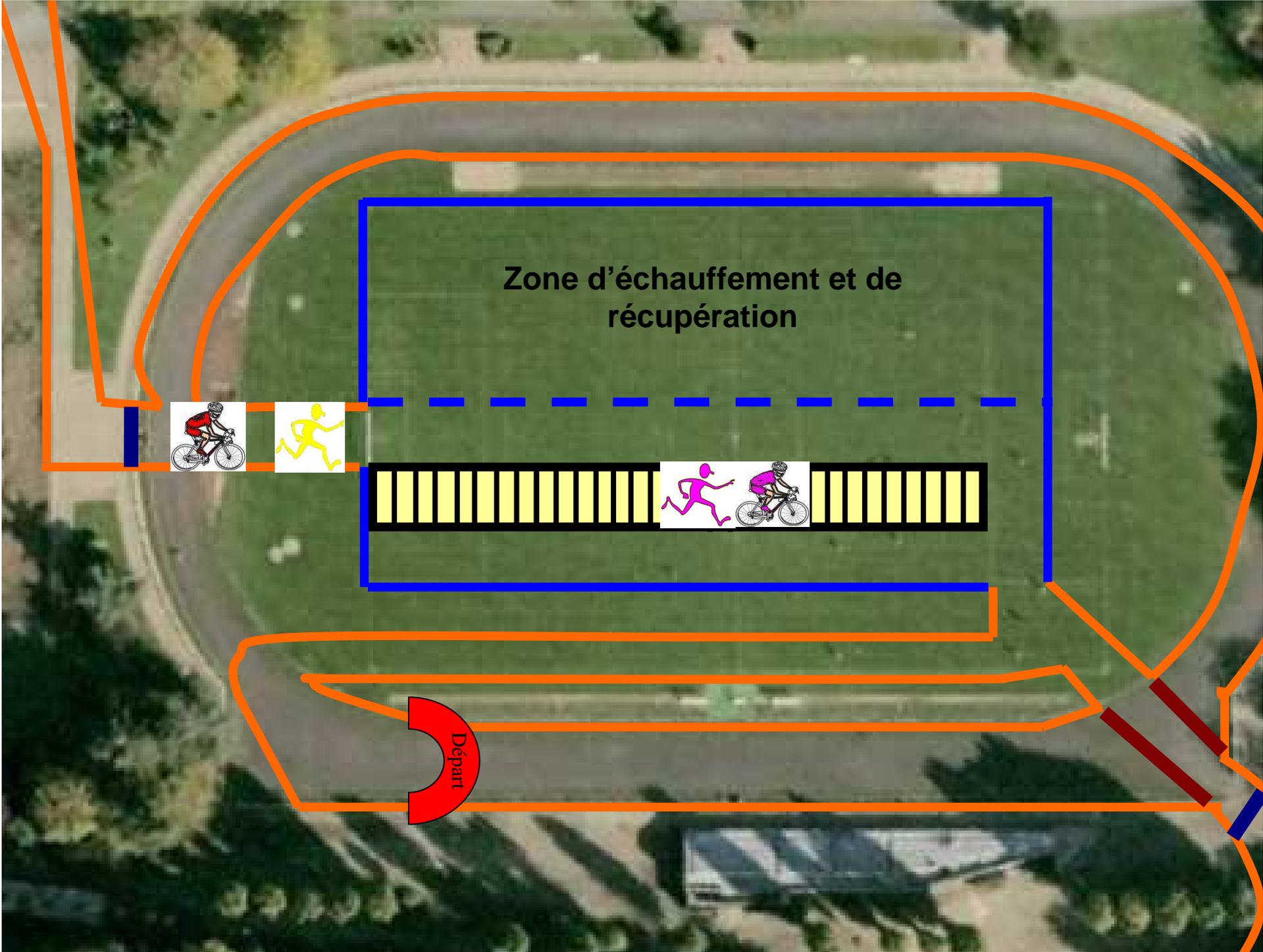
Zone d'échauffement et de récupération





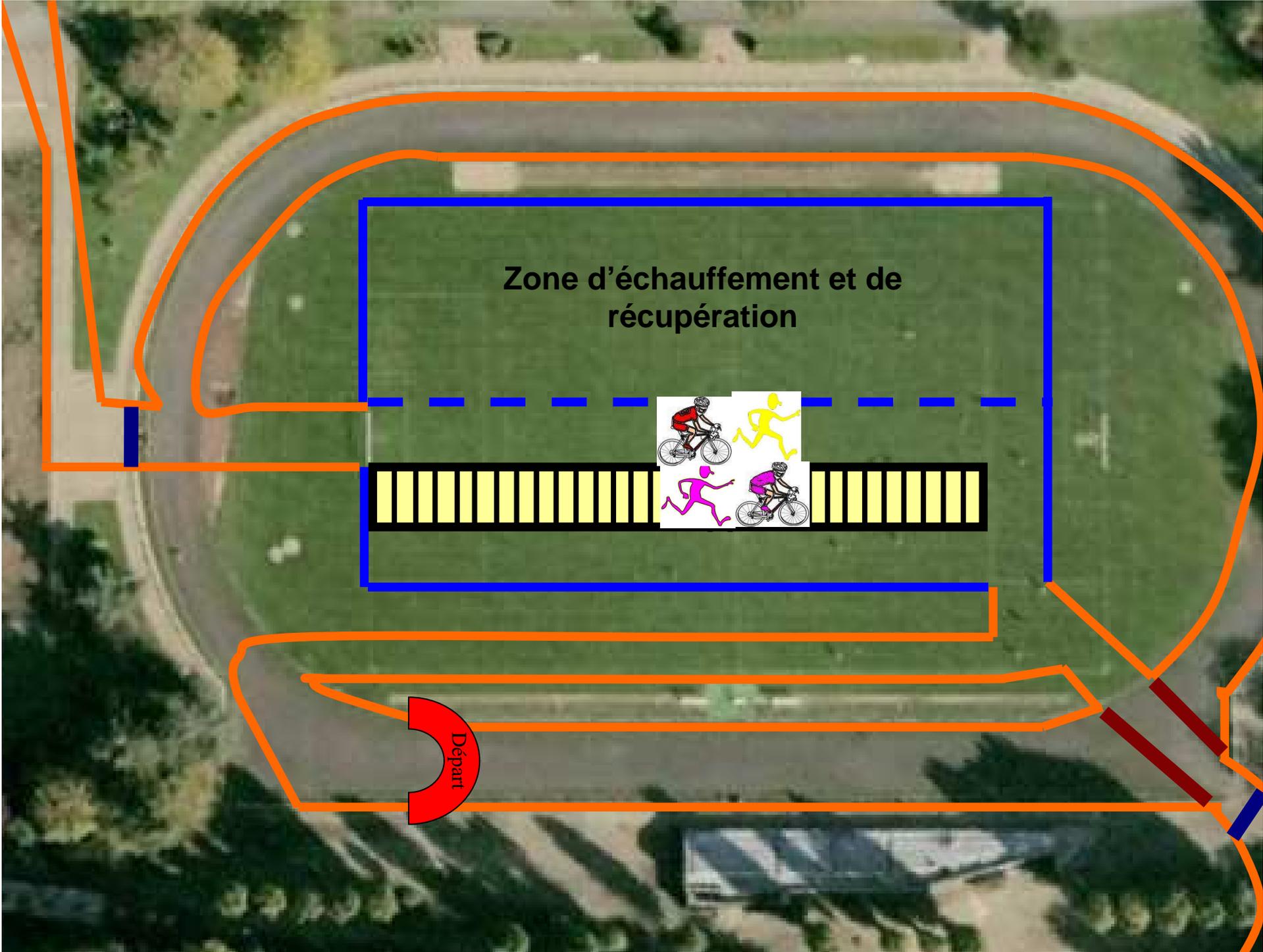
Zone d'échauffement et de récupération

Départ



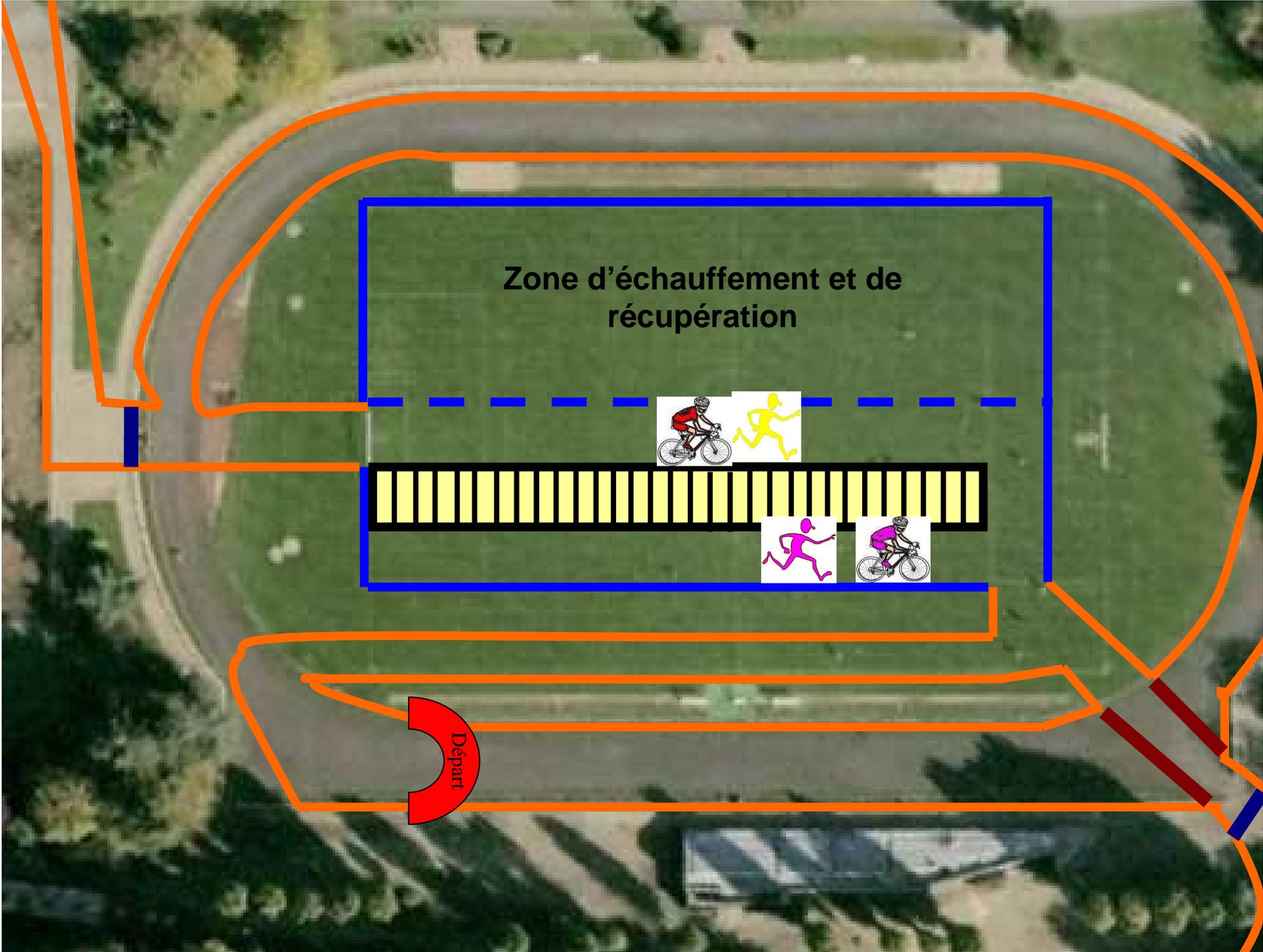
