

DEPART La Londe-les-Maures	LA LUCIEN AIMAR Epreuve Cyclo sportive 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 **9h25** Rue de La Paix

DEPART REEL : Horaire **9h30** 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 4		VITESSE ET HORAIRES	
		PARCOURS FLECHAGE JAUNE DISTANCE = 18,4 Kms			
		DENIVELE + = 109 m			
PARCOURS	A PARCOURIR	LA LONDE LES MAURES		20 Km/h	25Km/h
0	18,4	DEPART ARRETE	Rue de la Paix, Av. du Dr. Alfred Henry, Chemin du Puits de la Commune, Rue de la Cheylane. (Intermarché)	9h30	9h30
1,000	17,400	Chemin du Puits de la Commune	Intersection Tourner à gauche sur le pont puis Tourner encore à gauche, les Myrtes, Route de la Jouasse	09 : 33 : 00	09 : 32 : 24
2,500	15,900	Route de la Jouasse – D 88	Intersection Tourner à droite	09 : 37 : 30	09 : 36 : 00
2,700	15,700	D 88	Les Jassons	09 : 38 : 06	09 : 36 : 28
5,200	13,200	D 88	Passage du Cerf (Les 3 ^{ème} Borrels)	09 : 45 : 36	09 : 42 : 28
7,600	10,800	D 88	Le Camp-Long	09 : 52 : 48	09 : 48 : 14
9,200	9,200	D 88	 Demi-tour Quartier Les Vanades Après le pont à double voie	09 : 57 : 36	09 : 52 : 04
10,600	7,800	D 88	Le Camp-Long	10 : 04 : 48	09 : 55 : 26
12,500	5,900	D 88	Passage du Cerf (3 ^{ème} Borrels)	10 : 07 : 30	10 : 00 : 00
15,500	2,900	D 88	Les Jassons	10 : 16 : 30	10 : 07 : 12
15,800	2,600	D 88 – Route de la Jouasse	 Prendre à gauche Route de la Jouasse (Attention virage serré)	10 : 17 : 06	10 : 07 : 40
17,000	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	10 : 21 : 00	10 : 10 : 48
17,600	0,800	Chemin du Puits de la Commune	Intersection Prendre à Gauche Avenue Doct. Alfred Henry (Intermarché)	10 : 22 : 48	10 : 12 : 14
18,400	0	Rue de la Paix	ARRIVEE Rue de la Paix RAVITAILLEMENT (Liquides)	10 : 25 : 12	10 : 14 : 09