

Boucle 1
Grande Rochette

Montée : Ramy – Mira

Descente : Carina – Capella – Pollux – Marie Chantal

Boucle 2
Les Verdons

Montée : Gavotte - Verdons

Descente : Banzai – Pollux – Marie Chantal

Boucle 3
Bécoin

Montée : Mont Saint Sauveur

Descente : Stade Jean-Luc Crétier

--- Montée
— Descente

Boucle 1
Grande Rochette

Boucle 2
Les Verdons

Boucle 3
Le Bécoin

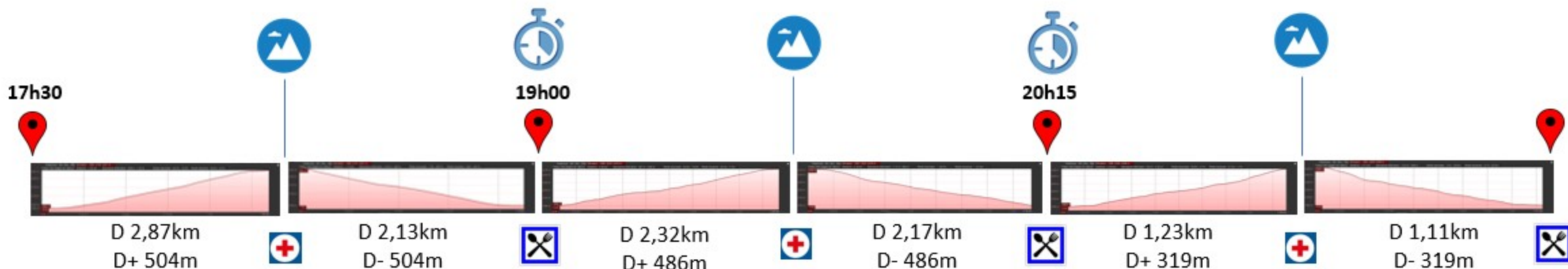


Cumul des distances : Montée = 6,42 km ($D+ = 1309$ m)
et Descente = 5,41 km ($D- = 1309$ m)

Boucle 1
Grande Rochette

Boucle 2
Les Verdons

Boucle 3
Le Becoin



Sommet



Secours



Barrière horaire



Point convergent Plagne Centre



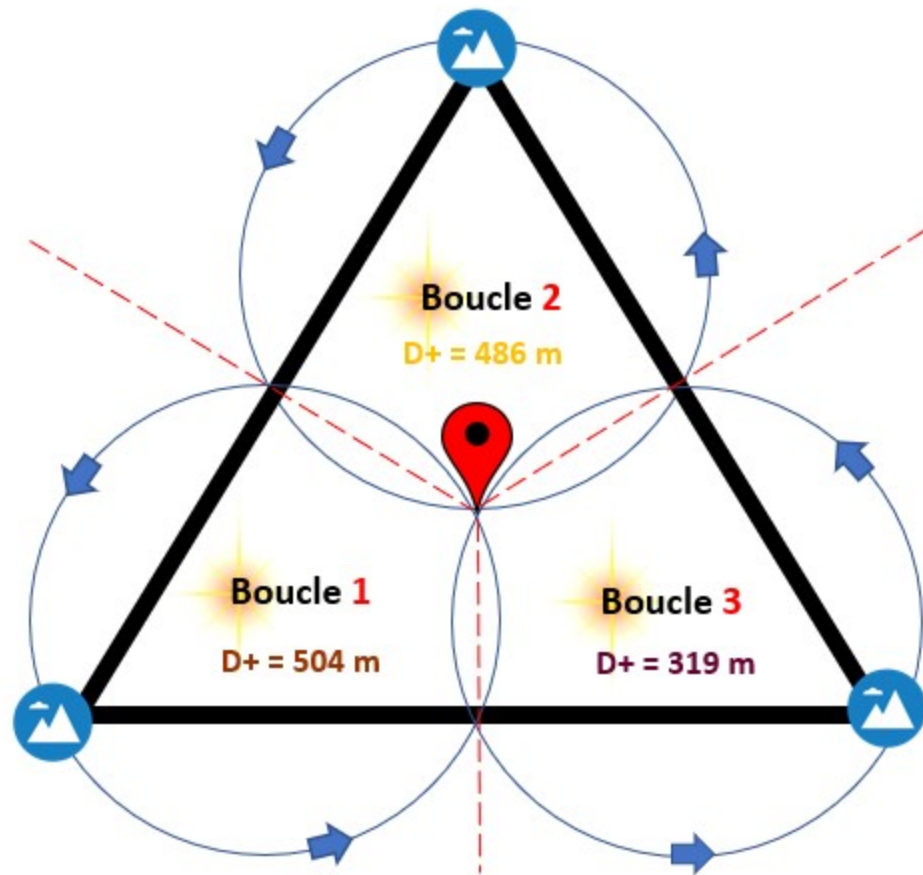
Ravitaillement

Les Verdons

FINISH
Boucle 1
D+ = 504 m

FINISH
Boucle 1+2
D+ = 990 m

Grande Rochette



Le Becoin



FINISHER TRIFACE

FINISH
Boucle 1+2+3
D+ 1309m



Sommet



Point convergent Plagne Centre