

Parcours 22^{ème} Grand Duc (Dimanche 26 juin 2011)

Parcours sous réserve de modifications (modifié le 19/05/2011)

Km	Altitude	Lieu	Dénivelée +	Dénivelée -	Ravit.	Relais	Barrière horaire
0	970	ST HILLAIRE DU TOUV,				DEPART	
3	1960	PAS DE ROCHEPLANE	990				
4	1650	CABANE DE BELLEFONT			EAU		
5	1481	COL DE LA SAULCE					
10	920	ST PHILIBERT		1040	RAVITO		
15	650	ST PIERRE D'ENTEMONT		270	RAVITO	RELAJ 1	
19	1200	FTE RUINE BATON	550		EAU		
27	1900	AULP DU SEUIL	700		RAVITO		
35	970	ST HILLAIRE DU TOUV,		930	RAVITO	RELAJ 2+DUO	
37,5	1210	SUR ROCHEPLANE	230				
39	1030	LE NEYROUD		170			
42	1430	COL DU COQ	400		RAVITO		
43	1740	BEC CHARVET	310				
51	1000	SAPPEY EN CHARTREUSE		740	RAVITO	RELAJ 3	16h30
55	1500	EMEINDRA/FAITA	500		RAVITO		
60	450	MANIVAL		1050	RAVITO	RELAJ 4	18h00
65	1200	COL DU BAURE	750		EAU		
68	950	LES MEUNIERES		250			
70	1020	LE TOURNOUD	70		RAVITO		
71	950			70			
	1030		80				
72	910			120			
73	1050	BEC MARGAIN	140				
74	910			140			
75	970	ST HILLAIRE DU TOUV,	60		RAVITO	ARRIVEE	
TOTAL			4780	4780			

Course ouverte sur 16h (5h/21h)

	KM	D +	D -
Etape 1	15	990	1310
Etape 2	20	1250	930
Etape 3	16	940	910
Etape 4	9	500	1050
Etape 5	15	1100	580
Duo 1	35	2240	2240
Duo 2	40	2540	2540