**22ème GAMBADE ESCALAISE (Souvenir Thierry Carmona)**
**Date de début :** 2018-09-30 **Date de fin :** 2018-09-30

Semi-Marathon,10km, 5km, 3km, 1,5km et 300m Le semi et le 10km serviront de support pour le Championnat de France F.S.G.T
Epreuve de course nature avec un déniv relativement faible + 40m) et légèrement valloné, aucune difficulté majeur, chemin et sentier sécurisé et balisé. parcours avec moins de 2% de bitume s'effectuant autour du bord du Lac qui regroupe les communes de ChÃ¢teau Arnoux, Volonne et l'Escale.

**Localisation :** . - 04160 l'ESCALE

**Adresse Web :** http://www.lagambadescalaise.fr
**Préstations :**

**Récompenses :** Nombreuses récompenses

**Détail des épreuves :**

**parcours 21 km**

**Distance :** 21km
**Lieu de départ :** l'ESCALE
**Lieu d'arrivée :** l'ESCALE
**Dénivelé + :** 0m
**Dénivelé - :** 0m

**Tarif :**16€

---

**parcours 10 km**

**Distance :** 10km
**Lieu de départ :** l'ESCALE
**Lieu d'arrivée :** l'ESCALE
**Dénivelé + :** 0m
**Dénivelé - :** 0m

**Tarif :**13€

---