

dimanche 20 juin 2010

Tour cycliste de Haute Provence MALIJAI – GREOUX LES BAINS

120km

Itinéraire	Routes	Dist	Cumul	Reste	Moyennes horaires			Observations	Alt
					38 km/h	40 km/h	42 km/h		
MALIJAI Départ Fictif	D4		0,0 km	120,00km	13:00	13:00	13:00	départ	430
D 4	D4				13:00	13:00	13:00		410
LES MEES DEPART REEL	D4	7,50km	7,50km	112,5 Km	13:10	13:10	13:10		400
ORAISON	D4	15,0 km	20,0 km	97,5 Km	13:33	13:32	13:31	RUSH	376
LES BUISSONADES	D4	4,0 km	24,0 km	93,5 Km	13:39	13:37	13:36		350
D 15	D15	8,0 km	32,0 km	85,5 Km				GPM	587
VALENSOLE	D6/D15	4,0 km	36,0 km	81,5 Km	13:57	13:54	13:51		550
D 15	D15	9,0 km	45,0 km	72,5 Km				GPM	585
ALLEMAGNE EN PROVENCE	D952	5,0 km	50,0 km	67,5 Km	14:20	14:15	14:12		423
GREOUX LES BAINS	D952	12,0 km	62,0 km	55,5 Km	14:38	14:33	14:29		360
D 82	D82	3,0 km	65,0 km	52,5 Km	14:43	14:38	14:33	GPM	498
LES 4 CHEMINS MANOSQUE	D4	5,5 km	70,5 km	47 Km	14:51	14:46	14:41		315
LE BARS	D4	10,0 km	80,5 km	37 Km	15:06	15:01	14:55	RUSH	340
LES BUISSONADES	D907	2,0 km	82,5 km	35 Km	15:10	15:05	14:58		350
TRABAYE		10,0 km	92,5 km	25 Km	15:23	15:18	15:13		410
COTE DE BRUNET	D8	5,0 km	97,5 km	20 Km	15:30	15:26	15:20	GPM	650
VALENSOLE	D 8	7,0 km	104,5 km	13,0 km	15:45	15:36	15:30		550
GREOUX LES BAINS (ARRIVEE)	D 8	13,0 km	120,00km	0,0 km	16:05	15:57	15:48		360

Profil de l'étape