Zone d'échauffement et de récupération

Départ



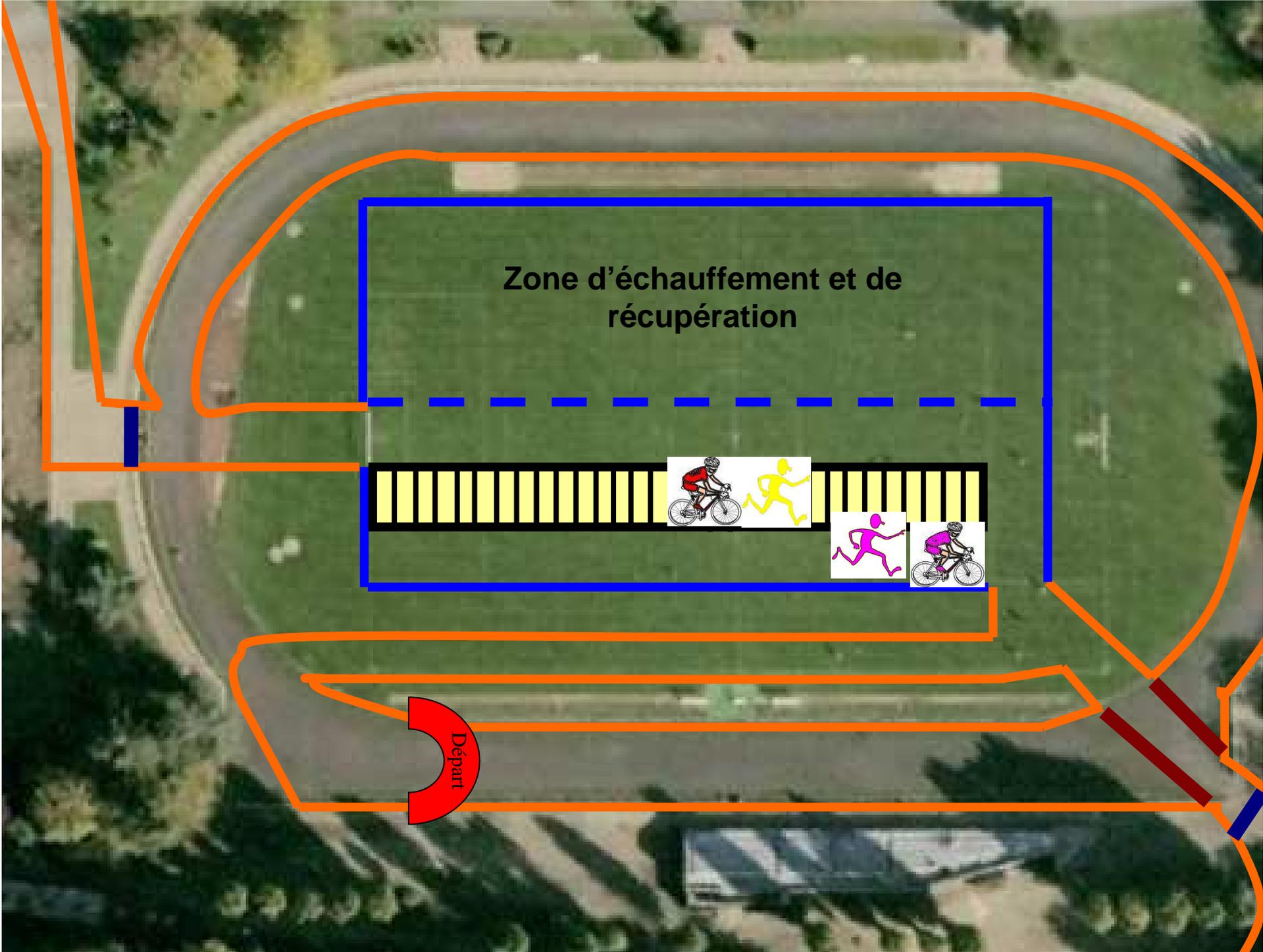
Zone d'échauffement et de récupération

Départ



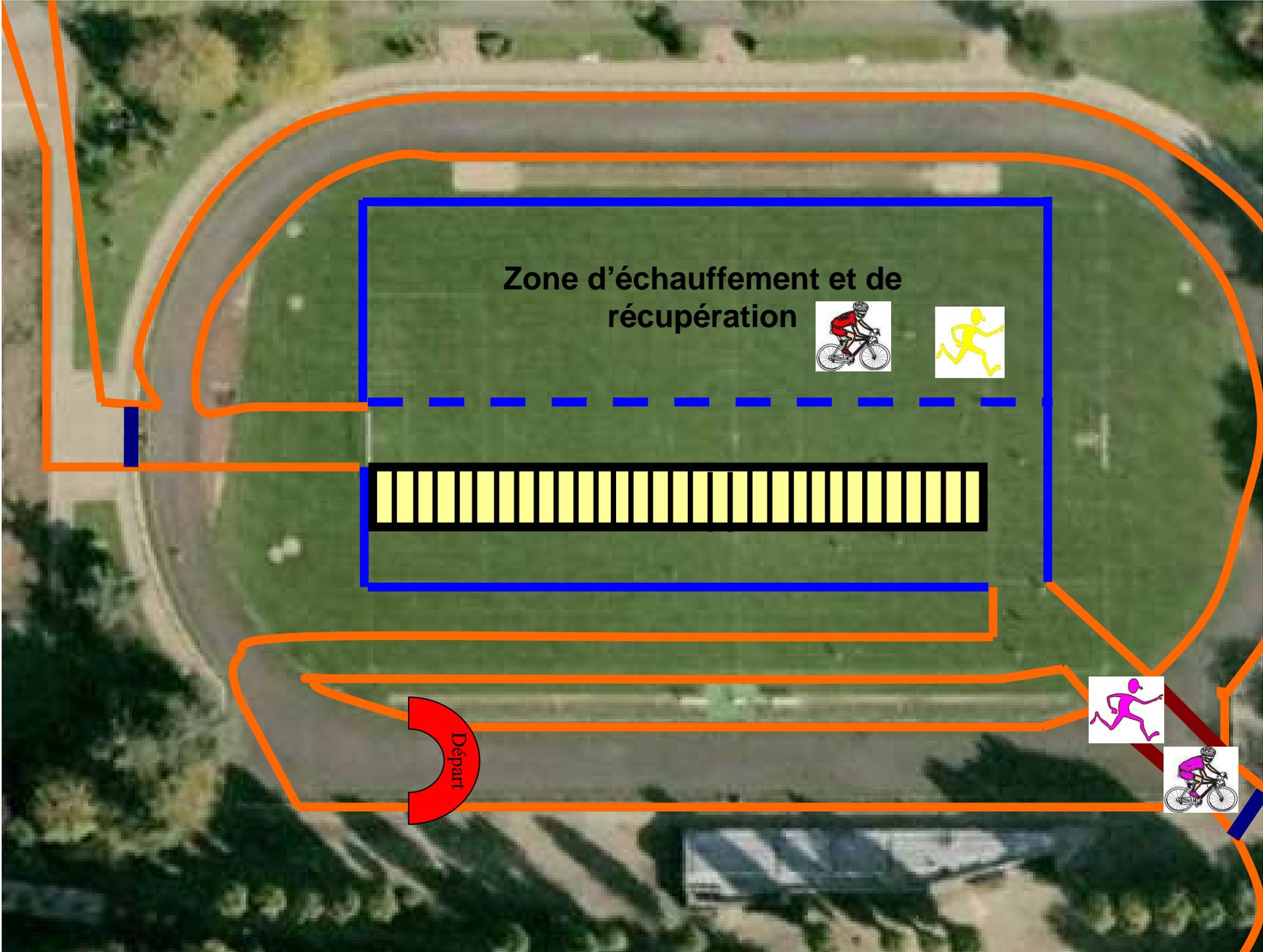
Zone d'échauffement et de récupération

