

Course - Endurance

préparation 2024-2025

Frédéric Grelot

2024-11-12

parcours (8,02 km – 0h47'50)

- → Montcalm + 2×[GT + 400] + → Anterrieu
 - ▶ tour 1 : 15'40 (GT)
 - ▶ tour 2 : 18'30 (GT + 2×400)