

KM À PARCOURIR	DEPUIS LE DÉPART	DEPUIS LE KM 0	ITINÉRAIRE	MOYENNES HORAIRES		
				40 km/h	38 km/h	36 km/h
169,8			Forcalquier : Place du Bourguet	11:50	11:50	11:50
	FICTIF		Départ fictif 2,5 km : D4100			
167,3	2,5	0	D4100 Km 0 : D4100 Intersection Le Bas Châlus E (De Fontbeton Gaec)	11:55:00	11:55:00	11:55:00
159,7	10,1	7,3	D4100 Intersection D4100 / D116 : prendre à gauche sur la D116 direction LURS	12:06:24	12:06:59	12:07:40
155,8	14	11,5	D12 Intersection D116 / D12 : prendre à gauche sur D12 direction AVIGNON / CARPENTRAS / CAVAILLON	12:12:15	12:13:08	12:14:10
155,6	14,2	11,7	D116 Intersection D12 / D116 : prendre à droite sur D116 direction SIGONCE	12:12:33	12:13:26	12:14:30
150,3	19,5	17	D116 Entrer SIGONCE	12:20:30	12:21:48	12:23:20
150,2	19,6	17,1	D116 Intersection D116 / rue du Moulin : continuer tout droit sur D116 en direction "TOUTES DIRECTIONS" <b>ATTENTION RALENTISSEURS</b>	12:20:39	12:21:57	12:23:30
150	19,8	17,3	D116 Intersection D116 / Place de la Mairie : continuer sur le D116 sur la Droite <b>ATTENTION RALENTISSEURS</b>	12:20:57	12:22:15	12:23:50
149,9	19,9	17,4	D16 Intersection D116 / D16 en forme de Y : prendre la D16 sur le gauche direction FORCALQUIER / REVEST St MARTIN	12:21:06	12:22:24	12:24:00
147,1	22,7	20,2	D16 <b>ATTENTION PASSAGE ETROIT SUR PONT (1 VOIE)</b>	12:25:18	12:26:49	12:28:40
146,5	23,3	20,8	D116 Intersection D16 / D116 : prendre à droite sur D116 direction FONTIENNE / REVEST ST-MARTIN <b>ATTENTION ROUTE ETROITE SUR 3 KM</b>	12:26:12	12:27:45	12:29:40
145,3	24,5	22	D116 Intersection D116 / D216 : continuer sur la D116 direction FONTIENNE	12:28:00	12:29:38	12:31:40
143,5	26,3	23,8	D116 Entrer FONTIENNE	12:30:42	12:32:28	12:34:40
143,2	26,6	24,1	D12 Intersection D116 / Chemin Saint-Roch : Prendre à gauche sur D116 <b>ATTENTION PASSAGE ETROIT CENTRE VILLE (1 VOIE)</b>	12:31:09	12:32:56	12:35:10
142,9	26,9	24,4	D12 Intersection D116 / D12 : prendre à droite sur D12 direction ST ETIENNE LES ORGUES	12:31:36	12:33:24	12:35:40
138,1	31,7	29,2	D12 Entrer dans SAINT-ETIENNE LES ORGUES	12:38:48	12:40:58	12:43:40
137,8	32	29,5	D12 Rond-point D12 / D13 : prendre la 2ème sortie en face sur la D12	12:39:15	12:41:26	12:44:10
137,7	32,1	29,6	D12 <b>SPRINT 1 : SAINT-ETIENNE-LES-ORGUES ATTENTION RALENTISSEURS</b>	12:39:24	12:41:35	12:44:20
