

Défi n°	Temps de course	Temps de repos	Date	Météo	Nombre de tours
1	5X1mn30	4X1mn			
2	3X3mn	2X1mn			
3	2X5mn	1mn			
4	10mn				
5	3X4mn	2X1mn			
6	3X5mn	2X1mn			
7	2X7mn	1mn			
8	3X7mn	2X1mn			
9	15mn				