



39<sup>ème</sup>

# RONDE de L'ISARD

Du 19 au 22 Mai 2016



Jeudi 19 mai : Lorp-Sentaraille > Goulier-Neige

Vendredi 20 mai : Roques-sur-Garonne > Ax-3-Domaines

Samedi 21 mai : Trie-sur-Baïse > Boulogne-sur-Gesse

Dimanche 22 mai : Eaunes > Saint-Girons

## COURSE INTERNATIONALE ESPOIRS



SITE INTERNET OFFICIEL : <http://www.ronde-isard.fr/>

**Jeudi 19 Mai 2016**

**1ère étape : Etape en ligne de 138,2Kms**

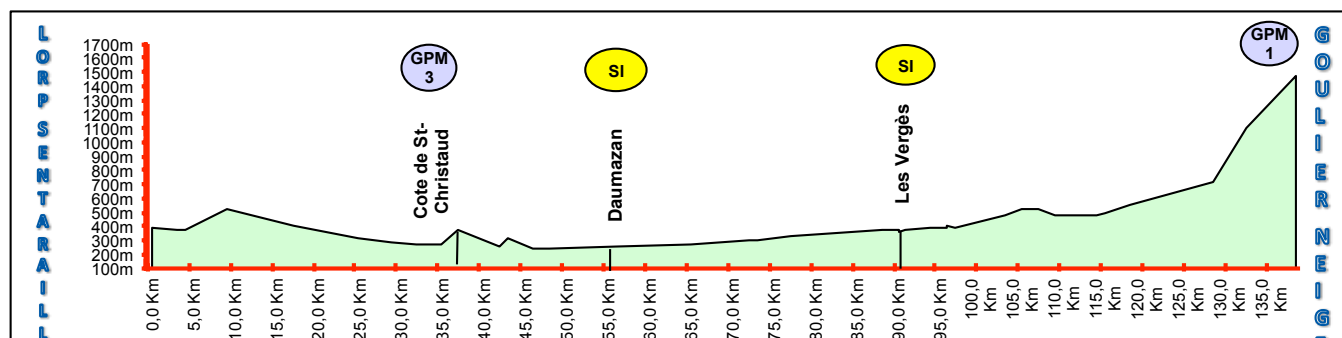


**vérifié au GPS**

**Fléchage Jaune**



ROUTES	LOCALITÉS	Croisem Direction	Bonif. et NB	Altitude	Distance		Heures de passage :			
					Parcourue	A parcourir	36 Km/H	40 Km/H	44 Km/H	
<b>DEPART</b>	<b>Fictif :Allée de la PRADE</b>							<b>12:15</b>	<b>12:15</b>	<b>12:15</b>
<b>Départ</b>	<b>Réel lancé à 1,9 Kms du départ fictif sur la D3</b>			<b>388m</b>	<b>0,0 Km</b>	<b>138,2 Km</b>	<b>12:20</b>	<b>12:20</b>	<b>12:20</b>	
D 3	TAURIGNAN-VIEUX			374m	3,1 Km	135,1 Km	12:25	12:24	12:24	
D 3	ROQUELAURE croisement	D		374m	4,6 Km	133,6 Km	12:27	12:26	12:26	
D 3	COTE de CAP-BLANC			529m	9,1 Km	129,1 Km	12:35	12:33	12:32	
D 3	FABAS Croisement D 3 # D 35	D		405m	17,6 Km	120,6 Km	12:49	12:46	12:44	
D 35	STE CROIX VOLVESTRE	G		315m	25,4 Km	112,8 Km	13:02	12:58	12:54	
D 35	Département 31 D 35 # D 6			288m	29,1 Km	109,1 Km	13:08	13:03	12:59	
D 6	LE PLAN			275m	32,5 Km	105,7 Km	13:14	13:08	13:04	
D 6	LUQUET Croisement D 6 # D 40	D		264m	35,0 Km	103,2 Km	13:18	13:12	13:07	
<b>D 40</b>	<b>COTE de SAINT-CHRISTAUD</b>		<b>GPM3</b>	<b>368m</b>	<b>37,5 Km</b>	<b>100,7 Km</b>	<b>13:22</b>	<b>13:16</b>	<b>13:11</b>	
D 40	BAS de la COTE			252m	42,1 Km	96,1 Km	13:30	13:23	13:17	
D 40	COTE de MONTESQUIEU-VOLVESTRE			309m	43,5 Km	94,7 Km	13:32	13:25	13:19	
D 40	MONTESQUEU-VOLV crois D40#D627#D628	D + G		235m	46,9 Km	91,3 Km	13:38	13:30	13:23	
D 628	Département 09			240m	48,8 Km	89,4 Km	13:41	13:33	13:26	
<b>D 628</b>	<b>DAUMAZAN</b>		<b>SI</b>	<b>250m</b>	<b>56,1 Km</b>	<b>82,1 Km</b>	<b>13:53</b>	<b>13:44</b>	<b>13:36</b>	
D 628	SABARAT Croisement D 628 # D 119			274m	65,1 Km	73,1 Km	14:08	13:57	13:48	
D 119	PAILHES Croisement D 119 # D 919	D		300m	72,6 Km	65,6 Km	14:21	14:08	13:59	
