

PROLOGUE COUREUR		
1 KM	4.5 KM	48

LIAISON VTT'O		
26 KM	37 KM	120

BIKE & RUN		
8.2 KM	8.2 KM	50

VTT SUIVI		
8 KM	8 KM	50

CO ARENBERG		
0 KM	3 KM	65

**PC 1**  
DÉPART

**PC 2**  
CHANGEMENT  
POSSIBLE

**PC 3**  
CHANGEMENT  
POSSIBLE

**PC 4**  
CHANGEMENT  
POSSIBLE

PROLOGUE ASSISTANT		
0 KM	5 KM	30

CO PARC DE RAISMES ASSISTANT		
0 KM	3 KM	30

ÉPREUVE AÉRIENNE ASSISTANT		
0 KM	0 KM	0
<ul style="list-style-type: none"> <li>- épreuve nécessaire - report de balises pour les coureurs</li> <li>- changement possible entre l'épreuve aérienne et la CO coureurs</li> </ul>		

KAYAK + FLÉCHÉ ALLEMAND + CO		
7.2 KM	14.2 KM	60
Fléché allemand et CO non obligatoires Barrières horaires : 15h fléché & 15h30 CO		

# X'TREM JOUR 1

CO PATRIMOINE		
0 KM	1 KM	50

**PC 8**  
SUITE À 3  
ÉQUIPIERS

**PC 7**  
PAS DE  
CHANGEMENT

**PC 6**  
CHANGEMENT  
DIFFICILE

**PC 5**  
CHANGEMENT  
POSSIBLE

SWIMRUN'O		
0 KM	5 KM	70
Possibilité de faire l'épreuve à 2 ou 3		

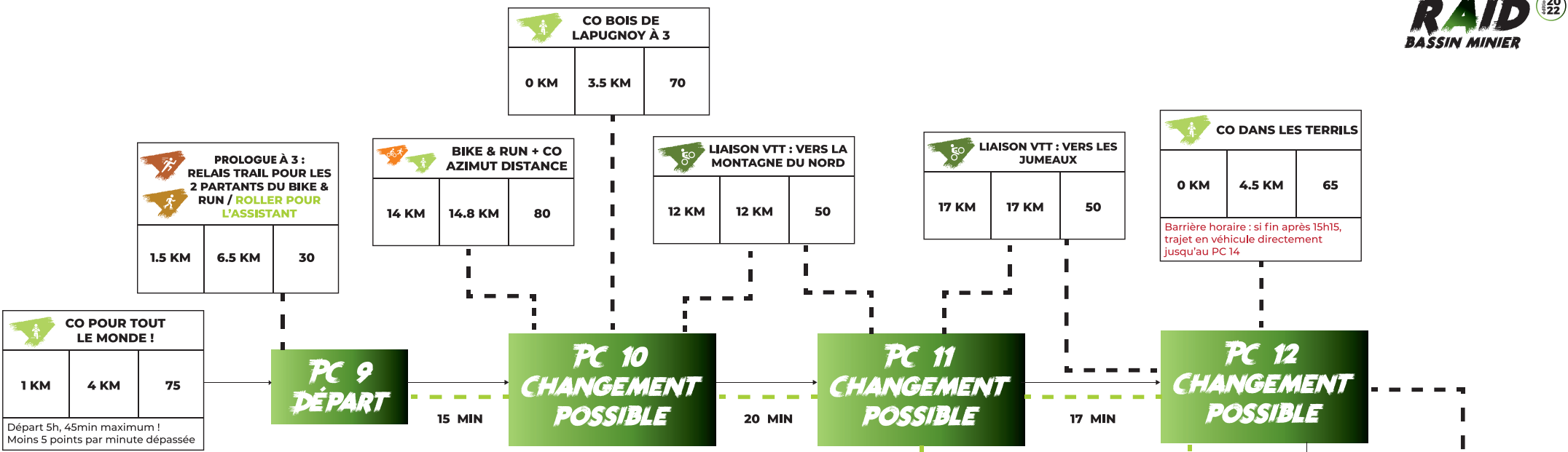
CO FINALE À DOUAI		
0 KM	4KM	60
À faire à 3 Barrières horaires : 19h, 5 points en moins par minute dépassée		

