



# La Nordic de l'Andouille

SAMEDI  
1<sup>er</sup>  
JUN  
2024

📍 DÉPART À SEMUR EN BRIONNAIS

- 12 km chronométrés (D + 300m)  
Départ 9h
- 16 km allure libre (D + 385m)  
Départ 9h05
- 12 km allure libre (D + 300m)  
Départ 9h30
- 8 km allure libre (D + 230m)  
Départ 9h30



95% DE CHEMIN

REPAS TRADITIONNEL  
À PARTIR DE 12H