

Tracé COURSE A PAOLINA : CATEGORIE EQUIPE DE 2

RELAIS PAR 2

COURSE SUR ROUTE

Culture & Histoire

↔ Ville à ville

Nature

Relais

📅 samedi 28 septembre 2024 à 7h00

▲ Dénivelé : 1790mD+



QUELQUES MOTS EN PLUS

Eh hop ! Un coup de ciseaux et on divise la difficulté par deux ! ✂️ Ça paraît bien plus abordable à présent ! 😊 À deux, le compromis sera de savoir qui réalise quelle partie de la course !

Le premier va s'élancer sur 38,08 km, avec environ 930 mD+. Ça commence à faire ! 😬 Le parcours est assez plat sur les dix premiers kilomètres et permettra au relayeur numéro 1 de s'échauffer pour ensuite monter jusqu'à la ville de **Belgodère** au **km 15**. Tu poursuivras son ascension jusqu'au **30ème km**. Et pour le coup, ça va grimper sévèrement ! ✅ Mais pas d'inquiétude, tes derniers kilomètres seront uniquement en descente.

Le deuxième relayeur, quant à lui, s'apprête à courir 31,84 km avec plus de 910 mD+. La distance est un chouïa plus petite, mais ça ne fait pas tout ! Ça commencera par une première montée puis descente afin de se dégourdir les jambes 🦶. Puis 10 km de faux plat descendant s'en suivent. Et comme tu sais qu'à chaque descente est associée une montée... Surprise ! Les **15 derniers km** t'offrent une splendide **côte coriace** comme tu les aimes ! 😊

Nous n'avons aucun doute sur les capacités de ton **duo**. Malgré la difficulté, la beauté du paysage et la motivation de réussir vous feront vous dépasser ! 🙌