137,5	32,3	29,8	D951 Intersection D12 / D951 : prendre à gauche sur la D951 direction GENDARMERIE / BANON	12:39:42	12:41:53	12:44:40
132,4	37,4	34,9	D112 Intersection D951 / D112 : prendre à droite sur la D112 direction ONGLES	12:47:21	12:49:56	12:53:10
132,1	37,7	35,2	D112 Entrer dans ONGLES <b>ATTENTION PASSAGE TRES ETROIT</b>	12:47:48	12:50:24	12:53:40
131,5	38,3	35,8	D112 Intersection D112 / Le Perroux : prendre à gauche et continuer sur la D112	12:48:42	12:51:20	12:54:40
130	39,8	37,3	D112 Entrer Le Rocher <b>ATTENTION NOMBREUX RALENTISSEURS</b>	12:50:57	12:53:42	12:57:10
129,7	40,1	37,6	D12 Intersection D112 / D12 : prendre à droite sur la D12 direction LARDIERS / L'HOSPITALET	12:51:24	12:54:10	12:57:40
129,5	40,3	37,8	D12 <b>ZONE DE DECHET : Début</b>	12:51:42	12:54:28	12:58:00
129,3	40,5	38	D12 <b>ZONE DE DECHET : fin</b>	12:52:00	12:54:46	12:58:20
129,3	40,5	38	D12 <b>RAVITAILLEMENT (sur 800m)</b>	12:52:00	12:54:46	12:58:20
128,7	41,1	38,6	D12 <b>ZONE DE DECHET : Début</b>	12:52:54	12:55:42	12:59:20
128,5	41,3	38,8	D12 <b>ZONE DE DECHET : fin</b>	12:53:12	12:56:00	12:59:40
125,8	44	41,5	D12 Entrer dans LARDIERS <b>ATTENTION RETRECISSEMENT DES VOIES ET RALENTISSEURS</b>	12:57:15	13:00:15	13:04:10
125,7	44,1	41,6	D12 Intersection D12 / Place du village : prendre à droite en direction de BANON / SAUMANE / L'HOSPITALET	12:57:24	13:00:24	13:04:20
123	46,8	44,3	D12 <b>GPM 1 : COL DE BUIRE (catégorie 2)</b>	13:01:27	13:04:39	13:08:50
121,4	48,4	45,9	D12 Intersection D12 / D312 : Continuer sur la D12 en face en direction BANON / LA ROCHEGIRON / SAUMANE	13:03:51	13:07:10	13:11:30
114,3	55,5	53	D950 Intersection D12 / D950 : prendre à gauche sur la D950 direction FORCALQUIER	13:14:30	13:18:22	13:23:20
107,5	62,3	59,8	D950 Intersection D950 / D18 : continuer tout droit sur la D950 direction FORCALQUIER	13:24:42	13:29:06	13:34:40
104,9	64,9	62,4	D950 Entrer Les GRANGES	13:28:36	13:33:12	13:39:00
104,5	65,3	62,8	D950 Intersection D950 / D951 : prendre à droite sur la D950 direction FORCALQUIER	13:29:12	13:33:49	13:39:40
102,3	67,5	65	D950 Intersection D950 / D112 : continuer tout droit direction FORCALQUIER	13:32:30	13:37:17	13:43:20
100,5	69,3	66,8	D950 Intersection D950 / D13 : continuer tout droit vers LIMANS / FORCALQUIER	13:35:12	13:40:07	13:46:20

