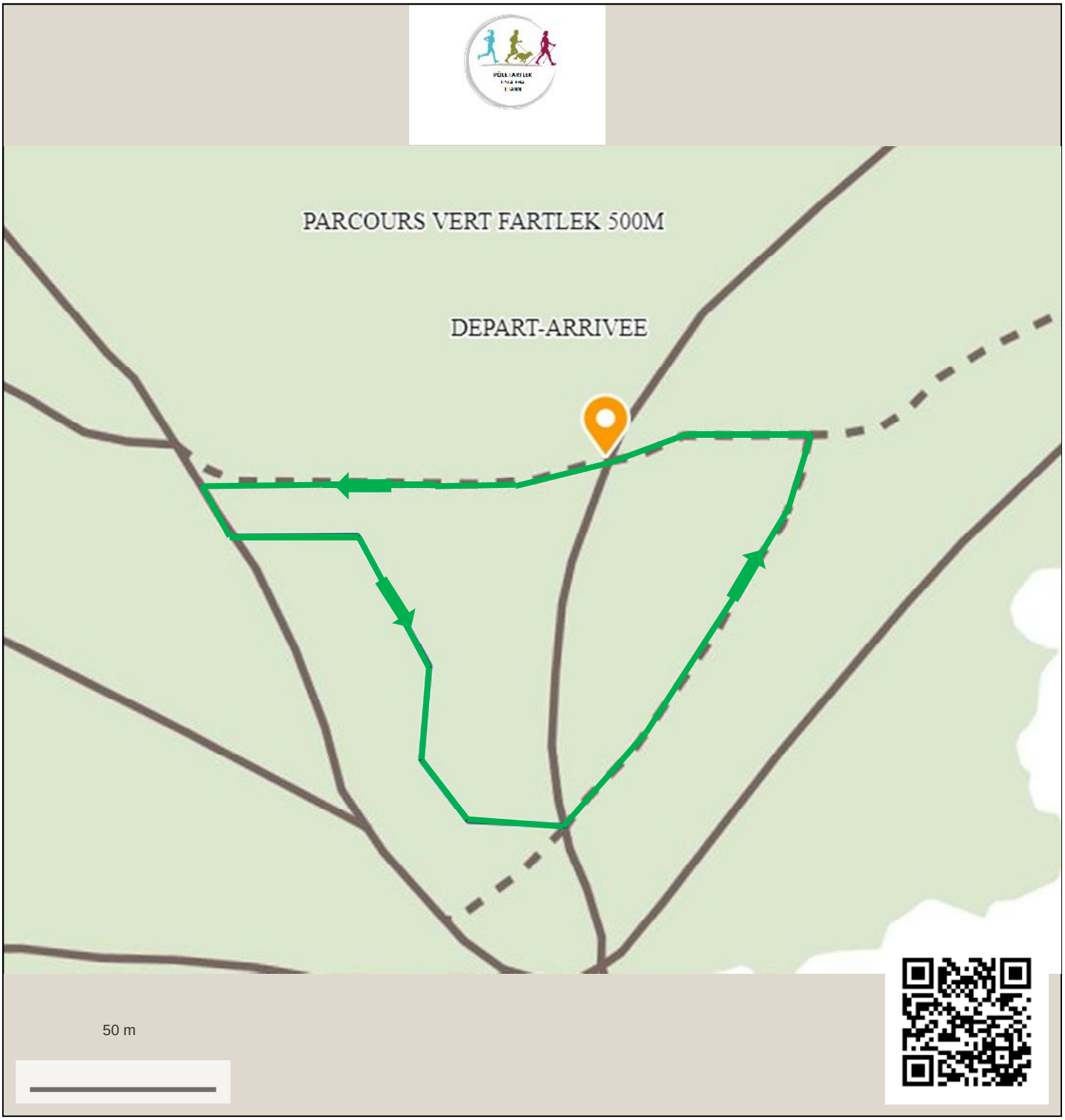
Thann . Athlétisme




*Parcours de 500m quasi plat avec une petite fosse et un faux-plat montant sur 100m. Idéal pour du Fartlek rapide. Ex : 2'-3'-4'-5'-3'-2' La récupération est toujours la moitié du temps. Revenir toujours à chaque fois au départ.*

# CIRCUIT VERT FARTLEK 500m