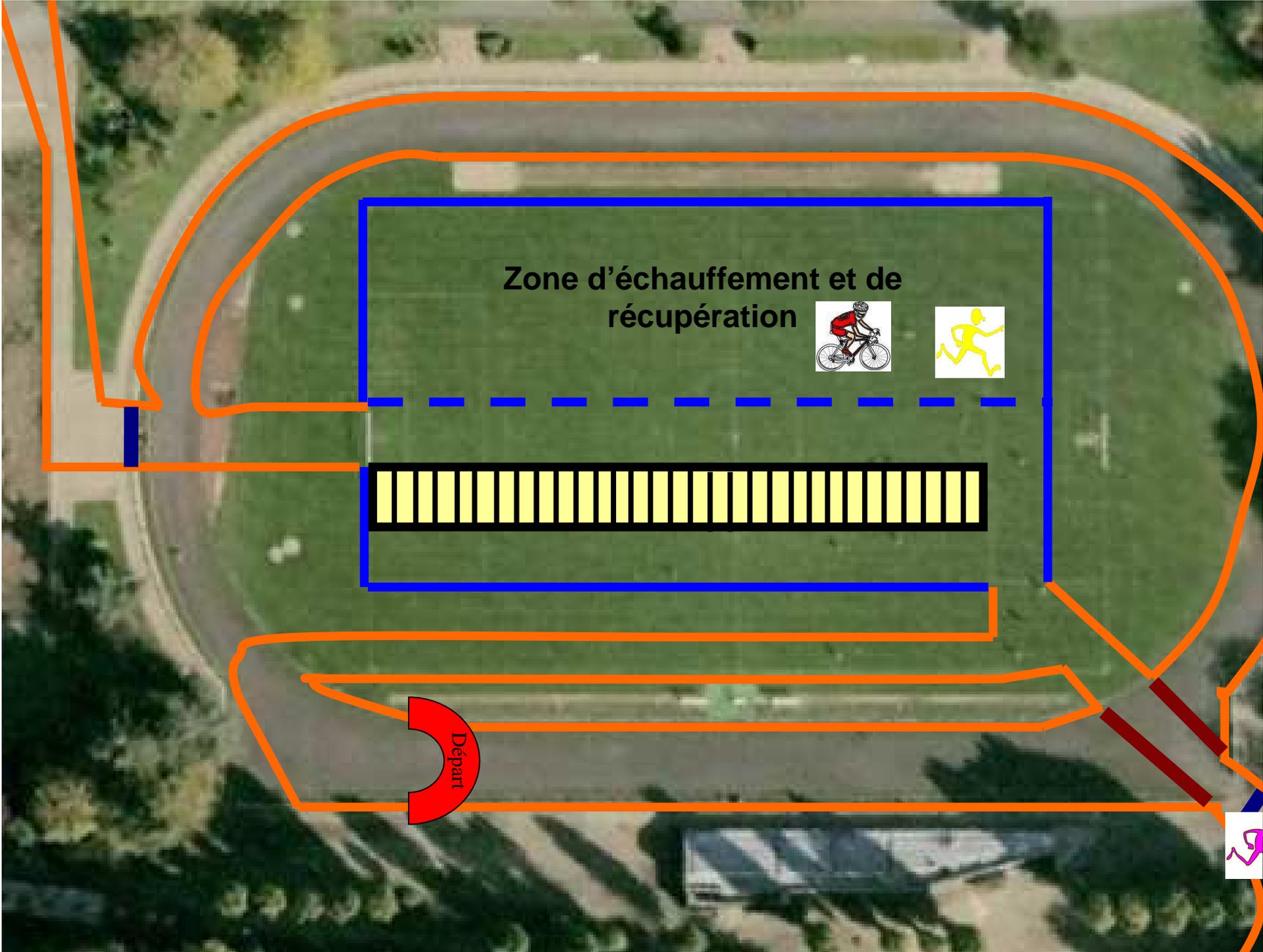
Départ



Zone d'échauffement et de récupération

Départ





Zone d'échauffement et de récupération



# Enchaînement des tours suivant :

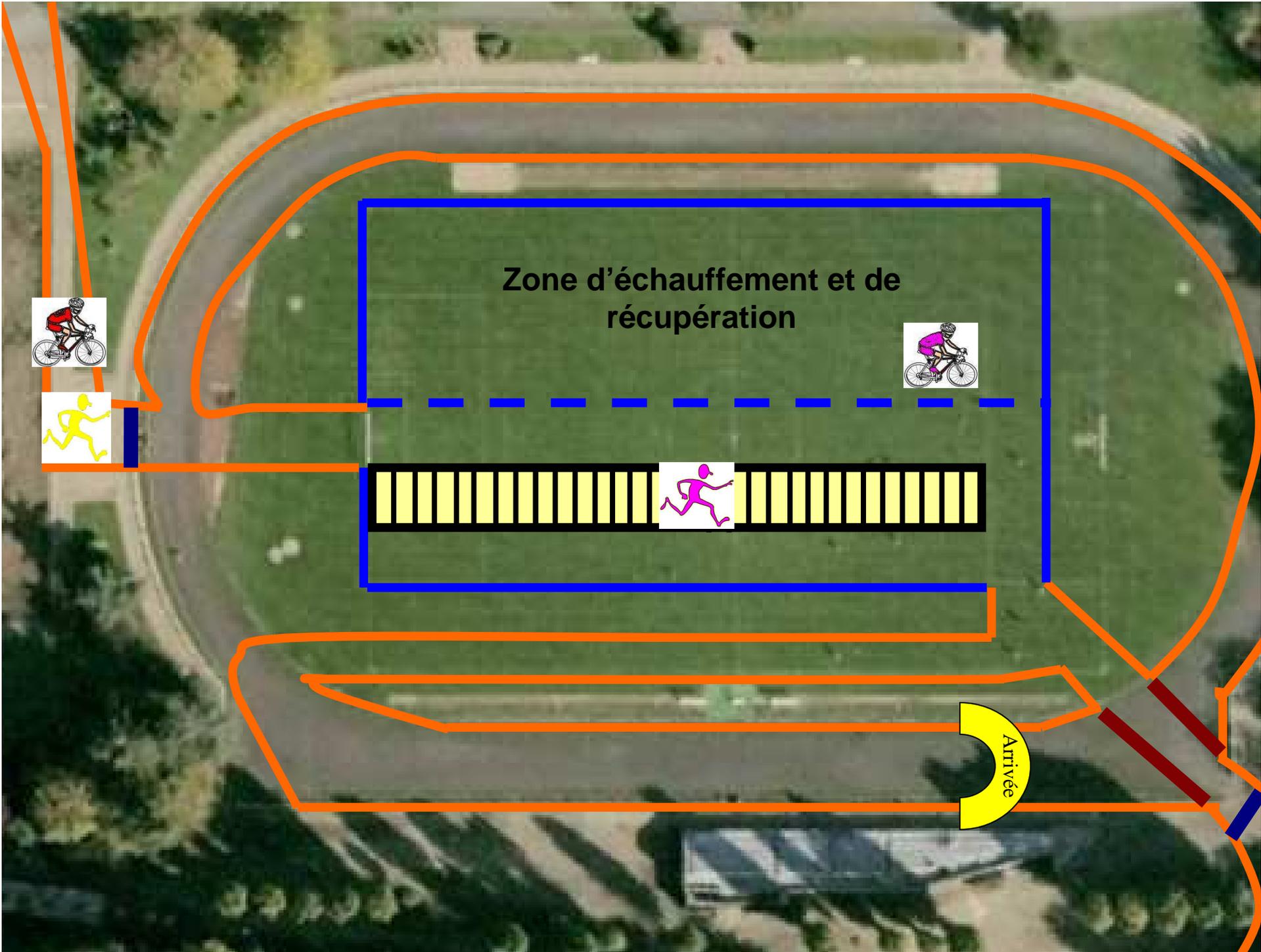
- Les filles partent pour faire le tour n°2
- Les garçons font le tour n°3
- Les filles font le tour n°4
- Les garçons font le tour n°5
- Les filles font le tour n°6
- Les garçons font le tour n°7
- Une fille fait la partie « arrivée »

