

Les coureurs ont écouté les consignes de course.



Vous faites 2 tours de bassin à pied, soit 5 km, puis 2 tours à vélo entre le bassin et le bois, soit 7,5 km et enfin 2 tours de bassin à pied.



Le bois à grimper, c'est en face.



Encore quelques foulées d'échauffement avant de se rassembler derrière la ligne de départ.



Faut y croire Cédric.



10 h



Ca volait devant



Marc RF

Cédric



Départ très prudent de Marc le Kloug.



A 10 h 07, la tête de la course arrivait déjà de l'autre côté du bassin.



Cédric était dans le premier quart du peloton devant Marc RF....



...qui se montra moins d'une minute plus tard.



Marc le Kloug avait remonté quelques places. Mais il n'y avait plus beaucoup de monde derrière lui.

