

parcours de 125 km et 2700 m d'élévation

lieux	routes	kms partiels	kms cumulés	altitudes	dénivelée cumulée	contrôles et particularités
Allemont	d 526			720		départ
base de loisirs						6 h 30 à 9 h 30
lac du Verney		1		772		
OZ village	d 4 a	2	3	930		
Boulangiard	c.v	1	4	950		
Villard Reculas	d 211 b	9	13	1442		
Huez village	d 211	3	16	1512		
alpe d' Huez		4	20	1860		ravito
						8 h 30 à 10 h 30
col de Sarenne	d 25 a	7	27	2000	1400	
Le Perron		6	33	1617		
Clavans le haut		4	37	1390		
Mizoën	d 25	4	41	1186		
lac Chambon	d 1091	2	43	1040		
Mont de Lans	d 213	3	46	1290		ravito
						9 h 30 à 11 h 30
Bons	d 220	1	47	1306	1700	
Le Ponteil		2	49	1256		
La Rivoire	d 1091	4	53	900		
Le Clapier	d 530	3	56	742		
Les Ougiers		4	60	849		
Venosc		2	62	980		village typique
Bourg d'Arud		1	63	935		
plan du lac		4	67	1171		ravito
						10 h 30 à 14 h
St Christophe		3	70	1585	musée de l'	alpinisme
les étages		8	78	1597		
La Bérarde		3	81	1713	2700	repas
						11 h à 15 h 30
les Alberges	d 1091	26	107	742		
Bourg Oisans	d 211	5	112	720		
Bassey	c.v	2	114	720		
La Paute	d 1091	2	116	730		
Rochetaillée	d 526	5	121	711		
Allemont		4	125	720		arrivée
piscine						13 h à 18 h

variante pour les amateurs de cols et les autres

à partir de l'Alpe d'Huez (parking du téléphérique),
continuer 3 km sur la D 211 pour aller au col de Poutran (1996 m)
éventuellement poursuivre encore 3 km jusqu'au lac Besson (2047 m)
route revêtue et vue magnifique sur les sommets de l' Oisans
revenir sur vos pas et prendre la route du col de Sarenne vers l'altiport

variante pour les passionnés par les 21 virages de l'alpe d'Huez

possibilité de prendre le parcours par Rochetaillée, Bourg d'Oisans, la Garde
pour gravir les 21 virages
vous rejoindrez alors le parcours conseillé à partir d'Huez village
même kilométrage et dénivellation

conseils de l'organisateur :

au passage à St Christophe en Oisans en descendant,
prenez le temps de découvrir le musée dédié à l'alpinisme....
et pourquoi pas le beau village de Venosc et ses ruelles agrémentées
par les échoppes d' artisans ébénistes et joaillers

et à l'arrivée, troquez votre cuissard contre un maillot de bain....
la piscine de la base de loisirs d' Allemont vous attend !