

parcours modifié - a

	postes				données techniques						
	ravitaillement	médical	contrôle	temps passage	distance	distance totale	altitude	dénivellé	km effort	km effort cumulé	km effort total
Plans-sur-Bex						-	1'096.00				
Pont-de-Nant					1.886	1.89	1'253.00	157.00	1.57	1.57	3.46
Le Richard			x		1.608	3.49	1'535.00	282.00	2.82	4.39	7.88
La Vare					1.069	4.56	1'756.00	221.00	2.21	6.60	11.16
Pt 1841					1.903	6.47	1'841.00	85.00	0.85	7.45	13.92
Fer à Cheval			x		0.977	7.44	2'250.00	409.00	4.09	11.54	18.98
Col des Chamois			x		2.127	9.57	2'660.00	410.00	4.10	15.64	25.21
Col des Filasses			x		4.096	13.67	2'152.00	-508.00	1.69	17.33	31.00
Derborence	x	x	x	x	3.565	17.23	1'450.00	-702.00	2.34	19.67	36.90
Pas de Chevilles			x		2.726	19.96	2'050.00	600.00	6.00	25.67	45.63
Cabane Barraud	x	x	x	x	1.986	21.94	1'956.00	-94.00	0.31	25.99	47.93
La Corde			x		1.008	22.95	2'139.00	183.00	1.83	27.82	50.77
Col des Essets			x		1.053	24.00	2'029.00	-110.00	0.37	28.18	52.19
Pt 1841					0.854	24.86	1'841.00	-188.00	0.63	28.81	53.67
La Vare		x	x		1.903	26.76	1'756.00	-85.00	0.28	29.09	55.85
Le Richard					1.069	27.83	1'535.00	-221.00	0.74	29.83	57.66
Pont-de-Nant					1.59	29.42	1'253.00	-282.00	0.94	30.77	60.19
Plans-sur-Bex	x	x	x	x	1.904	31.32	1'096.00	-157.00	0.52	31.29	62.62

dén montée	2'347.00
dén tot	4'694.00