2 tours supplémentaires pour la course lycée



Zone d'échauffement et de récupération

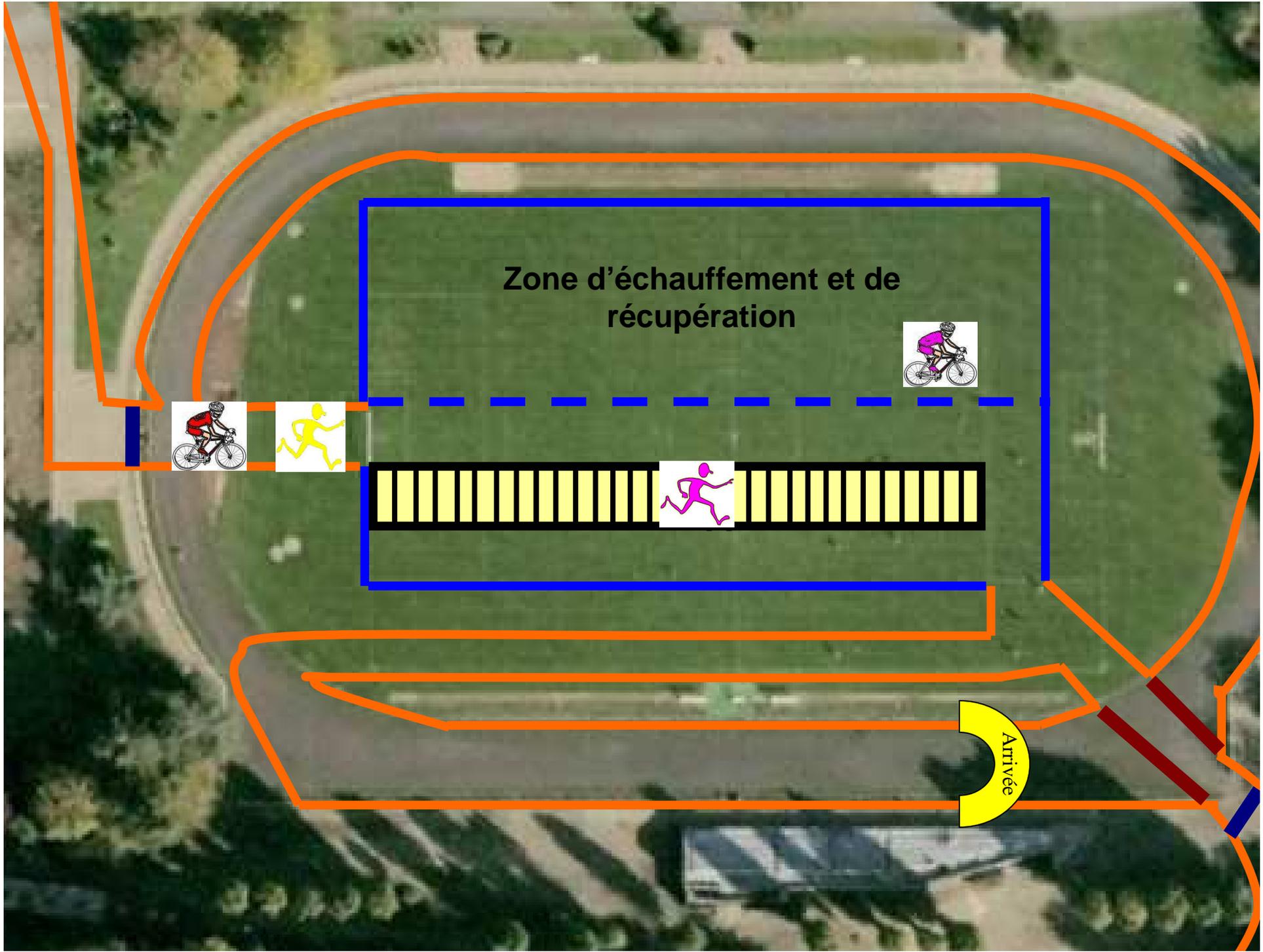




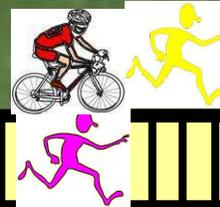
Zone d'échauffement et de récupération



