

## LISTE des PARCOURS 2019

N°	km	Dénivelé	N°	km	Dénivelé
1	47	990 m	20	78	1200 m
2	53	700 m	21	78	1100 m
3	59	800 m	22	78	1100 m
4	60	700 m	23	80	1000 m
5	60	900 m	24	83	950 m
6	60	1100 m	25	83	1420 m
7	63	800 m	26	86	1450 m
8	65	850 m	27	88	1700 m
9	65	1000 m	28	90	1000 m
10	65	1050 m	29	90	1300 m
11	67	1550 m	30	90	800 m
12	68	900 m	31	92	1300 m
13	68	1200 m	32	98	1600 m
14	70	700 m	33	100	1300 m
15	70	1300 m	34	100	1400 m
16	71	1200 m	35	100	1350 m
17	73	900 m	36	100	1000 m
18	75	1000 m	37	102	1050 m
19	76	1600 m	38	106	1000 m

Parcours du lundi : heure de départ précisée sur le site - Ordre du calendrier n° 4 - 8 - 14 - 24 - 12 - 5 - 23 - 7 - 25 - 26 - 36 - 34 - 33 - 32 -

Mardi : même parcours à allure modérée, éventuellement sur la journée. Les modalités seront précisées en début d'année.