

LANZAROTE 2026

HEURE		DIMANCHE 15/02	LUNDI 16/02	MARDI 17/02	MERCREDI 18/02	JEUDI 19/02	VENDREDI 20/02	SAMEDI 21/02	DIMANCHE 22/02							
7:00	00	ARRIVEE														
	30															
8:00	00															
	30															
9:00	00		NATATION : 9h00 / 11h00 2 lignes	VELO : 8h30 / 11h30	NATATION : 9h00 / 11h00 2 lignes	VELO : 9h00 / 15h00	VELO : 8h30 / 11h30	VELO : 8h30 / 12h30	DÉPART							
	30															
10:00	00															
	30															
11:00	00															
	30															
12:00	00			NATATION : 12h00 / 13h30 3 lignes			9h00 / 15h00	NATATION : 12h00 / 13h30 3 lignes								
	30															
13:00	00	NATATION : 13h00 / 14h00 3 lignes	PAUSE DEJEUNER 13h00 / 14h00		PAUSE DEJEUNER 13h00 / 14h00				PAUSE DEJEUNER 13h00 / 14h00							
	30															
14:00	00	PAUSE DEJEUNER 14h15 / 15h00		PAUSE DEJEUNER 14h00 / 15h00		PAUSE DEJEUNER 14h00 / 15h00										
	30															
15:00	00	VELO : 14h30 / 18h30		VELO : 14h30 / 16h30												
	30															
16:00	00				VELO : 14h30 / 16h30											
	30															
17:00	00		CAP : 17h00 / 18h00		VELO : 14h30 / 16h30	NATATION : 16h00 / 17h00 2 lignes										
	30															
18:00	00		CAP : 17h30 / 18h30		Détente OCEAN/SPA	CAP : 17h30 / 18h30	ENCHAINEMENT CAP : 16h30 / 18h30									
	30															
19:00	00	REPAS : 19h00 à 21h30	REPAS : 19h00 à 21h30	REPAS : 19h00 à 21h30	REPAS : 19h00 à 21h30	REPAS : 19h00 à 21h30	REPAS : 19h00 à 21h30	REPAS : 19h00 à 21h30								
	30															
20:00	00															
	30															
Volume horaire		2h00min	6h00min	5h30min	5h00min	7h00min	5h30min	6h00	37h00min							