

LA 6D MARATHON 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, 22 juillet 2020

ETAPES	C	R	S	E	M	P/K	Altitude	Cumul			Intermédiaire			Temps de passage à allure moyenne de 9km/h	Barrières horaires	Distance intermédiaire entre les barrières
								Dist.	D+	D-	Dist.	D+	D-			
AIME							677	0	0	0	0	0	0	6H00		
PLANGERLAND														6h39		
DEPART (sommets) PISTE DE BOBSLEIGH	C1						1570	7,1	953	62	7,1	953	62	7h15		
BIFURCATION ROUTE DES MAIRIERS			S1				1654	9,1	1068	89	1,9	115	27	7h23		
PLAGNE AIME 2000							2108							7h52		
PLAGNE CENTRE	C2	R1	S2				1981	14,4	1519	213	5,2	451	124	7h58	10H00	
ARRIVEE TELESIEGES BLANCHETS	C3						2363	18,4	1897	213	2,9	758	52	8h28		
BELLE PLAGNE							2066							8h39		
PLAGNE BELLECOTE	C4	R2	S3		M	P/K	1922	21,7	1904	658	3,3	7	445	8h44	11H45	
LES FRASSES							1852							9h02		
PRAZ SALVARD			S4	E1			1519	27,6	1978	1136	5,8	74	478	9h16		
MONTCHAVIN	C5	R3	S5				1208	31,1	2003	1472	3,4	25	336	9h34	13H30	
LE GRAND BOCHET							935							9h52		
SANGOT							805							10h08		
AIME	C	R	S	E	M	P/K	677	41,4	2105	2107	10,2	102	635	10H26		