



km 5	SM 35-40-45-50	09:00	1 Giro Medio + 2 Giri Lunghi
km 4	SM 55 e oltre	09:30	2 Giri Lunghi
km 3	SF35 e oltre	10:00	1 Giro Medio + 1 Giro Lungo
km 1,5	RF	10:30	1 Giro Corto + 1 Giro Medio
km 1,5	RM	10:40	1 Giro Corto + 1 Giro Medio
km 2	CF	10:50	1 Giro Lungo
km 2,5	CM	11:05	1 Giro Corto + 1 Giro Lungo
km 5	AM + JF	11:20	1 Giro Medio + 2 Giri Lunghi
km 4	AF	11:55	2 Giri Lunghi
km 10	PM/SM	12:15	5 Giri Lunghi
km 8	JM + PF/SF	13:00	4 Giri Lunghi