D 919	Début Ravitaillement		<b>: RAV :</b>	302m	73,4 Km	64,8 Km	14:22	14:10	14:00	
D 919	MONTÉGUT-PLANTAUREL		<b>: RAV :</b>	334m	77,9 Km	60,3 Km	14:29	14:16	14:06	
D 919	FAOÛRE-NEGRE		<b>RADAR</b>	370m	88,2 Km	50,0 Km	14:47	14:32	14:20	
<b>D 919</b>	<b>LES VERGES</b>		<b>SI</b>	<b>369m</b>	<b>90,1 Km</b>	<b>48,1 Km</b>	<b>14:50</b>	<b>14:35</b>	<b>14:22</b>	
D 919	LES VERGES	G	<b>PAN</b>	361m	90,3 Km	47,9 Km	14:50	14:35	14:23	
D 919	ST-JEAN DE VERGES Crois D 919 # D 919	D		360m	90,5 Km	47,7 Km	14:50	14:35	14:23	
D 919	Rond-Point D 919 # D 919	1 sortie		370m	91,6 Km	46,6 Km	14:52	14:37	14:24	
D 919	Entrée FOIX			390m	94,9 Km	43,3 Km	14:58	14:42	14:29	
D 919	Rond.Point D 919 # Cours Gabriel-Fauré	D		384m	96,4 Km	41,8 Km	15:00	14:44	14:31	
Foix	Crs Gabriel-Fauré # Bd Alsace Lorraine # D8H	G		400m	96,8 Km	41,4 Km	15:01	14:45	14:32	
D 8H	Croisement D 8H # D 8A	D		386m	97,8 Km	40,4 Km	15:03	14:46	14:33	
D 8A	PRAYOLS			430m	100,9 Km	37,3 Km	15:08	14:51	14:37	
D 8A	Rond.Point D 8A # D 8B	1 sortie		479m	103,5 Km	34,7 Km	15:12	14:55	14:41	
D 8B	COTE d'AMPLAING			530m	105,4 Km	32,8 Km	15:15	14:58	14:43	
D 8B	Rond.Point D 8B # D 20A	2 sortie		520m	108,0 Km	30,2 Km	15:20	15:02	14:47	
D 20A	MERCUS Croisement D 20A # D 618	D	<b>PAN</b>	486m	109,2 Km	29,0 Km	15:22	15:03	14:48	
D 618	Entrée TARASCON		<b>RADAR</b>	480m	113,0 Km	25,2 Km	15:28	15:09	14:54	
D 618	Croisement D 618 # D 123 Quai de l'Ariège	G	<b>S.interdit</b>	478m	114,2 Km	24,0 Km	15:30	15:11	14:55	
D 123	Rond.Point D 123 # Avenue de Péchiney	1 sortie		480m	114,4 Km	23,8 Km	15:30	15:11	14:56	
Sabart	Avenue de PECHINEY		<b>PAN</b>	489m	115,2 Km	23,0 Km	15:32	15:12	14:57	
Sabart	Rond.Point Avenue de Péchiney # D 8	2 sortie		500m	115,3 Km	22,9 Km	15:32	15:12	14:57	
D 8	NIAUX			555m	118,6 Km	19,6 Km	15:37	15:17	15:01	
D 8	VICDESSOS croisement D 8 # D 208	G		716m	128,6 Km	9,6 Km	15:54	15:32	15:15	
D 208	GOULIER (Eglise entrée village)	G		1095m	133,0 Km	5,2 Km	16:01	15:39	15:21	
<b>ARRIVEE</b>	<b>GOULIER-NEIGE</b>		<b>GPM1</b>	<b>1475m</b>	<b>138,2 Km</b>	<b>0,0 Km</b>	<b>16:10</b>	<b>15:47</b>	<b>15:28</b>	



