

Société organisatrice : **TRIPLE PLATEAU GARDEEN**

Nom et adresse du responsable : GAUTHIER Claudy
 28, Chemin de Ste Musse - 83130 - LA GARDE

Lieu de départ : Parc des Sports Guy Moquet 1
 Chemin de la Planquette - LA GARDE

N° affiliation : **83-5626**

Ligue : Côte d'Azur

Brevet de : **400 km**

Date : 13 juin 2009

Heure de départ : de 4h30 à 5h

LOCALITES	Carte Michelin	Numéro de Routes	KM		ALT. (m)	CONTROLES	
	n°245 - Pli n°		Part.	tot.		ouvert.	ferm.
<i>La Garde</i>	46	N98	0,0	0,0	30	04h30	5h00
La Bayorre	47	N98	6,0	6,0			
Hyères	47	N98	3,0	9,0			
X D12/N98	47	N98	3,0	12,0			
La Londe	47	N98	6,0	18,0	22		
X D559/N98	47	N98	7,0	25,0			
Col du Gratteloup (83)	48	N98	3,5	28,5	199		
La Môle	48	N98	12,0	40,5	26		
Cogolin	48	N98	9,0	49,5	10		
La Foux	48	N98	3,5	53,0			
St Pons	48	N98	2,0	55,0			
Beauvallon	49	N98	2,5	57,5			
Ste Maxime	49	N98	4,5	62,0			
La Nartelle	49	N98	3,5	65,5			
Val d 'Esquières	49	N98	2,5	68,0			
Les Issambres	49	N98	4,0	72,0			
St Aygulf	49	N98	4,0	76,0			
Fréjus	36	N98	6,5	82,5			
<i>Bagnols en Fôret</i> ©	36	D4	18,5	101,0	285	07h28	11h14
St Paul en Fôret	36	D4	6,5	107,5	320		
X D562/D563	36	D563	4,5	112,0	244		
X D19/D563	36	D563	3,0	115,0			
Fayence	36	D563	2,0	117,0	325		
Col de Bourgaille (83)	36	D563	7,0	124,0	751		
Mons	36	D563	6,5	130,5	808		
Col de Valferrière (06)	36	N85	12,5	143,0	1169		
X D79/N85	36	N85	3,0	146,0			
X D81/N85	36	N85	2,0	148,0	1081		
Le Logis du Pin	36	N85	5,0	153,0	1010		
Le Mousteiret	36	N85	2,5	155,5	1080		
Col de Luens (04)	35	N85	7,5	163,0	1054		
La Garde	35	N85	3,0	166,0			
Chaudanne	35	N85	3,0	169,0			
Castellane	35	N85	3,0	172,0	724		
Le Cheiron	22	D955	5,0	177,0	890		
Barrage de Castillon	22	D955	3,0	180,0			
X N202/D955	22	D955	5,0	185,0	915		
<i>St André les Alpes</i> ©	22	N202	8,0	193,0	894	10h11	17h22

LOCALITES	Carte Michelin	Numéro de Routes	KM		ALT.	CONTROLES	
	n°245 - Pli n°		Part.	tot.	(m)	ouvert.	ferm.
Col des Robines (04)	22	N202	2,0	195,0	988		
Moriez	22	N202	1,5	196,5			
La Basse Palud	22	N202	7,5	204,0	739		
Barrême	22	N202	2,0	206,0	721		
Chaudon-Norante	21	N85	7,0	213,0	683		
Chabrières	21	N85	5,0	218,0	621		
Châteauredon	21	N85	6,0	224,0	664		
Col de l'Orme (04)	21	N85	3,0	227,0	734		
Digne les Bains	21	N85	9,0	236,0	608		
Les Grillons	21	N85	10,5	246,5	512		
Malijai	20	N85	7,5	254,0			
Château-Arnoux ©	20	N85	7,0	261,0	440	12h17	21h54
St Auban	20	N85	4,0	265,0	460		
X D4A/N96	20	N96	3,5	268,5			
Les Mées	20	D4A	2,0	270,5	405		
Oraison	20	D4	15,0	285,5	349		
X D907/D4	33	D4	4,0	289,5			
X D907/D4	33	D4	12,0	301,5			
Vinon sur Verdon ©	33	D554/D4	10,0	311,5	279	13h53	01h18
Ginasservis	33	D554	8,0	319,5	407		le 14/06
Rians	33	D23	13,0	332,5	357		
X D23/D3	33	D3	3,5	336,0	440		
Ollières	33	D3	15,5	351,5	328		
St Maximin	33	D3	4,0	355,5	303		
Tourves	46	D205/N7	7,5	363,0	290		
X N7/D205	46	D205	1,0	364,0			
X D5/D205	46	D205	4,0	368,0			
La Roquebrussanne	46	D5	7,0	375,0	358		
X D554/D5	46	D5	4,0	379,0	323		
Méounes	46	D554	3,0	382,0	275		
Le Martinet	46	D554	2,0	384,0	217		
Belgentier	46	D554	3,5	387,5	176		
Solliès-Toucas	46	D554	5,0	392,5			
Solliès-Pont	47	D554	2,5	395,0	83		
La Farlède	47	D554	3,0	398,0	90		
La Garde	46	FIN	7,0	405,0	30	16h38	7h30
							le 14/06

Départements traversés : 83 - 04 - 06

Dénivelée : 3350 m