

Category	Registration	Training	Race	Race Duration	Awards Ceremony
Women 55 and +	Th. 17.00-19.00 Fr. 09.00-11.00	Fr. 10.00-10.30	Fr. 11.30	40mn	Fr. 15.30
Men 65 and +	Th. 17.00-19.00 Fr. 09.00-11.00	Fr. 10.30-11.00	Fr. 13.00	40mn	Fr. 15.30
Men 60-64	Th. 17.00-19.00 Fr. 09.00-11.00	Fr. 10.30-11.00	Fr. 14.00	40mn	Fr. 15.30
Women 45-49, 50-54	Fr. 15.00-17.00 Sa. 08.00-10.00	Sa. 08.30-09.00	Sa. 10.00	40mn	Sa. 16.00
Men 55-59	Fr. 15.00-17.00 Sa. 08.00-10.00	Sa. 09.00-09.30	Sa. 11.00	50mn	Sa. 16.00
Men 50-54	Fr. 15.00-17.00 Sa. 08.00-10.00	Sa. 09.00-09.30	Sa. 13.00	50mn	Sa. 16.00
Men 45-49	Fr. 15.00-17.00 Sa. 08.00-10.00	Sa. 12.00-12.45	Sa. 14.30	50mn	Sa. 16.00
Women 35-39, 40-44	Sa. 15.00-17.00 Su. 08.00-10.00	Su. 08.00-08.30	Su. 10.00	50mn	Su. 15.30
Men 40-44	Sa. 15.00-17.00 Su. 08.00-10.00	Su. 09.00-09.30	Su. 11.30	50mn	Su. 15.30
Men 35-39	Sa. 15.00-17.00 Su. 08.00-10.00	Su. 09.00-09.30	Su. 13.00	50mn	Su. 15.30