


DEPART
La Londe-les-Maures

LA LUCIEN AIMAR
Epreuve Cyclosportive
Dimanche 1 Septembre 2019

ARRIVEE
La Londe-les-Maures

PERMANENCE, ACREDITATION : Salle des Fêtes
Yann PIAT rue de l'Etoile 83250 La Londe-les-Maures
RASSEMBLEMENT : Horaire **9h05** Rue de La Paix
DEPART REEL : Horaire **9h10** Rue de La Paix

ARRIVEE : Rue de La Paix
RECUPERATION DES TRANSPONDEURS (Puces électroniques) : Sitôt après avoir passé la ligne d'Arrivée
PERMANENCE : Salle des Fêtes Yann PIAT
SANITAIRES, DOUCHES : Salle des Sports Aristide PERRIN
PODIUM PROTOCOLAIRE : Arrivée (Podium BONIFAY)

KILOMETRES		ITINERAIRE DETAILLE CATEGORIE 3 PARCOURS FLECHAGE VERT DISTANCE = 49 Kms DENIVELE + = 416 m		VITESSE ET HORAIRES	
PARCOURS	A PARCOURIR	LA LONDE LES MAURES		25 Km/h	40 Km/h
0	49	DEPART ARRETE	Rue de la Paix, Av. du Dr. Alfred Henry, Chemin du Puits de la Commune, Route de La Jouasse. (Intermarché)	9h10	9h10
1,000	48,000	Chemin du Puits de la Commune	Intersection Prendre à Gauche sur le pont puis Tourner encore à Gauche, les Myrtes, Route de la Jouasse	09 : 12 : 24	09 : 11 : 30
2,500	46,500	Route de la Jouasse – D 88	Intersection Prendre à droite	09 : 16 : 00	09 : 13 : 45
5,200	43,800	D 88	Pas du Cerf (Les 3 ^{ème} Borrels)	09 : 22 : 28	09 : 17 : 48
9,800	39,200	PIERREFEU		09 : 33 : 31	09 : 24 : 42
11,700	37,300	D 88	Col du Gambet Altitude = 192 m	09 : 38 : 04	09 : 27 : 33
14,500	34,500	D88 – D 14	Intersection Prendre à gauche direction Pierrefeu	09 : 44 : 48	09 : 31 : 45
18,300	30,700	D 14	Intersection Tout Droit	09 : 53 : 55	09 : 37 : 27
19,800	29,200	D 14 – D12	Intersection Prendre à Droite Direction Puget-Ville (sur 1km)	09 : 57 : 31	09 : 39 : 42
20,500	28,500	D 12 – Chemin du Plan	Intersection Prendre à Gauche Chemin du Plan, Hameau de Beauvais	09 : 59 : 12	09 : 40 : 45
24,000	25,000	Chemin du Plan	Intersection Tout Droit	10 : 07 : 36	09 : 46 : 00
24,600	24,400	D 14	Rond-point 3 ^{ème} sortie direction Pierrefeu	10 : 09 : 02	09 : 46 : 54
27,600	21,400	D 14	Rond-point 3 ^{ème} sortie direction Pierrefeu centre	10 : 16 : 14	09 : 51 : 24
28,400	20,600	D 14 – D 12	Pierrefeu centre Tout Droit direction Collobrières	10 : 18 : 09	09 : 52 : 36
29,200	19,800	D 12 – D 14	Intersection Tout Droit RAVITAILLEMENT (Solides et Liquides) COOPERATIVE	10 : 20 : 04	09 : 53 : 48
34,500	14,500	D 14 – D 88	Intersection Prendre à droite direction La Londe	10 : 32 : 48	10 : 01 : 45
37,200	11,800	D 88	Col du Gambet Altitude = 192 m	10 : 39 : 16	10 : 05 : 48
39,200	9,800	LA LONDE LES MAURES		10 : 44 : 04	10 : 08 : 48
43,000	6,000	D 88	Pas du Cerf (Les 3 ^{ème} Borrels)	10 : 53 : 12	10 : 14 : 30
46,100	2,900	D 88	Les Jassons	11 : 00 : 38	10 : 19 : 09
46,400	2,600	D 88 – Route de la Jouasse	 Prendre à gauche Route de la Jouasse (Attention virage serré)	11 : 01 : 21	10 : 19 : 36
47,600	1,400	Route de la Jouasse	Intersection les Myrtes Tourner à droite sur le pont Direction zone Artisanale puis Tourner encore à droite Direction Centre-Ville	11 : 04 : 14	10 : 21 : 24
48,200	0,800	Chemin du Puits de la Commune	Intersection Prendre à Gauche Avenue Doct. Alfred Henry (Intermarché)	11 : 05 : 40	10 : 22 : 18
49,000	0	Rue de la Paix	ARRIVEE Rue de la Paix RAVITAILLEMENT (Liquides)	11 : 07 : 36	10 : 23 : 30