

# LA 6000D - 2022 - ROADBOOK

**SAMEDI 30 JUILLET 2022**

MISE A JOUR, 4 novembre 2021

ETAPES	Contrôle	Ravitaillemen t	Secours	Point d'Eau	Médecin	Podo-Kiné	Altitude	Distance cumul			Distance intermédiaire			Horaire du plus rapide 2021	Horaire du plus lent 2021	Distance intermédiaire entre les barrières horaires
								Dist.	D+	D-	Dist.	D+	D-			
AIME							677	0	0	0	0	0	0	5H00	5H00	
MONTALBERT							1347							5h47	6h51	
DEPART (sommets) PISTE DE BOBSLEIGH	C1						1570	13,6	991	99	13,6	991	99	6h18	8h05	
BIFURCATION ROUTE DES MAIRIERS			S1				1657	15,6	1106	127	1,9	115	28	6h27	8h54	
PLAGNE CENTRE	C2	R1	S2				1981	21,1	1555	250	5,4	449	123	6h54	10H00	21,1
ROCHE DE MIO	C3		S3		M		2693	28	2273	257	6,9	718	7	7h43	10h36	
COL DE LA CHIAUPE (Montée)		R2					2491	30,6	2276	462	2,6	3	205	8h11	11h10	
GLACIER	C4		S4	E1			2993	33,1	2777	462	2,4	501	0	8h25	12h23	
COL DE LA CHIAUPE (Descente)		R2					2491	37,6	2855	1039	4,5	78	577	8h45	13H00	16,5
TELESIEGE CHALET DE BELLECOTE			S5				2283	38,7	2855	1249	1	0	210			
LE CHALET DU CAROLEY	C5		S6	E2			2045	41,8	2911	1543	3,1	56	294	9h07	14h06	
L'ARPETTE	C6		S7				2333	43,5	3199	1543	1,7	288	0	9h27	14h37	
BELLE PLAGNE							2066									
PLAGNE BELLECOTE	C7	R3	S8		M	P/K	1922	47	3205	1960	3,4	6	417	9h40	15H00	9,4
PRAZ SALVARD			S9	E3			1519	53	3264	3422	5,9	59	462	10h09	16h15	
MONTCHAVIN	C8	R4	S10				1204	56,7	3286	2759	3,6	22	337	10h24	16H30	9,7
SANGOT							805									
AIME	C	R	S	E	M	P/K	677	67,4	3400	3400	10,6	114	641	11h12	19h06	10,7
TEMPS DE COURSE 2019													6H25'27	14H10'26		
TEMPS DE COURSE 2021													6H12'26	14H06'28		