

VENDREDI 1^{er} MAI

16 h 00 à 19 h 30 Accueil des participants sur le village sportif - REMISE DES DOSSARDS
Inscriptions RANDOS, MARCHE NORDIQUE et RANDOS CYCLO

SAMEDI 2 MAI

9 h 00 à 14 h 00 Accueil des participants sur le village sportif - REMISE DES DOSSARDS
Inscriptions RANDOS, MARCHE NORDIQUE et RANDOS CYCLO

Retrait des
BRACELETS RAVITAILLEMENT
aux horaires des inscriptions

9 h 00 **Marche Nordique loisir 27 km** Départ du village sportif à Erquy
(échauffement 15 min avant le départ)

Inscription au village sportif
à Erquy à partir de 7h45

9 h 30 **Marche Nordique loisir 16 km** Départ du village sportif à Erquy
(échauffement 15 min avant le départ)

13 h 00 **Course de la Corniche 7 km** Départ du village sportif à Erquy

14 h 00 **Trail des Deux Caps 33 km** Départ salle des fêtes de Plévenon
Arrivée au village sportif à Erquy

14 h 00 **Trail du Cap d'Erquy 15 km** Départ du village sportif à Erquy

NAVETTES
uniquement pour les
coureurs du trail 33 km
1^{er} départ 11h30
dernière navette 12h45

14 h 30 **Randonnée Sables d'Or - Pléhérel Plage 12 km** Départ du centre nautique
des Sables d'Or

14 h 30 **Randonnée Plévenon - Cap Fréhel 15 km** Départ salle des
fêtes de Plévenon

Inscription et retrait des bracelets
ravitaillement à Plévenon de 11h à 14h

14 h 45 **Randonnée Plévenon - Cap Fréhel 12 km** Départ salle des
fêtes de Plévenon

Inscription et retrait des bracelets
ravitaillement à Plévenon de 11h à 14h

14 h 20 **PODIUM 7 km** 15 h 20 **PODIUM 15 km** 17 h 30 **PODIUM 33 km**

SOIRÉE FESTIVE SALLE DES FÊTES DE PLURIEN - à partir de 19h30

DIMANCHE 3 MAI

9 h 00 à 11 h 45 Accueil des participants sur le village sportif
Inscriptions RANDOS, RANDOS CYCLO et CHALLENGES ENFANTS

Retrait des
BRACELETS RAVITAILLEMENT
aux horaires des inscriptions

8 h 00 **Randonnées Cyclotouristes 60 km, 80 km et 100 km** Départ du village
sportif à Erquy

9 h 00 **Randonnée Cap d'Erquy 15 km** Départ du village sportif à Erquy

Inscription au village sportif
à Erquy à partir de 8h30

9 h 30 **Randonnée Chemin des Moulins 11 km** Départ salle polyvalente de Pluriel

9 h 30 **Randonnée Kayak en mer** Départ du centre nautique d'Erquy

9 h 30 **Initiation Longe-Côte sportif** Départ plage du centre à Erquy

10 h 00 **Randonnée Viaduc de Caroual 6 km** Départ du village sportif à Erquy

10 h 30 **Initiation Longe-Côte sportif** Départ plage du centre à Erquy

10 h 30 **Challenge Qeniao 500 m** Départ plage du centre à Erquy

Enfants nés en
2018, 2019 et 2020

10 h 45 **Challenge Skoliad 1000 m** Départ plage du centre à Erquy

Enfants nés en
2015, 2016 et 2017

11 h 10 **Challenge Yaouank 1300 m** Départ du village sportif à Erquy

Enfants nés en 2013 et 2014

11 h 30 **Challenge Bugale 2600 m** Départ du village sportif à Erquy

Enfants nés en 2011 et 2012

