

PARCOURS N° 19 / 76 Km + Variante 68 Km + Variante 60 Km



Parcours 19
76 km Dénivelé 693 m
N° OpenRunner 9245649

Difficultés

1 Km	29	pente 3%	longueur 1,45 Km
2 Km	35	pente 4%	longueur 1,33 Km
3 Km	43	pente 5%	longueur 691 m
4 Km	52	pente 3%	longueur 1,59 Km
5 Km	64	pente 4%	longueur 694 m
Difficultés Total			: 5,75 Km

- Ondes**
- Saint Caprais
 - Saint Jory
 - Saint Sauveur
 - Cepet
 - D45
 - Garidech
 - D45
 - D45C
 - D70
 - D32
 - Villeneuve
 - D15
 - Gargas
 - Bouloc
 - Les Hébrails
 - Pompignan
 - Ondes

Variante Parcours 19
68 km Dénivelé 607 m
N° OpenRunner 9245656

Difficultés

1 Km	29	pente 3%	longueur 1,97 Km
2 Km	35	pente 5%	longueur 653 m
3 Km	56	pente 4%	longueur 691 m
Difficultés Total			: 3,32 Km

Variante Parcours 19
60 km Dénivelé 428 m
N° OpenRunner 10848577

Difficultés

1 Km	26	pente 4%	longueur 994 m
2 Km	36	pente 3%	longueur 1,21 Km
3 Km	47	pente 4%	longueur 690 m
Difficultés Total			: 2,23 Km

