

SÉJOUR MARATHON OCTOBRE 2018

Programme prévisionnel

VENDREDI 19 OCTOBRE

Accueil des participants à partir de 16h à L'Escala Resort

20h00 → Repas au restaurant ***

SAMEDI 20 OCTOBRE

7h00 → Départ en voiture direction **Rosas** (à 25 min)

8h30 → Départ de la sortie VTT (65kms / 1730 mD+ / temps estimé 5h30)

15h00 → Retour à L'Escala, repas au logement

20h00 → Repas au restaurant ***

DIMANCHE 21 OCTOBRE

7h00 → Départ en voiture direction **La Bisbal** (à 20 min)

8h30 → Départ de la sortie VTT (72 kms / 1600 mD+ / temps estimé 6h)

15h00 → Retour à L'Escala, repas au logement

20h00 → Repas au restaurant ***

LUNDI 22 OCTOBRE

8h00 → Sortie "récup" **Puig Segalar** (40 kms / 1000 mD+ / temps estimé 3h00)

12h30 → Repas au logement

14h00 → Fin du séjour !

Deux points d'assistance/ravitaillement sur les deux grands parcours avec :

- Ravitaillement liquide et solide
- Assistance mécanique
- Rapatriement en camion si besoin !