◆ **Départ fictif : LORP-SENTARAILLE Allée de la PRADE**

- **Permanence** : à côté du Podium
- **Arbitres** : Mairie
- **Signature des coureurs** : de 11 H 20 à 11 H 50
- **Appel des coureurs** : A partir de 12 H 00

◆ **Départ Réel lancé** : à 12 H 20 sur D 3

- **Ravitaillement** du Km 73,4 au Km 77,9

◆ **Arrivée : GOULIER - NEIGE**

- **Permanence** : MAIRIE d'AUZAT
- **Arbitres** : MAIRIE d'AUZAT
- **Contrôle Médical** : Camping-car à l'arrivée
- **Déviations des Directeurs Sportifs** : Sur la Droite à la ligne d'Arrivée





# ROQUES sur GARONNE - AX 3 DOMAINES



VENDEDI 20 MAI 2016

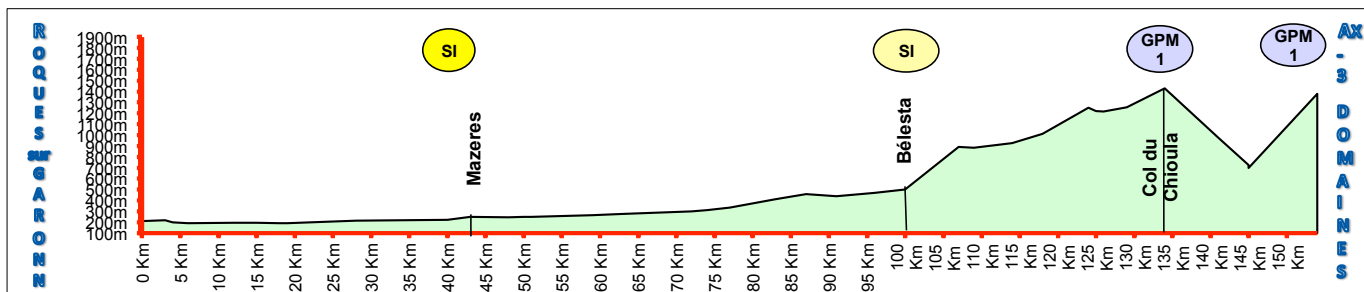
2<sup>ème</sup> étape : Etape en ligne de 154,8Kms



