



## Défis Raoul II, 6ème édition 15 et 16 mai 2021

**Quel est votre niveau ?**

**Temps de parcours habituels, pauses incluses**

**En allure confortable, hors compétition**

Niveaux	21 km	42 km	100 km
Niveau 1	Plus de 4 h 30	Plus de 8 heures	Plus de 23 heures
Niveau 2	De 4 à 4 h 30	De 7 h 30 à 8 h	De 21 à 23 heures
Niveau 3	De 3 h 30 à 4 h	De 7 h à 7 h 30	De 19 à 21 heures
Niveau 4	De 3 h à 3 h 30	De 6 h 30 à 7 h	De 17 à 19 heures
Niveau 5	Moins de 3 h	Moins de 6 h 30	Moins de 17 heures
Plages horaires de départ	Dimanche entre 8h30 et 9h30	Dimanche entre 6 et 8 h	Samedi entre 12 et 16 h

Chaque participant sera affecté dans un groupe du niveau déclaré.

Les horaires de départ seront programmés par groupes successifs, par niveau croissant.

Les participants qui souhaitent relever leur défi ensemble doivent :

- convenir d'un même niveau
- nous le signaler pour nous permettre de leur attribuer le même groupe

Édition du 17 septembre 2020