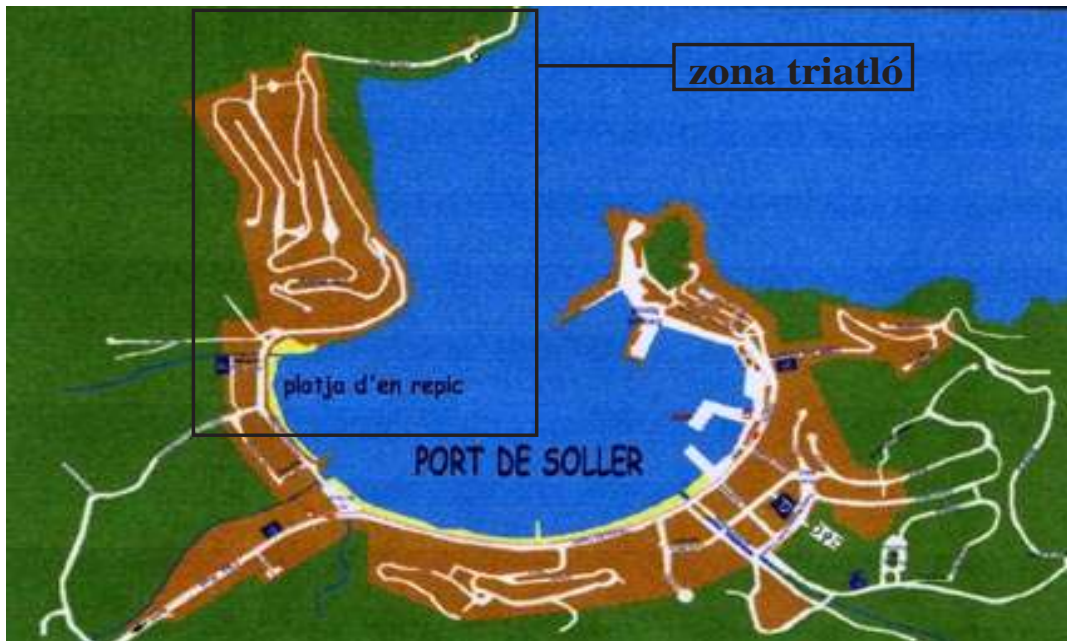
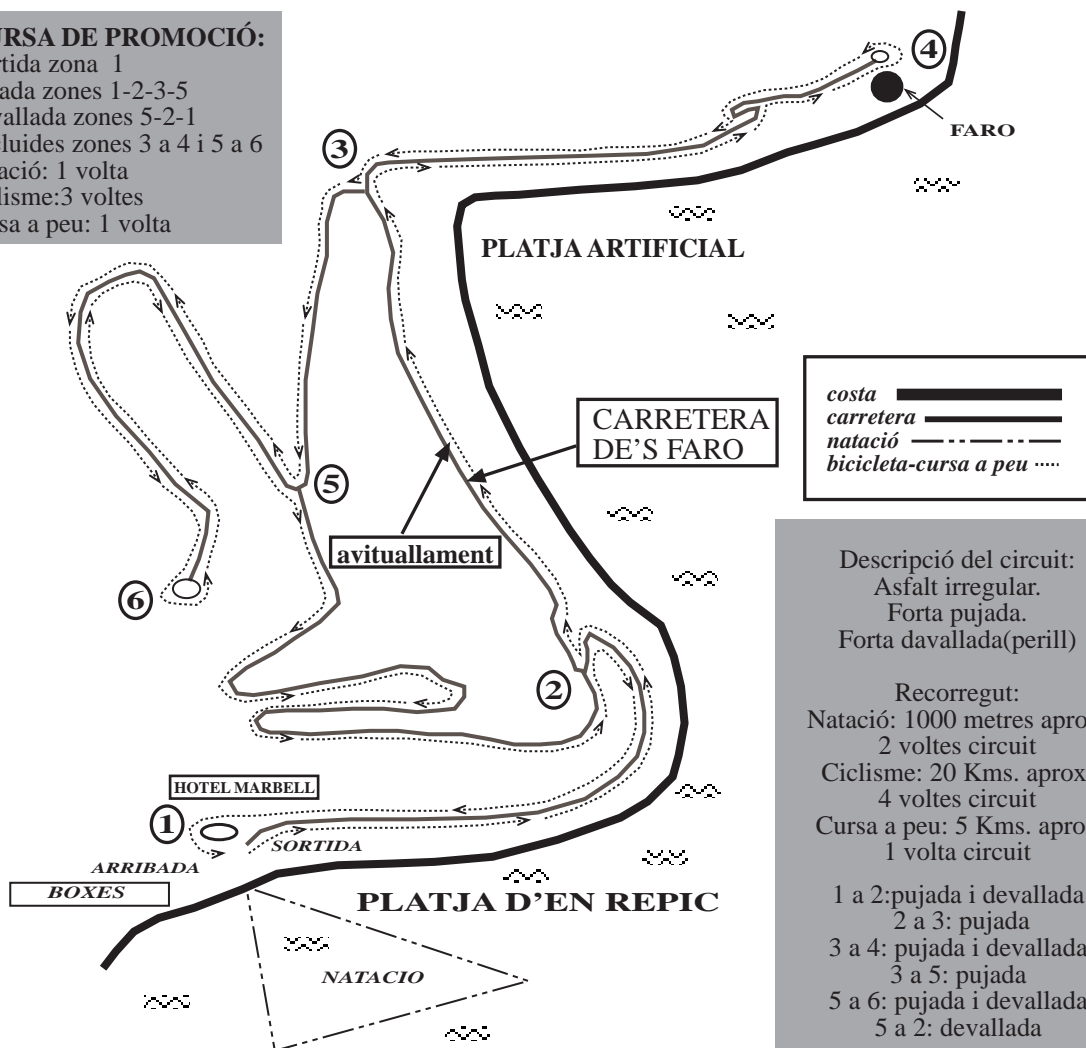


CIRCUIT



CURSA DE PROMOCIÓ:

Sortida zona 1
 pujada zones 1-2-3-5
 devallada zones 5-2-1
 exclusives zones 3 a 4 i 5 a 6
 natació: 1 volta
 ciclisme: 3 voltes
 cursa a peu: 1 volta



Descripció del circuit:
 Asfalt irregular.
 Forta pujada.
 Forta davallada(perill)

Recorregut:
 Natació: 1000 metres aprox.
 2 voltes circuit
 Ciclisme: 20 Kms. aprox.
 4 voltes circuit
 Cursa a peu: 5 Kms. aprox
 1 volta circuit

1 a 2: pujada i devallada
 2 a 3: pujada
 3 a 4: pujada i devallada
 3 a 5: pujada
 5 a 6: pujada i devallada
 5 a 2: devallada