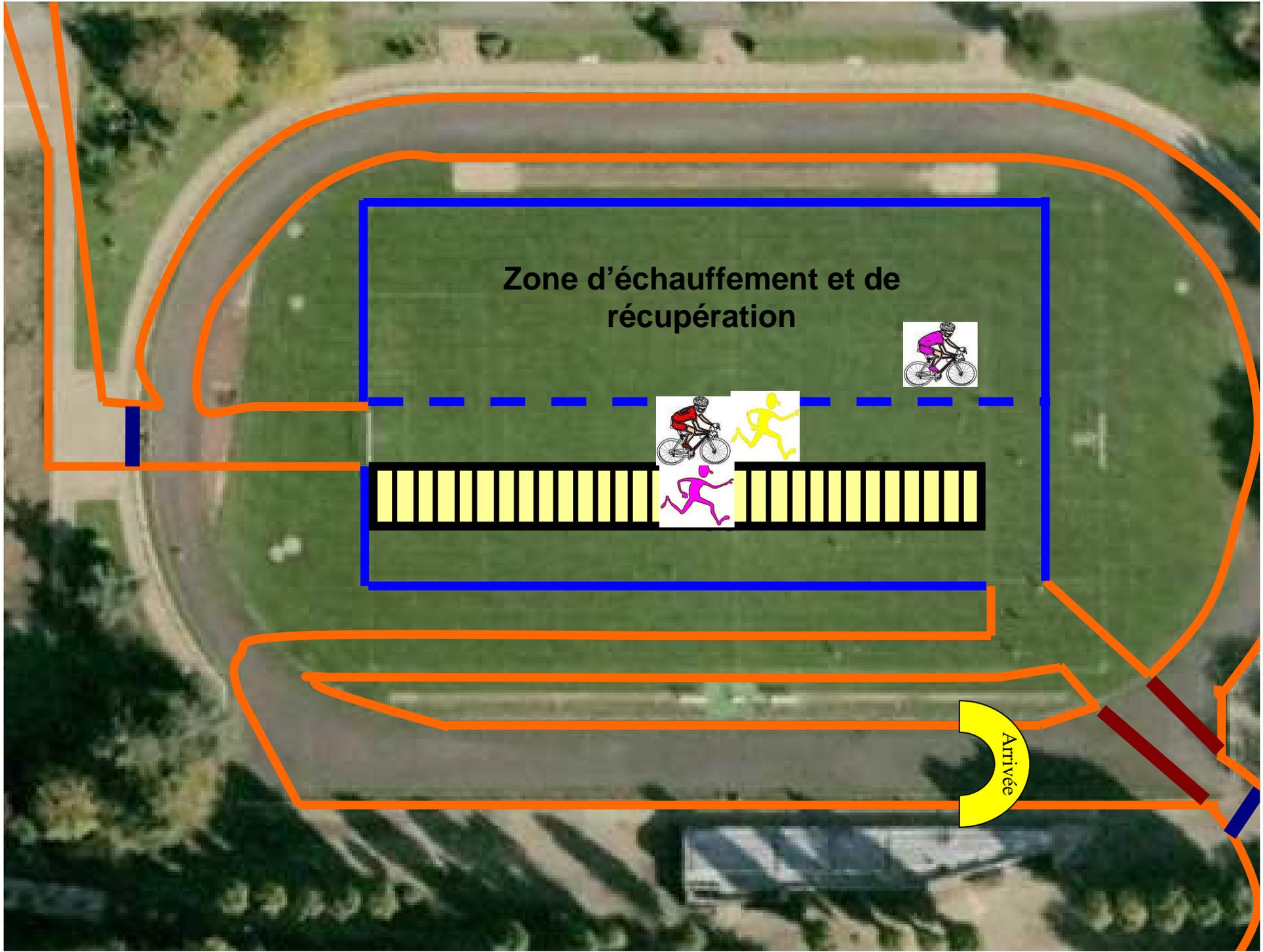
Arrivée

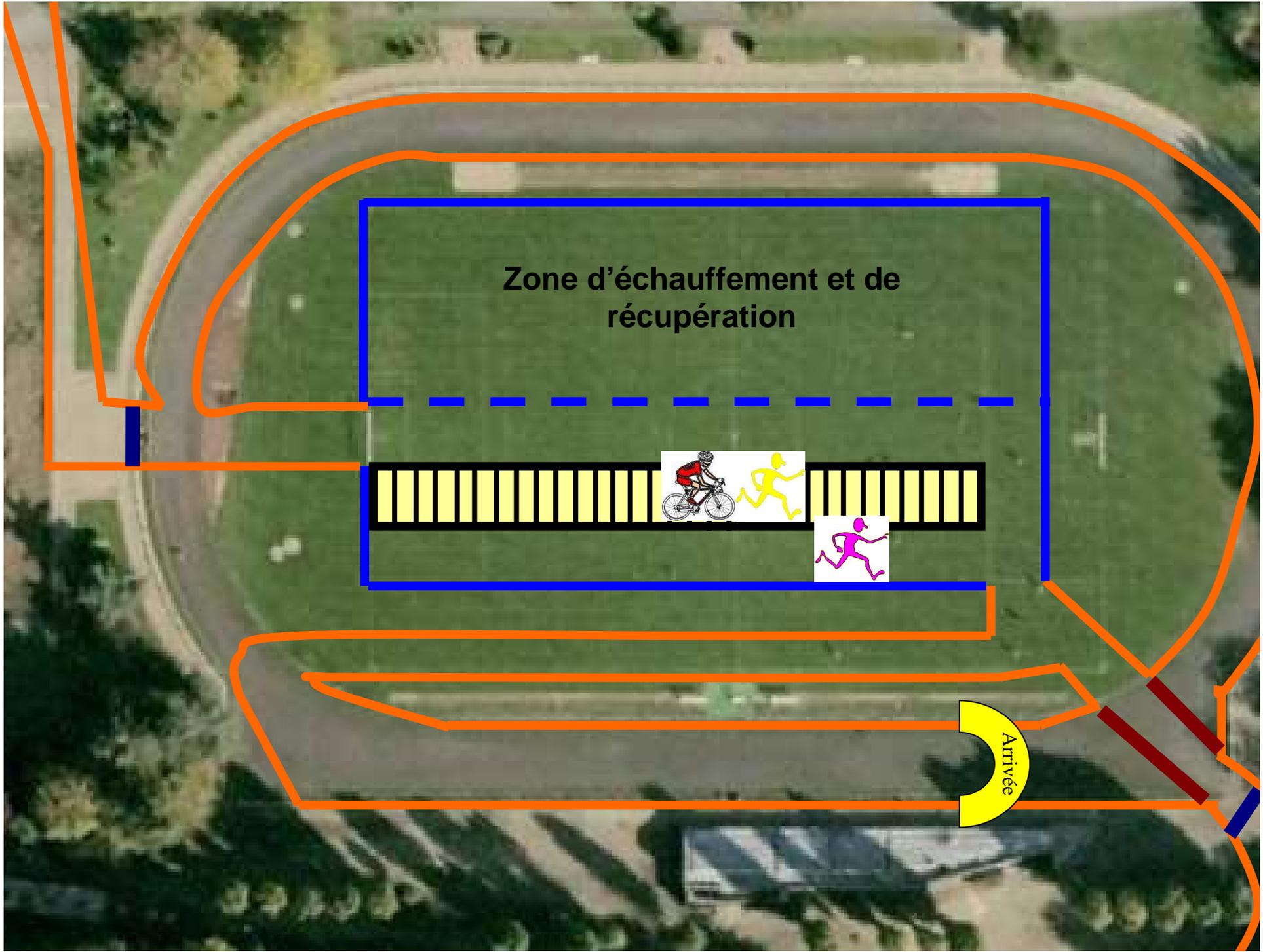


Zone d'échauffement et de récupération



Arrivée

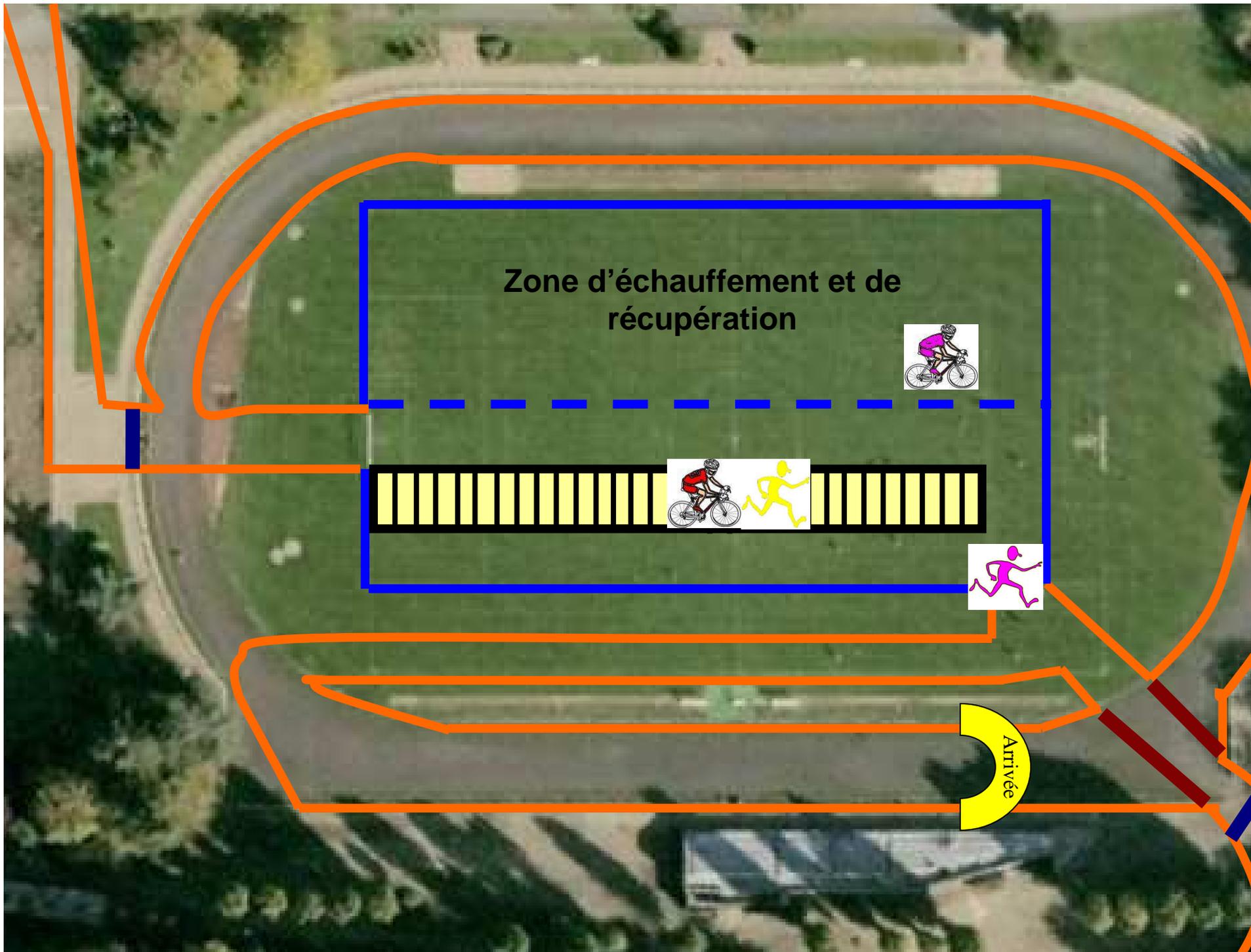




Zone d'échauffement et de récupération

