

# **SWIMRUN LTN DE BOUZIGUES**

**le SWIMRUN LTN DE BOUZIGUES** aura lieu le  
samedi 09 juin 2018 à 14h00.

**C'est une course qui se déroule en binôme ou les concurrents doivent parcourir, enchaîner ensemble des sections course à pied et de natation.**

**Au total 12 kms de trail à travers la garrigue et 2,5kms de natation dans l'étang de thau attendent les concurrents du swimrun LTN de bouzigues.**

# SWIMRUN LTN DE BOUZIGUES

<b>Swimrun ltn de bouzigues</b>	<b>RUN</b>	<b>SWIM</b>
START run 1	1 km	
Swim 1		250m
Swim 2		450m
Run 2	4 kms	
Swim 3		300m
Swim 4		150m
Swim 5		600m
Run 3	<u>7 kms</u>	
Swim 6		<u>900m</u>
Run 4	500m	
<b>TOTAL</b>	12 kms 500	2650 m