

parcours de 85 km et 1000 m d' élévation						
lieux	routes	kms partiels	kms cumulés	altitudes	dénivelée cumulée	contrôles et particularités
Allemont	d 526			720		départ de
base de loisirs						6 h 30 à 9 h 30
Rochetaillée	d 1091	4		711		
Bourg d' Oisans		7	11	720		
le Clapier	d 530	5	16	742		
les Ougiers		4	20	849		
Venosc		2	22	980	village	typique
Bourg d' Arud		1	23	935		
plan du lac		4	27	1171		10 h 30 à 14 h
St Christophe		3	30	1585	musée de l'	alpinisme
les Etages		8	38	1597		
La Bérarde		3	41	1713	1 000	repas
						11 h à 15 h 30
les Alberges	d 1091	26	67	742		
Bourg d' Oisans	d 211	5	72	720		
Bassey	c.v	2	74	720		
la Paute	d 1091	2	76	730		
Rochetaillée	d 526	5	81	711		
Allemont		4	85	720		arrivée
piscine						13 h à 18 h
conseils de l'organisateur :						
au passage à St Christophe en Oisans en montant ou 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 !						