Arrivée

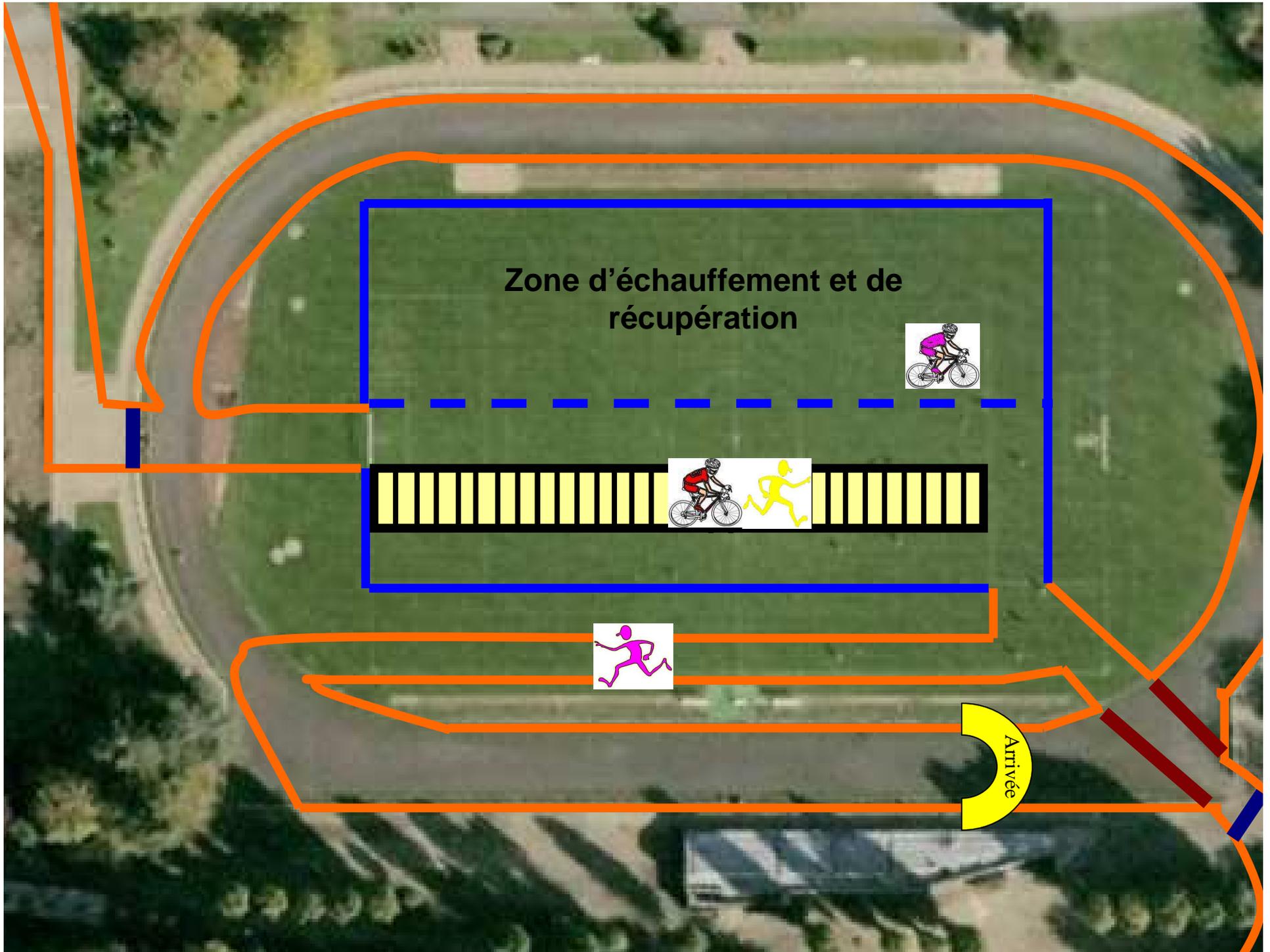
Zone d'échauffement et de récupération



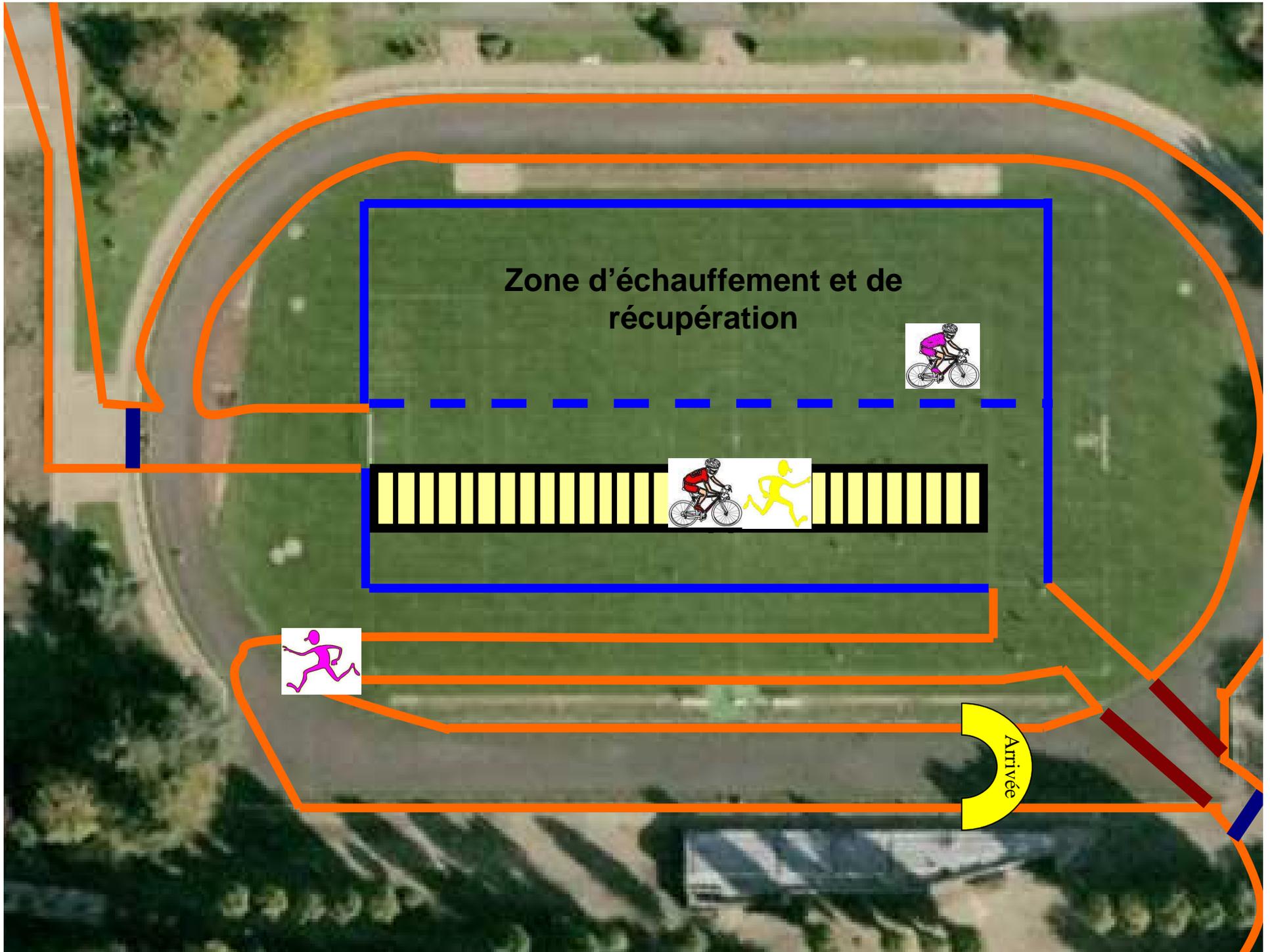
Zone d'échauffement et de récupération

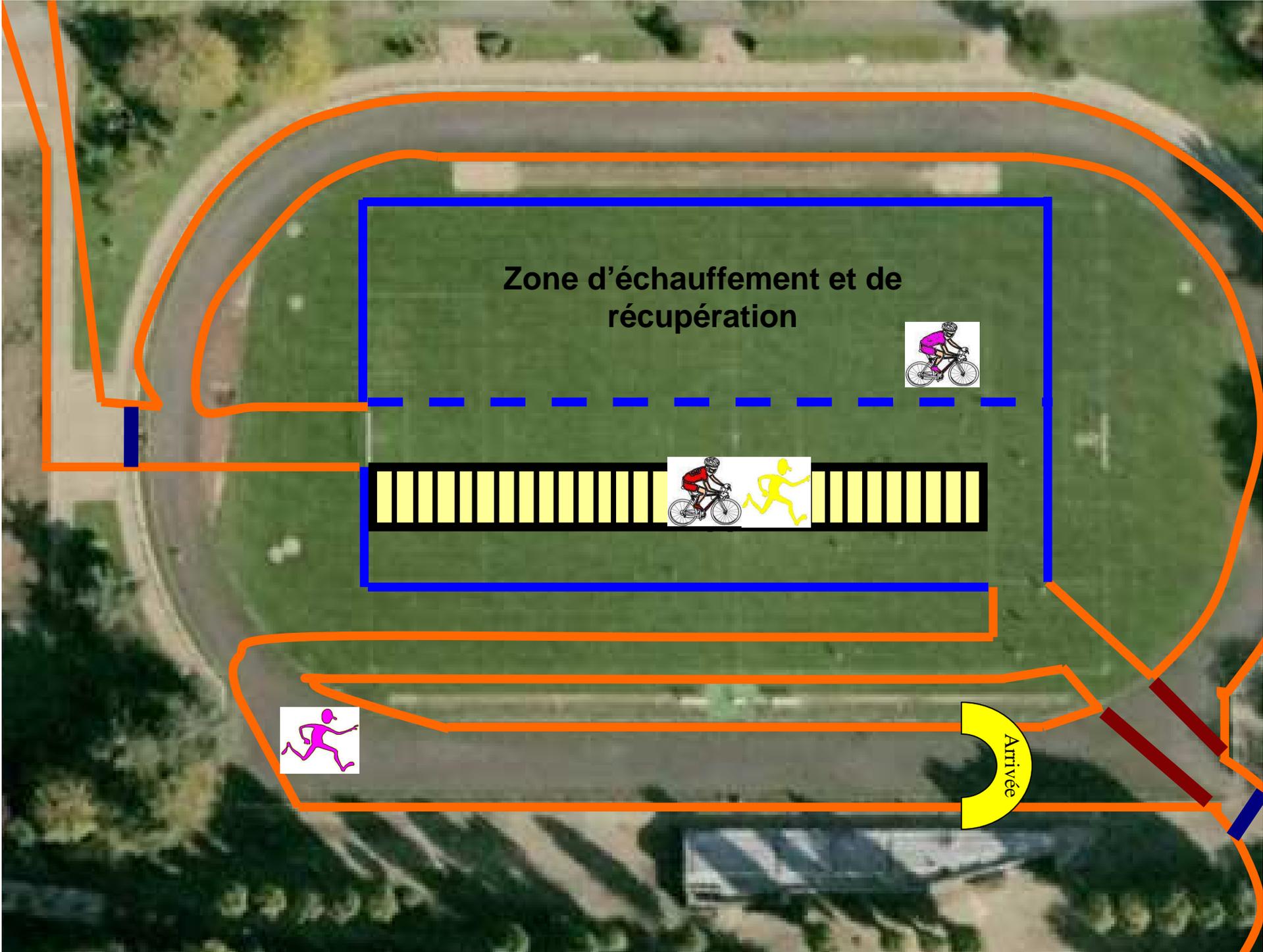