VTT + PETIT POUCKET (PC 6) + FLÉCHÉ ALLEMAND (PC 7)		
22 KM	43.5 KM	200
Fléché allemand et CO non obligatoires Barrières horaires : si départ après 17h30, raccourci 15 km CO : 17h & fléché allemand : 18h15		

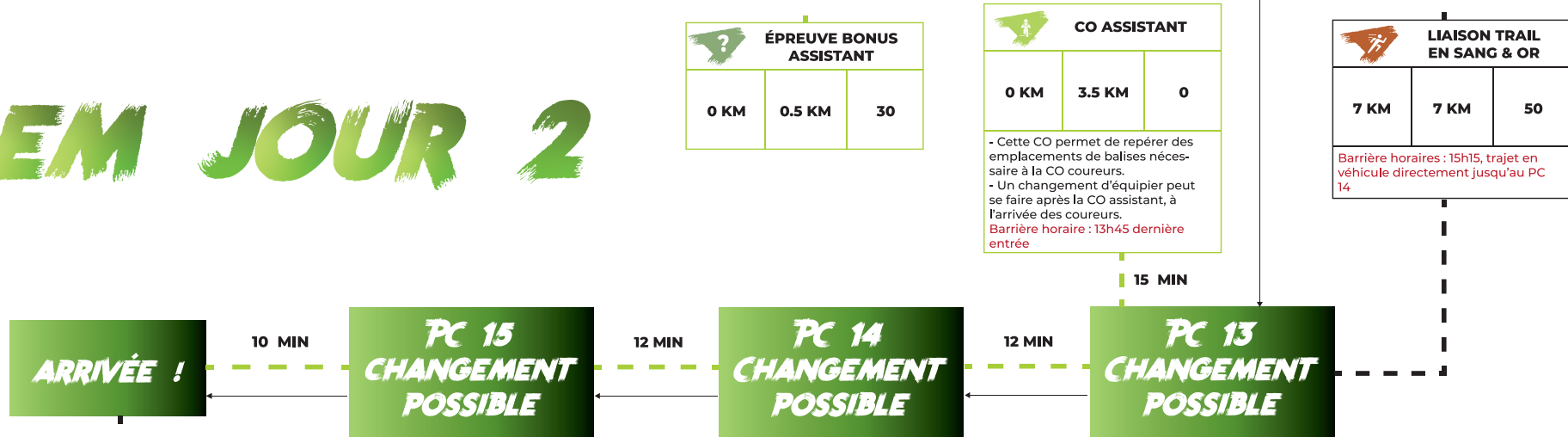
## LÉGENDE

ÉPREUVE		
DISTANCE MINI	DISTANCE MAXI	NOMBRE DE POINTS

- - - - - COUREURS  
 - - - - - ASSISTANT



# X'TREM JOUR 2



**KAYAK ? CO ? LES 2 ?**  
3.5 KM | 6.5 KM | 80  
Attention, barrière horaire finale à 17h !  
Toute minute dépassée vous fait perdre 5 points.

**LIAISON VTT : VERS LES BERGES**  
6.5 KM | 6.5 KM | 50

**BIATHL'O**  
0 KM | 6 KM | 80  
Changement d'équipier seulement avant la CO  
Barrière horaire : 15h30, dernière entrée sur le Biathl'O

**LIAISON VTT : VERS LES ÎLES**  
8 KM | 8 KM | 50

**MUSIC'O**  
0 KM | 3.5 KM | 40  
Changement d'équipier seulement avant la CO  
Barrière horaire : 14h30, dernière entrée sur la CO

**LÉGENDE**

ÉPREUVE		
DISTANCE MINI	DISTANCE MAXI	NOMBRE DE POINTS
- - - - - COUREURS		
- - - - - ASSISTANT		