**Samedi 15/02**

**169,80 km (dont 2,5 km de fictif)**



KM À PARCOURIR	DEPUIS LE DÉPART	DEPUIS LE KM 0	ITINÉRAIRE	MOYENNES HORAIRES		
				40 km/h	38 km/h	36 km/h
92	77,8	75,3	D950 Rond-point D950 / D4100 : prendre la 1ère sortie sur la D4100 direction AVIGNON / MANE / MANOSQUE	13:47:57	13:53:32	14:00:30
90,1	79,7	77,2	D4100 Intersection D4100 / D13 : continuer tout droit sur D4100 en direction de AVIGNON / APT	13:50:48	13:56:31	14:03:40
86,2	83,6	81,1	D4100 <b>ZONE DE DECHET : Début</b>	13:56:39	14:02:40	14:10:10
86	83,8	81,3	D4100 <b>ZONE DE DECHET : fin</b>	13:56:57	14:02:58	14:10:30
85,75	84,05	81,55	D5 Intersection D4100 / D5 : prendre à droite sur D5 en direction SAINT MICHEL L'OBSERVATOIRE	13:57:19	14:03:21	14:10:55
85,6	84,2	81,7	D5 <b>RAVITAILLEMENT (sur 600m)</b>	13:57:32	14:03:35	14:11:10
84,1	85,7	83,2	D5 <b>ZONE DE DECHET : Début</b>	13:59:47	14:05:57	14:13:40
83,8	86	83,5	D5 <b>ZONE DE DECHET : fin</b>	14:00:14	14:06:25	14:14:10
83,8	86	83,5	D5 Entrer St-Michel L'Observatoire	14:00:14	14:06:25	14:14:10
83,3	86,5	84	D5 Intersection D5 / Route de Manosque : continuer tout droit sur D5	14:00:59	14:07:12	14:15:00
83,2	86,6	84,1	D5 Intersection D5 / D105 : continuer tout droit sur D5	14:01:08	14:07:21	14:15:10
83,1	86,7	84,2	D5 Intersection D5 / place du Serre : continuer tout droit sur D5 <b>ATTENTION PASSAGE ETROIT 1 VOIE</b>	14:01:17	14:07:30	14:15:20
83	86,8	84,3	D5 Intersection D5 / D305 : prendre à gauche sur D5 en direction de BANON <b>ATTENTION PASSAGE ETROIT 1 VOIE</b>	14:01:26	14:07:39	14:15:30
82,8	87	84,5	D5 Intersection D5 / Rue des Remparts : continuer tout droit sur D5	14:01:44	14:07:57	14:15:50
75,6	94,2	91,7	D5 Entrer REVEST DES BROUSSES	14:12:32	14:19:19	14:27:50
75,5	94,3	91,8	D5 <b>ATTENTION RALENTISSEURS / RETRECISSEMENT DE VOIE</b>	14:12:41	14:19:28	14:28:00
74,7	95,1	92,6	D5 <b>PASSAGE SUR PONT SUR 1 VOIE</b>	14:13:53	14:20:43	14:29:20
71,8	98	95,5	D5 Intersection D5 / D14 : continuer tout droit en direction de BANON	14:18:14	14:25:17	14:34:10
66,5	103,3	100,8	D12A Intersection D5 / D12A : prendre à gauche sur D12A en direction de SIMIANE / APT	14:26:11	14:33:39	14:43:00
65,7	104,1	101,6	D51 Intersection D12A / D51 : prendre à gauche sur D51 en direction de SIMIANE / APT	14:27:23	14:34:54	14:44:20
65,5	104,3	101,8	D51 Intersection D51 / D201 : continuer tout droit sur D51 en direction de SIMIANE / APT	14:27:41	14:35:12	14:44:40
63,3	106,5	104	D51 Intersection D51 / D401 : continuer tout droit sur D51	14:30:59	14:38:40	14:48:20
62,6	107,2	104,7	D51 <b>ZONE DE DECHET : Début</b>	14:32:02	14:39:46	14:49:30
	107,5		D51 <b>ZONE DE DECHET : Fin</b>	14:32:29	14:40:14	14:50:00
62,2	107,6	105,1	D51 <b>RAVITAILLEMENT (sur 600m)</b>	14:32:38	14:40:23	14:50:10
60,2	109,6	107,1	D51 <b>ZONE DE DECHET : Début</b>	14:35:38	14:43:32	14:53:30
59,2	110,6	108,1	D51 <b>ZONE DE DECHET : Fin</b>	14:37:08	14:45:06	14:55:10
58,1	111,7	109,2	D51 Intersection D51 / D701 : continuer tout droit sur D51 en direction de APT	14:38:47	14:46:50	14:57:00
57,5	112,3	109,8	D51 Intersection D51 / D18 : continuer tout droit sur D18	14:39:41	14:47:46	14:58:00
54,3	115,5	113	D33 Entrer département du VAUCLUSE	14:44:29	14:52:49	15:03:20
51,3	118,5	116	D33 Intersection D22 / D33 : prendre à gauche sur D33 en direction de VIENS <b>ATTENTION ROUTE ÉTROITE 1 VOIE</b>	14:48:59	14:57:33	15:08:20
49,8	120	117,5	D33 <b>GPM 2 : COL DE VIENS (catégorie 3)</b>	14:51:14	14:59:55	15:10:50
48,9	120,9	118,4	D33 Entrer dans VIENS	14:52:35	15:01:20	15:12:20
46,1	123,7	121,2	D33 Intersection D190 / D33 : prendre à gauche sur D33 en direction de CERESTE	14:56:47	15:05:45	15:17:00
41,8	128	125,5	D33 <b>Entrer département des ALPES DE HAUTES-PROVENCE</b>	15:03:14	15:12:32	15:24:10
41,6	128,2	125,7	D33 Intersection D33 / D155 : prendre à droite sur D33 en direction de CERESTE / APT	15:03:32	15:12:50	15:24:30
40,1	129,7	127,2	D33 Entrer dans CERESTE	15:05:47	15:15:12	15:27:00
38,8	131	128,5	D900 Intersection D33 / D900 : prendre à gauche sur D900 en direction de FORCALQUIER	15:07:44	15:17:15	15:29:10
38,2	131,6	129,1	Anc Rte d'Apt Intersection D900 / Anc Rte d'Apt : prendre sur la droite sur Anc Rte d'Apt	15:08:38	15:18:11	15:30:10
35,6	134,2	131,7	D31 Intersection Av des plantiers / D31 : prendre à droite sur D31 en direction de VITROLLES EN LUBERON	15:12:32	15:22:17	15:34:30
35,3	134,5	132	D31 Intersection D31 / Bd Victor Hugo : prendre à droite sur D31 en direction de VITROLLES EN LUBERON	15:12:59	15:22:45	15:35:00

