

## **LES PARCOURS**

**Distance XS (individuel et relais) : départ à 10 h 00**

**Distance S (individuel) : départ à 13 h 30**

- **Natation** : Parcours en mer, départ sur la plage.
  
- **Cyclisme** : Parcours plat en aller/retour (le long du littoral vers Agde) Parcours XS : demi-tour au 3ème Rond point  
Parcours S : demi-tour au 5ème Rond point
- **Attention course avec drafting : concernant les vélos voir la réglementation de la F.F.TRI**
  
- **Course à pied** : Parcours en boucle autour du nouveau quartier du Villeroy et sur la promenade du Lido (bitume)

**[Plan des parcours à venir](#)**