

**PAU-ARNOS**

**Medium (2)**

**Medium (3)**

**Fast (4)**

**Slow (1)**

8h30 - 8h50

8h50 - 9h10

9h10 - 9h30

9h30 - 9h50

9h50 - 10h10

10h10 - 10h30

10h30 - 10h50

10h50 - 11h10

11h10 - 11h30

11h30 - 11h50

11h50 - 12h10

12h10 - 12h30

**12h30 - 14h00 Pause repas / Changement de groupe**

14h00 - 14h20

14h20 - 14h40

14h40 - 15h00

15h00 - 15h20

15h20 - 15h40

15h40 - 16h00

16h00 - 16h20

16h20 - 16h40

16h40 - 17h00

17h00 - 17h20

17h20 - 17h40

17h40 - 18h00

**DRAPEAUX**



Piste libre



Ralentir  
Interdit de doubler



Ralentir  
Rentrer aux stands



Dernier tour



Rentrer aux stands



Changement  
adhérence

4 groupes de niveaux  
6x20 min / jour