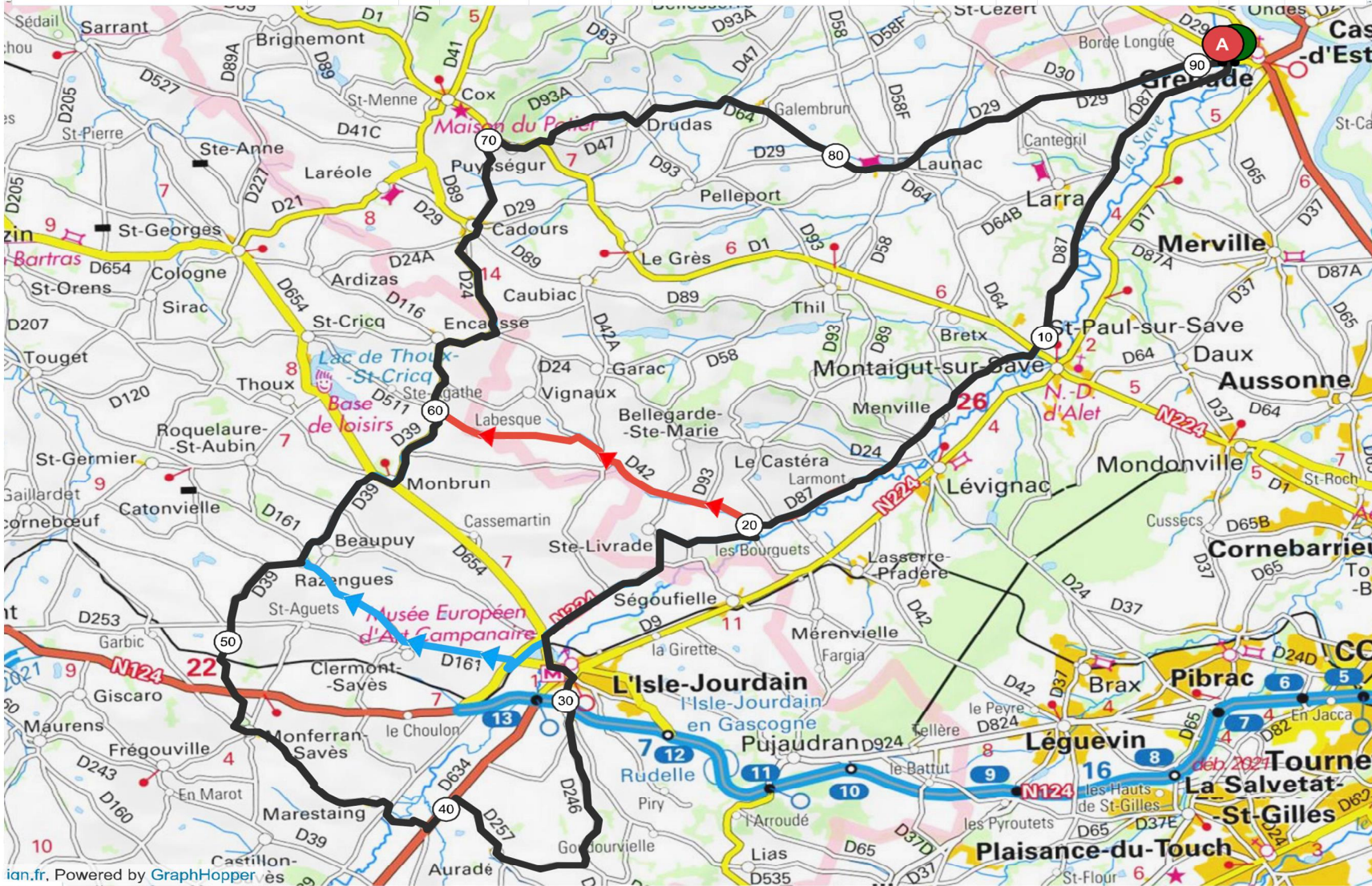


PARCOURS N° 30 / 90 Km + Variante 73 Km + Variante 60 Km



Parcours 30
 90 km Dénivelé 921 m
 N° OpenRunner **9251486**
 Difficultés

1 Km	20	pente 6%	longueur	738 m
2 Km	22	pente 3%	longueur	528 m
3 Km	30	pente 4%	longueur	1,32 km
4 Km	61	pente 3%	longueur	621 m
5 Km	61	pente 3%	longueur	621 m
6 Km	68	pente 5%	longueur	1,39 Km
7 Km	71	pente 4%	longueur	516 m
8 Km	77	pente 5%	longueur	973 m
Difficultés Total				: 6,83 Km

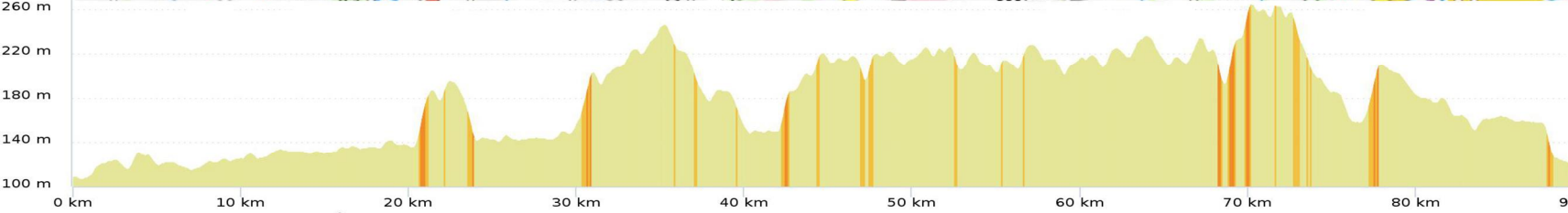
- Saint Paul sur Save**
 Menville
 Larmont
 Sainte Livrade
 L'Isle Jourdain
 Auradé
 Marestaing
 Montferran Savès
 Razengues
 D39
 Monbrun
 Encausse
 D24
 Cadours
 Puysséгур
 Drudas
 Galembrun
 Launac

Variante Parcours 30
 73 km Dénivelé 745 m
 N° OpenRunner **9251508**
 Difficultés

1 Km	20	pente 6%	longueur	738 m
2 Km	22	pente 3%	longueur	528 m
3 Km	31	pente 4%	longueur	770 m
4 Km	38	pente 3%	longueur	690 m
5 Km	43	pente 3%	longueur	621 m
6 Km	48	pente 3%	longueur	829 m
7 Km	51	pente 5%	longueur	1,39 Km
8 Km	53	pente 4%	longueur	516 m
9 Km	59	pente 5%	longueur	973 m
Difficultés Total				: 7,11 Km

Variante Parcours 30
 60 km Dénivelé 487 m
 N° OpenRunner **9278356**
 Difficultés

1 Km	30	pente 3%	longueur	621 m
2 Km	35	pente 3%	longueur	829 m
3 Km	37	pente 5%	longueur	1,39 Km
4 Km	40	pente 4%	longueur	516 m
5 Km	45	pente 5%	longueur	973 m
Difficultés Total				: 4,33 Km



<5% <7% <10% <15% >15%
G.A.M.E.D.F