



St MAURICE L'EXIL

St MAURICE L'EXIL

kilomètres courus	kilomètres restants	altitude	routes	itinéraire	horaire			
					moyenne course			
					42 km	40 km	38 km	
0,0	149,3	140		au complexe omnisports Aqualone à St Maurice l'Exil	DEPART FICTIF	12:00	12:00	12:00
0,0	149,3	150	RD 4	sortie LE PEAGE DE ROUSSILLON	DEPART REEL	12:10	12:10	12:10
2,5	183,2	150	«	rond point RD 4 / RD 51 (pont sur le Rhône)		12:13	12:13	12:13
3,2	146,1	145	VC	carrefour RD 4 / VC (ile de la Platière)		12:14	12:14	12:15
5,7	151,3	145	«		POINT CHAUD	12:18	12:18	12:19
8,7	140,6	140	RD 503-1	St PIERRE DE BŒUF (Département de la Loire)		12:22	12:23	12:23
9,6	139,7	150	RD 1086	carrefour RD 503-1 / RD 1086		12:23	12:24	12:25
10,0	139,3	150	RD 503	rond point RD 1086 / RD 503		12:24	12:25	12:25
14,2	135,1	315	«	LUPE		12:30	12:31	12:32
15,9	133,4	390	«	MACLAS		12:32	12:33	12:35
16,7	132,6	400	«	carrefour RD 503 / RD 19		12:33	12:35	12:36
20,1	129,2	450	«	St APPOLINARD		12:38	12:40	12:41
24,0	125,3	580	«	St JULIEN MOLIN-MOLETTE		12:44	12:46	12:47
27,3	122,0	678	«	col du Banchet	GPM	12:49	12:50	12:53
30,7	118,6	580	«	BOURG-ARGENTAL		12:53	12:56	12:58
31,7	117,6	540	RD 29	carrefour RD 503 / RD 1082 / RD 29		12:55	12:57	13:00
37,3	112,0	880	«	BURDIGNES		13:03	13:05	13:08
37,5	111,8	895	RD 22	carrefour RD 29 / RD 22		13:03	13:06	13:09
38,6	110,7	930	«	côte de Burdignes	GPM	13:05	13:07	13:10
46,2	103,1	730	«	St SAUVEUR EN RUE		13:16	13:19	13:22
46,5	102,8	750	RD 503	carrefour RD 22 / RD 503		13:16	13:19	13:23
51,7	97,6	1030	RD 74	lieu dit le Tracol carrefour RD 503 / RD 74		13:23	13:27	13:31
53,4	95,9	1104	«	côte du Tracol (toit du tour)	GPM	13:26	13:30	13:34
60,4	88,9	975	RD 501	carrefour RD 74 / RD 501 (près Marthes)		13:36	13:40	13:45
66,7	82,6	925	«	St GENEST-MALIFAUZ	PRIME 38	13:45	13:50	13:55
67,5	81,8	965	RD 22	carrefour RD 501 / RD 22		13:46	13:51	13:56
68,3	81,0	985	RD 37	carrefour RD 22 / RD 37		13:47	13:52	13:57
72,1	77,2	1065	RD 1082	carrefour RD 37 / RD 1082		13:53	13:58	14:03
72,5	76,8	1060	RD 37	carrefour RD 1082 / RD 37		13:53	13:58	14:04
75,0	74,3	955	«	lieu dit pont Souvignet		13:57	14:02	14:08
77,2	72,1	1070	«	TARENTEISE		14:00	14:05	14:11
78,3	71,0	1100	RD 8	côte de Tarentaise carrefour RD 37 / RD 8	GPM	14:01	14:07	14:13
85,6	63,7	830	«	ROCHETAILLEE		14:12	14:18	14:25
86,0	63,3	800	RD 36	carrefour RD 8 / RD 36		14:12	14:19	14:25
89,8	59,5	550	«	lieu dit Terrenoire à St ETIENNE avenue du Pilat		14:18	14:24	14:31
90,3	59,0	520	«	carrefour avenue du Pilat / rue du quartier Gaillard		14:19	14:25	14:32
90,6	58,7	510	«	carrefour rue du quartier Gaillard / bd de Janon		14:19	14:25	14:33
90,7	58,6	500	«	carrefour bd de Janon / avenue du Pilat		14:19	14:26	14:33
91,1	58,2	500	«	carrefour avenue du Pilat / rue du Col Fabien		14:20	14:26	14:33
93,5	55,8	480	«	St CHAMOND		14:23	14:30	14:37
98,0	51,3	410	«		POINT CHAUD	14:30	14:37	14:44
98,6	50,7	415	VC	carrefour RD 36 / rue d'Arlos		14:30	14:37	14:45
99,1	50,2	410	«	carrefour rue d'Arlos / rue des Acacias		14:31	14:38	14:46
99,2	50,1	400	RD 2	carrefour rue des Acacias / place L Conte / rue F Gillet		14:31	14:38	14:46
103,8	45,5	560	RD 76	carrefour RD 2 / RD 76		14:38	14:45	14:53
110,1	39,2	846	«	côte de la croix du Planil	GPM	14:47	14:55	15:03
115,7	33,6	580	«	DOIZIEUX		14:55	15:03	15:12
119,2	30,1	480	«	LA TERRASSE S / DORLAY		15:00	15:08	15:18
119,4	29,9	460	RD 7	carrefour RD 76 / RD 7		15:00	15:09	15:18
122,8	26,5	585	RD 62	carrefour RD 7 / RD 62		15:05	15:14	15:23
127,4	21,9	811	«	côte de la croix de Montvieux	GPM	15:12	15:21	15:31
132,7	16,6	545	RD 7	carrefour RD 62 / RD 7		15:19	15:29	15:39
133,2	16,1	520	«	PELUSSIN		15:20	15:29	15:40
134,7	14,6	460	«		DANGER	15:22	15:32	15:42
140,7	8,6	170	«	CHAVANAY		15:31	15:41	15:52
141,7	7,6	150	«	carrefour RD 7 / RD 7 A		15:32	15:42	15:53
141,8	7,5	145	RD 1086	carrefour RD 7 / RD 1086		15:32	15:42	15:53
142,0	7,3	145	RD 7	carrefour RD 1086 / RD 7		15:32	15:43	15:54

