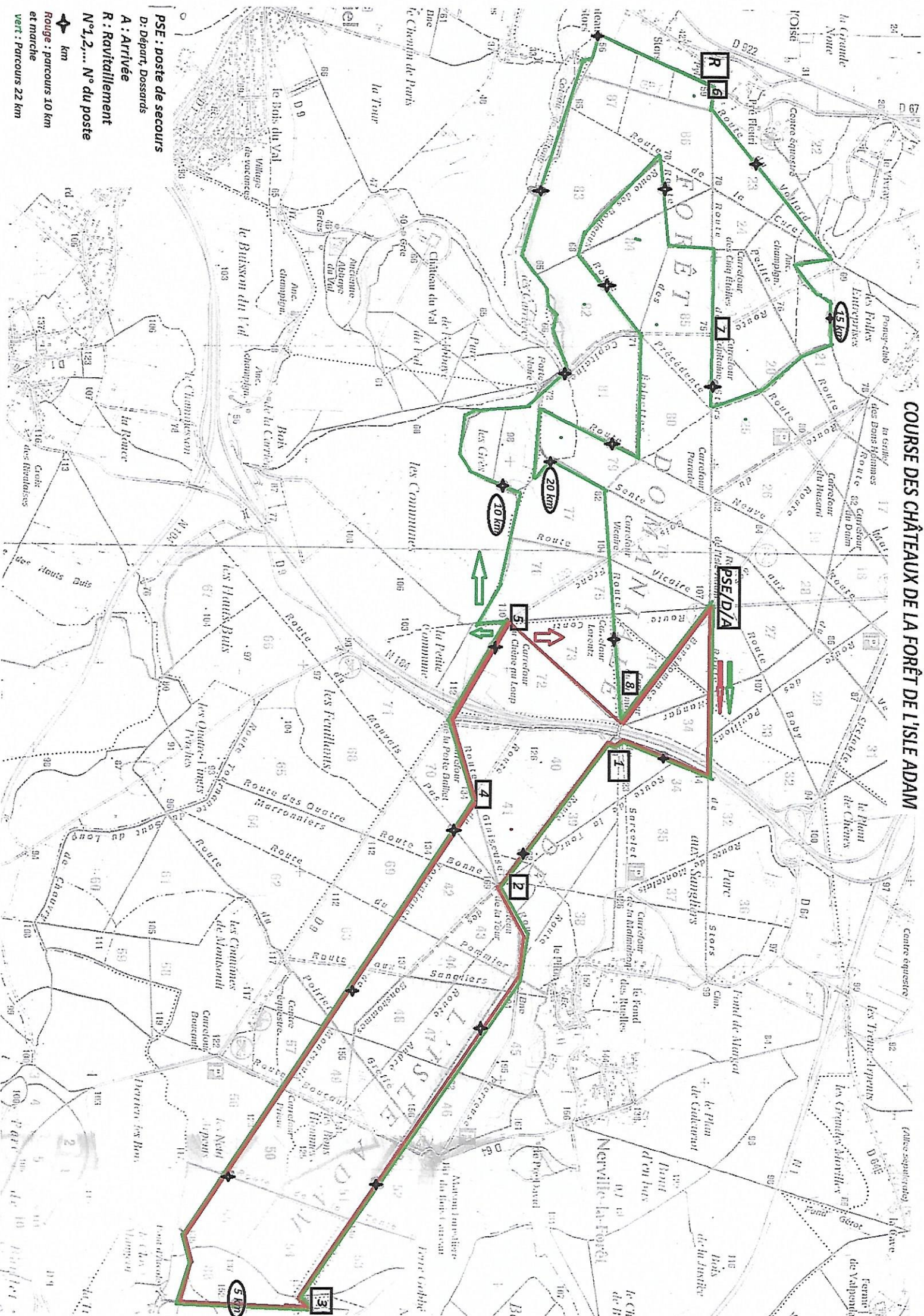


# COURSE DES CHÂTEAUX DE LA FORÊT DE L'ISLE ADAM



**PSE : poste de secours**

**D : Départ, Dossards**

**A : Arrivée**

**R : Revêtement**

**N°1,2,..., N° du poste**

**km**

**Rouge : parcours 10 km**

**et marche**

**vert : Parcours 22 km**