**Samedi 15/02**

**169,80 km (dont 2,5 km de fictif)**

KM À PARCOURIR	DEPUIS LE DÉPART	DEPUIS LE KM 0	ITINÉRAIRE	MOYENNES HORAIRES		
				40 km/h	38 km/h	36 km/h
27,5	142,3	139,8	D33 GPM 3 : COL DE L'AIRE DEI MASCO (catégorie 1)	15:24:41	15:35:03	15:48:00
27,5	142,3	139,8	D33 Entrer département du VAUCLUSE	15:24:41	15:35:03	15:48:00
23,8	146	143,5	D33 Entrer dans VITROLLES EN LUBERON <b>ATTENTION NOMBREUX RALENTISSEURS</b>	15:30:14	15:40:53	15:54:10
22,9	146,9	144,4	D216 Intersection D33 / D216 : prendre la 2ème sortie sur D216 en direction de LA BASTIDE DES JOURDANS	15:31:35	15:42:18	15:55:40
18,5	151,3	148,8	D216 Intersection D216 : prendre à gauche sur D216 en direction de LA BASTIDE DES JOURDANS	15:38:11	15:49:14	16:03:00
18,4	151,4	148,9	D216 Entrer LA BASTIDE DES JOURDANS	15:38:20	15:49:23	16:03:10
<b>18,1</b>	<b>151,7</b>	<b>149,2</b>	<b>D216 SPRINT 2 : LA BASTIDE DES JOURDANS ATTENTION RALENTISSEURS JUSTE APRÈS</b>	<b>15:38:47</b>	<b>15:49:51</b>	<b>16:03:40</b>
17,9	151,9	149,4	D956 Intersection D216 / D956 : prendre à gauche sur D956 en direction de STADE MUNICIPAL	15:39:05	15:50:09	16:04:00
17,7	152,1	149,6	D27 Intersection D956 / D27 : prendre à droite sur D27 en direction de BEAUMONT DE PERTUIS / MANOSQUE	15:39:23	15:50:27	16:04:20
16,9	152,9	150,4	D27 Intersection D27 / D42 : continuer tout droit sur D27 en direction de PIERREVERT	15:40:35	15:51:42	16:05:40
13,4	156,4	153,9	D27 <b>Entrer département des ALPES DE HAUTE-PROVENCE</b>	15:45:50	15:57:13	16:11:30
6,9	162,9	160,4	D6 Entrer dans PIERREVERT	15:55:35	16:07:28	16:22:20
6,8	163	160,5	D6 Rond-point D6 / D105 : prendre la 3ème sortie en direction de MANOSQUE	15:55:44	16:07:37	16:22:30
4,3	165,5	163	D907 Intersection D907 / D6 : prendre à droite sur D907 en direction A51 / MANOSQUE	15:59:29	16:11:33	16:26:40
3,9	165,9	163,4	D907 Entrer dans MANOSQUE	16:00:05	16:12:10	16:27:20
3,7	166,1	163,6	D907 Rond-point D907 / Avenue du Luberon : prendre la 1ère sortie sur D907 <b>ATTENTION RALENTISSEURS</b>	16:00:23	16:12:28	16:27:40
2,9	166,9	164,4	D907 Intersection D907 / Rue Leon Mure : continuer tout droit sur D907	16:01:35	16:13:43	16:29:00
2,5	167,3	164,8	D907 Rond-point D907 / All Alphonse Daudet : prendre la 2ème sortie sur D907 en direction de CENTRE VILLE	16:02:11	16:14:20	16:29:40
2,4	167,4	164,9	D907 Rond-point D907 / D5 : prendre la 1ère sortie sur D907 en direction de AIX EN PCE	16:02:20	16:14:29	16:29:50
2,2	167,6	165,1	Bd Charles de Gaulle Intersection D907 / Bd Charles de Gaulle : prendre à gauche sur D907 en direction de AIX EN PCE	16:02:33	16:14:47	16:30:10
1,7	168,1	165,6	Av Saint Lazare Intersection Bd Charles de Gaulle / Av. Saint Lazare : prendre à gauche sur Av Saint Lazare	16:03:23	16:15:34	16:31:00
1,3	168,5	166	Rue du Dauphiné Intersection Av Saint Lazare / Rue du Dauphiné : continuer vers la droite sur Rue du Dauphiné en direction de CENTRE VILLE	16:03:59	16:16:11	16:31:40
1,1	168,7	166,2	Bd des Tilleuls Intersection Rue du Dauphiné / Bd des Tilleuls : prendre à droite sur Bd des Tilleuls en direction de TOUTES - DIRECTIONS	16:04:17	16:16:29	16:32:00
0,8	169	166,5	D5 Intersection Bd des Tilleuls / D5 : prendre à droite sur D5 en direction de Parc des Sports	16:04:44	16:16:57	16:32:30
0	169,8	167,3	Avenue de l'Argile <b>ARRIVÉE : AVENUE DE L'ARGILE</b>	16:05:56	16:18:12	16:33:50

## Profil (avec fictif)

