

LA 6000 D 2021 : ROADBOOK

C : Contrôle (en gras - heure officielle du contrôle)

S : Secours

R : Ravitaillement

E : Point d'eau

M : Médecin

P/K : Podologues et kinésithérapeutes

SAMEDI 24 JUILLET 2021

MISE A JOUR, 23 juin 2020

ETAPES	C	R	S	E	M	P/K	Altitude	Cumul			Intermédiaire			Estimation horaire du plus rapide	Estimation horaire du plus lent	Barrières horaires	Distance intermédiaire entre les barrières
								Dist.	D+	D-	Dist.	D+	D-				
AIME							677	0	0	0	0	0	0	5H00	5H00	5H00	
LONGEFOY							1175							5h35	6h37		
MONTALBERT							1346	9,2	755	87	9,2	755	87	5h47	6h51		
DEPART (sommets) PISTE DE BOBSLEIGH	C1						1570	13,5	1052	158	4,2	297	71	6h15	8h05		
BIFURCATION ROUTE DES MAIRIERS			S1				1652	15,4	1164	188	1,9	112	30	6h25	8h54		
PLAGNE AIME 2000							2108							6h38	9h02		
PLAGNE CENTRE	C2	R1	S2				1981	19,6	1616	312	4,2	452	124	6h47	10H00	10H00 (nouvelle barrière)	19,7
ARRIVEE TELESIEGES BLANCHETS							2363										
ROCHE DE MIO	C3		S3		M		2692	26,6	2337	320	6,8	721	8	7h35	11h31		
COL DE LA CHIAUPE (Aller)		R2					2492	29,1	2342	526	2,6	5	206	7h44	12h01		
GLACIER	C4		S4	E1			2993	31,6	2842	526	2,4	500	0	8h14	12h58		
TELESIEGE DE LA TRAVERSEE							3064							8h22			
COL DE LA CHIAUPE (Retour)		R2					2492	35,9	2915	1102	4,3	73	576	8h38	13H00	13H00	16,3
TELESIEGE CHALET DE BELLECOTE			S5				2285	36,9	2915	1307	1	0	205				
LE DEROCHEIR							2062	37,9	2915	1530	1	0	223	8h44	13h30		
LE CHALET DU CAROLEY	C5		S6	E2			2042	39,8	2970	1606	1,9	55	76	8h56	13h55		
LAC DU CAROLEY							2175										
L'ARPETTE	C6		S7				2326	41,9	3145	1509	1	151	0	9h16	14h44		
BELLE PLAGNE							2066										
PLAGNE BELLECOTE	C7	R3	S8		M	P/K	1922	45,2	3268	2023	5,3	298	417	9h30	15H00	15H00	9,4
LES FRASSES							1852										
PRAZ SALVARD			S9	E3			1519	51,2	3340	2498	5,9	72	475	9h57	15h37		
MONTCHAVIN	C8	R4	S10				1204	54,7	3369	2842	3,5	29	344	10h11	16H30	16H30	9,5
LE GRAND BOCHET							935										
SANGOT							805							10h41			
AIME	C	R	S	E	M	P/K	677	65,4	3508	3508	10,6	139	666	10h55	18h35		10,4
TEMPS DE COURSE 2018														5H55'03	13H35'37		
TEMPS DE COURSE 2019														6H25'27	14H10'26		