Zone d'échauffement et de récupération

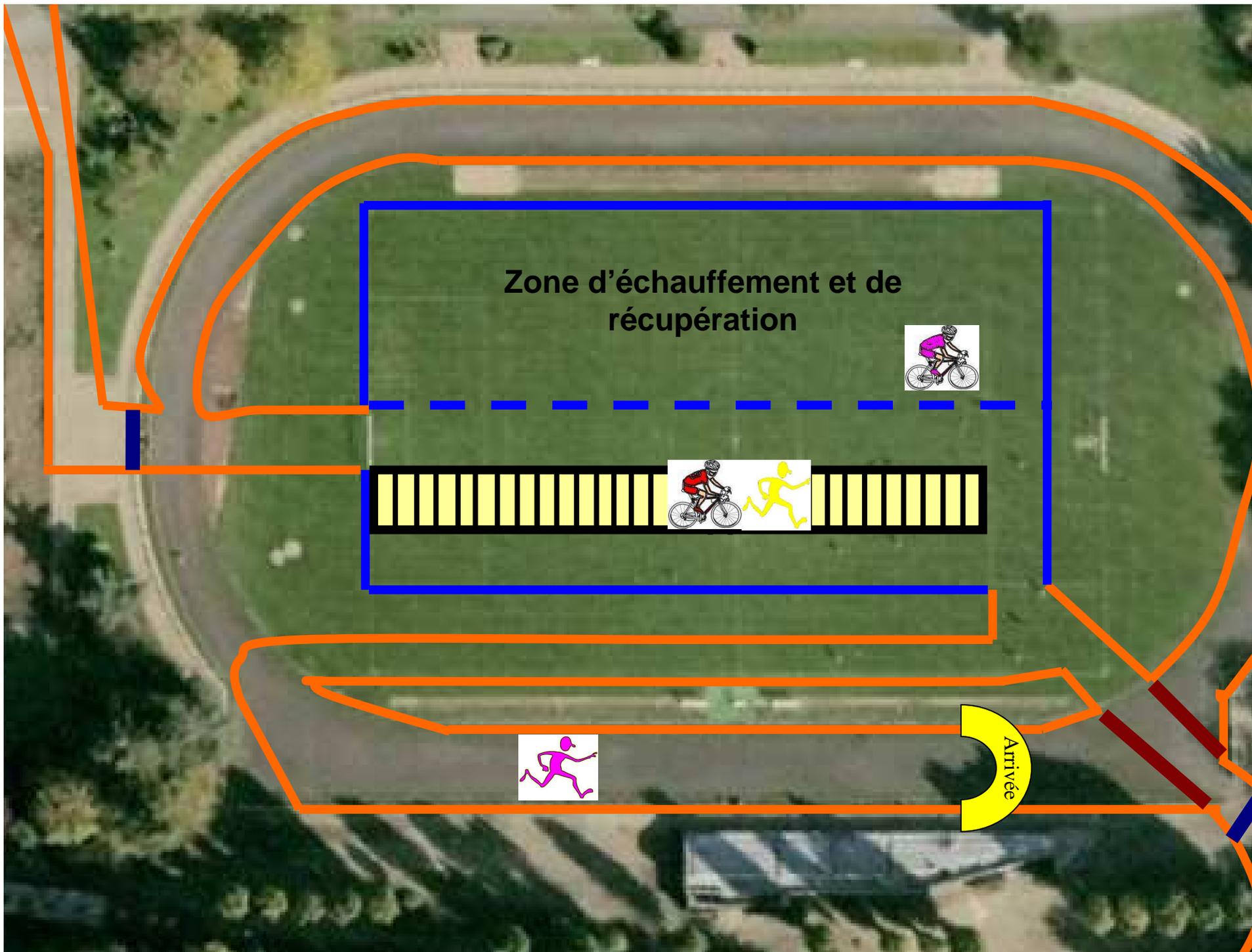


Zone d'échauffement et de récupération





Zone d'échauffement et de récupération



Zone d'échauffement et de récupération

