

parcours modifié - b

	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					1.95	1.95	1'253.00	157.00	1.57	1.57	3.52
Le Richard			x		2.00	3.95	1'535.00	282.00	2.82	4.39	8.34
La Vare		x	x		1.10	5.05	1'756.00	221.00	2.21	6.60	11.65
Point 1841					1.65	6.70	1'841.00	85.00	0.85	7.45	14.15
Fer à Cheval					1.80	8.50	2'250.00	409.00	4.09	11.54	20.04
Col de Paneirossaz			x		1.00	9.50	2'335.00	85.00	0.85	12.39	21.89
Cabane Barraud	x	x	x	x	2.50	12.00	1'956.00	-379.00	1.26	13.65	25.65
Col des Essets					1.10	13.10	2'029.00	73.00	0.73	14.38	27.48
Point 1841					1.70	14.80	1'841.00	-188.00	0.63	15.01	29.81
La Vare		x	x		1.65	16.45	1'756.00	-85.00	0.28	15.29	31.74
Le Richard					1.10	17.55	1'535.00	-221.00	0.74	16.03	33.58
Pont-de-Nant					2.00	19.55	1'253.00	-282.00	0.94	16.97	36.52
Plans-sur-Bex	x	x	x	x	1.95	21.50	1'096.00	-157.00	0.52	17.49	38.99

dén montée	1'312.00
dén tot	2'624.00