La distance est donnée au meilleur itinéraire, le dénivelé est à ajouter

Licenciés, sauf << découverte-compétition >>			Non licenciés en open		
SPRINT					
circuit	catégorie	distance	dénivelé	postes	à vol d'oiseau
sprint 10-12	HD10, HD12	1,9 km	10 m	14	1,5 km
sprint 14-16	HD14, HD16	2,6 km	20 m	18	2 km
sprint 18-35	HD18, HD35	3,7 km	25 m	25	2,9 km
sprint 40-55	HD40, HD55	3 km	25 m	23	2,2 km
sprint 60	HD60+	2,3 km	15 m	18	1,9 km
MOYENNE DISTANCE					
circuit	catégorie	distance	dénivelé	postes	à vol d'oiseau
MD 10-12	HD10, HD12	2,5 km	55 m	16	1,9 km
MD 14-16	HD14, HD16	3,5 km	60 m	22	2,5 km
MD 18-35	HD18, HD35	6,8 km	145 m	29	5,1 km
MD 40-55	HD40, HD55	6 km	130 m	27	4,5 km
MD 60	HD60+	3,4 km	80 m	19	2,4 km
Pour tous (hors challenge LIFCO)					
DECOUVERTE / LOISIR					
circuit	catégorie	distance	dénivelé	postes	à vol d'oiseau
vert	enfant accompagné	1,3 km	10 m	12	1,1 km
bleu	enfant	3,1 km	20 m	23	2,4 km
jaune	adulte court	3,4 km	25 m	25	2,6 km
orange court	adulte moyen	4,9 km	90 m	30	3,6 km
orange long	adulte long	7 km	120 m	40	5,3 km