

# LA 6000D - 2024 - ROADBOOK

**SATURDAY 27 JULY 2024**

UPDATED, 15 November 2023

STEPS	Checkpoint	Food station	First aid	Water point	Doctor	Podo-Kiné	Altitude	Cumulative distance			Intermediate distance			Fastest runners schedule 2023	Slowest runners schedule 2023	Intermediate distance between time barriers
								Dist.	D+	D-	Dist.	D+	D-			
AIME							677	0	0	0	0	0	0	5:00	5:00	
MONTALBERT							1347							5:47	6:47	
DEPART (sommet) PISTE DE BOBSLEIGH	C1						1567	13,4	991	99	13,4	991	99	6:18	7:55	
BIFURCATION ROUTE DES MAIRIERS			S1				1657	15,4	1106	127	1,9	115	28	6:27	8:54	
PLAGNE CENTRE	C2	R1	S2				1979	20,9	1555	250	7,4	564	151	6:54	10:00	20,9
ROCHE DE MIO	C3		S3		M		2693	28,7	2311	296	7,8	756	46	7:48	11:43	
COL DE LA CHIAUPE (climb)		R2	S				2491	31,4	2315	501	2,7	4	205	8:00	11:10	
GLACIER - ancien							2993	33,8	2816	501	2,4	501	0	8:30	1:04	
GLACIER - new	C4		S4	E1			3050	35,4	2932	559	2,4	617	58			
COL DE LA CHIAUPE (Descent)		R3	S5				2489	38,8	2932	1116	3,3	0	557	8:53	1:15	17,9
TELESIEGE CHALET DE BELLECOTE							2287	39,8	2932	1322	1	0	206	8:58	1:11	
LE CHALET DU CAROLEY	C5		S6	E2			2045	42,9	2988	1620	3,1	56	298	9:14	2:27	
L'ARPETTE	C6		S7				2333	44,7	3276	1620	1,7	288	0	9:32	2:45	
BELLE PLAGNE							2066	46,9	3282	1881	2,6	50	299			
PLAGNE BELLECOTE	C7	R3	S8		M	P/K	1922	48,2	3282	2037	3,5	6	417	9:47	3:00	9,4
PRAZ SALVARD			S9	E3			1518	54,1	3341	2499	5,9	59	462	10:14	4:15	
MONTCHAVIN	C8	R4	S10				1204	57,8	3366	2839	3,6	25	340	10:31	4:30	9,6
AIME	C	R	S	E	M	P/K	677	68,7	3468	3468	10,8	102	629	11:20	7:25	10,9
DURATION OF RACE IN 2019													6:25'27	14:10'26		
DURATION OF RACE IN 2021													6:12'26	14:06'28		
DURATION OF RACE IN 2022													6:20'58	14:25'19		
DURATION OF RACE IN 2023													6:20'45	14:20'47		