CYCLO CLUB MALISSARDOIS

samedi 30 mars 2019

PUY St MARTIN – LA VALDAINE

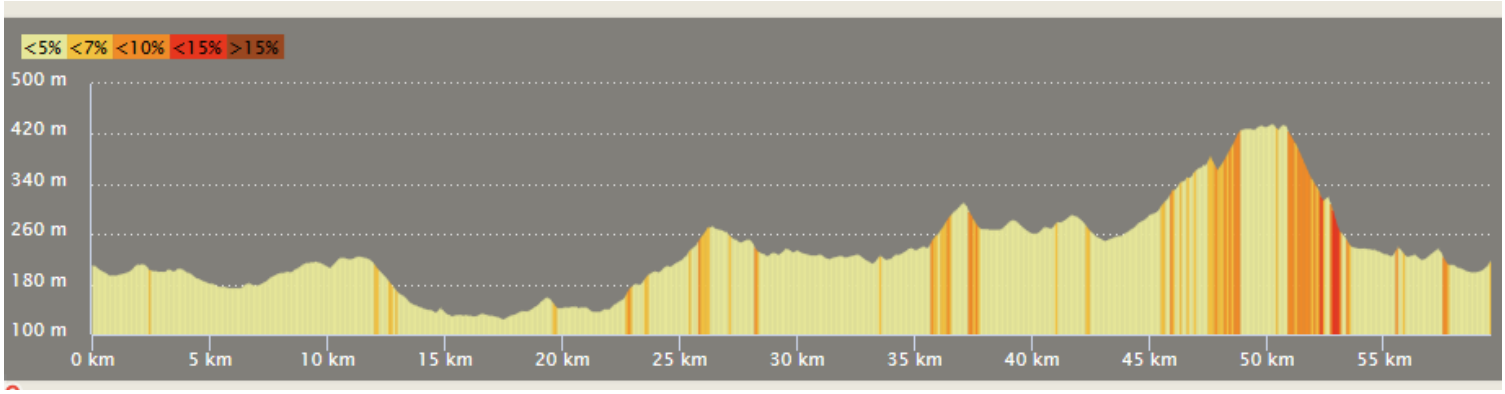
Départ voiture place de la Poste à 7 h 00 (Crest – Puy St Martin -)

Départ randonnée 8 h 00 51 km dénivelé : 514 m

Puy St Martin – Puygiron Parcours commun pour tous les groupes.

					Altitude
8 h 00	PUY St MARTIN			Rp sortie sud D 107	208
	ROYNAC	3,8	3,8	D 107-km 8,2 gauche km 9 en face-800 m en face	204
8 h 30	Crois D 105	7,2	11,0	gauche D 105 – 900 m gauche D 219	212
	LA LAUPIE – Rp	2,9	13,9	en face D 219-	150
	Crois	3,2	17,1	droite D 128 -150 m Rp gauche D 126	
	Rp D 540	3,2	20,3	en face 500 m droite D 126	144
9 h 00	PUYGIRON	1,3	21,6	300 m gauche – 150 m droite D 327	142
9 h 20	ROCHEFORT en VALDAINE	4,1	25,7	D 327 – km 26,3 gauche D 127	234
9 h 30	point haut	0,6	26,3		272
9 h 35	LA TOUCHE	1,7	28,0		250
	PORTES EN VALDAINE	2,4	30,4	en face D 127 – km 32,5 gauche D 9	228
9 h 50	LA BEGUDE DE MAZENC	2,9	33,3	droite D 540	214
10 h 00	Crois	2,3	35,6	gauche D 179 – 500 m SOUSPIERRE	235
	SALETTES	3,7	39,3	D 179	280
10 h 30	L' Hôpital	2,4	41,7	D 179	308
10 h 35	Crois	1,3	43,0	en face D 179	250
	Vers Pont de Barret	1,4	44,4	gauche D 310	237
10 h 50	MANAS	2,0	46,4	sortie village droite D 107	228
11 h 20	PUY St MARTIN	3,6	50,0		208

OPTION : 60 km dénivelé 730 m

PUY St MARTIN – SALETTES – Crois km 43 parcours commun avec le parcours 50 km

10 h 35	Crois		43,0	droite D 328	250
10 h 55	ROCHEBAUDIN	3,0	46,0		340
11 h 10	Crois	2,0	48,0	gauche D 718	364
11 h 20	Crois	1,0	49,0	Gauche – 700 m gauche D 310	426
11 h 35	PONT DE BARRET	4,3	53,3		270
11 h 45	MANAS	3,3	56,6	sortie village droite D 07	228
12 h 00	PUY St MARTIN	3,4	60,0		208