vérifié au GPS

Fléchage Vert

ROUTES	LOCALITÉS	Croisem Direction	Bonif. et NB	Altitude	Distance		Heures de passage :		
					Parcourue	A parcourir	36 Km/H	40 Km/H	44 Km/H
<b>DEPART</b>	<b>Dép fictif: Devant la MAIRIE</b>						<b>11:45</b>	<b>11:45</b>	<b>11:45</b>
<b>Départ</b>	<b>Réel lancé: à 13,0 Kms (du départ fictif) sur D12</b>			211m	<b>0,0 Km</b>	<b>154,8 Km</b>	<b>12:15</b>	<b>12:15</b>	<b>12:15</b>
D 12	EAUNES			218m	3,1 Km	151,7 Km	12:20	12:19	12:19
D 12	R.Point D 12 # D 4 # D 12	2 sortie		200m	4,6 Km	150,2 Km	12:22	12:21	12:21
D 12	LAGARDELLE sur LEZE(Route de Saverdun)			190m	6,1 Km	148,7 Km	12:25	12:24	12:23
D 12	MIREMONT			195m	12,0 Km	142,8 Km	12:35	12:33	12:31
D 12	R.Point(à coté de Lagrace Dieu) D 12 # D 622	G		196m	15,3 Km	139,5 Km	12:40	12:37	12:35
D 622	AUTERIVE Croisement D 622 # D 40E	D	<b>PAN</b>	193m	18,5 Km	136,3 Km	12:45	12:42	12:40
D 40E	AUTERIVE Croisement D40E#D820# D622			190m	18,9 Km	135,9 Km	12:46	12:43	12:40
D 622	AUTERIVE Croisement D 622 # D 35	D		192m	19,9 Km	134,9 Km	12:48	12:44	12:42
D 35	CINTEGABELLE Croisement D 35 # D 25K	G		214m	28,1 Km	126,7 Km	13:01	12:57	12:53
D 25K	CINTEGABELLE Crois D25K # D25 # D35	D + G		216m	28,4 Km	126,4 Km	13:02	12:57	12:53
D 35	DEPARTEMENT 09 D 35 # D 11			223m	40,6 Km	114,2 Km	13:22	13:15	13:10
<b>D 11</b>	<b>MAZERES (Sortie Mazerès)</b>		<b>SI</b>	<b>248m</b>	<b>43,4 Km</b>	<b>111,4 Km</b>	<b>13:27</b>	<b>13:20</b>	<b>13:14</b>
D 11	DEPARTEMENT 11 D11 # D 502			247m	49,0 Km	105,8 Km	13:36	13:28	13:21
D 502	Croisement D 502 # D 102			250m	50,6 Km	104,2 Km	13:39	13:30	13:24
D 102	BELPECH Croisement D 102 # D 25	D		248m	51,8 Km	103,0 Km	13:41	13:32	13:25
D 25	Croisement (à coté de Plaigne) D 25 # D 625	D		265m	59,7 Km	95,1 Km	13:54	13:44	13:36
D 625	DEPARTEMENT 09			275m	63,8 Km	91,0 Km	14:01	13:50	13:42
D 625	Entrée MIREPOIX croisement D 625 # D 119	D		299m	72,6 Km	82,2 Km	14:16	14:03	13:54
D 119	Sortie MIREPOIX R.Point D 119 # D 625	2 sortie		310m	74,1 Km	80,7 Km	14:18	14:06	13:56
D 625	LA BASTIDE de BOUSSIGNAC		:RAV:	336m	77,7 Km	77,1 Km	14:24	14:11	14:00
D 625	KARTING CLUB (Pays d'OLMES)		:RAV:	410m	83,5 Km	71,3 Km	14:34	14:20	14:08
D 625	LAROQUE d'OLMES Crois D 625 # D 620	G		457m	87,4 Km	67,4 Km	14:40	14:26	14:14
D 620	La BASTIDE sur l'HERS crois D 620 # D 16	D		440m	92,0 Km	62,8 Km	14:48	14:33	14:20
D 16	L'AIGUILLON Croisement D 16 # D 117	G		470m	96,7 Km	58,1 Km	14:56	14:40	14:26
<b>D 117</b>	<b>BELESTA croisement D 117 # D 9</b>	<b>D</b>	<b>SI</b>	<b>492m</b>	<b>100,0 Km</b>	<b>54,8 Km</b>	<b>15:01</b>	<b>14:45</b>	<b>14:31</b>
D 9	BELESTA croisement D 9 # D16	D + G		501m	100,4 Km	54,4 Km	15:02	14:45	14:31
D 16	COL de la CROIX des MORTS			890m	107,4 Km	47,4 Km	15:14	14:56	14:41
D 16	DEPARTEMENT 11 D 16 # D 29			885m	109,5 Km	45,3 Km	15:17	14:59	14:44
D 29	Croisement D 29 # D 613	D		926m	115,0 Km	39,8 Km	15:26	15:07	14:51
D 613	BELCAIRE			1010m	119,0 Km	35,8 Km	15:33	15:13	14:57
D 613	COL des 7 FRERES			1253m	124,2 Km	30,6 Km	15:42	15:21	15:04
D 613	CAMURAC			1221m	125,1 Km	29,7 Km	15:43	15:22	15:05
D 613	DEPARTEMENT 09			1216m	126,3 Km	28,5 Km	15:45	15:24	15:07
D 613	PRADES			1254m	129,3 Km	25,5 Km	15:50	15:28	15:11
D 613	COL de MARMARE			1361m	132,8 Km	22,0 Km	15:56	15:34	15:16
<b>D 613</b>	<b>COL du CHIOULA</b>		<b>GPM1</b>	<b>1431m</b>	<b>134,8 Km</b>	<b>20,0 Km</b>	<b>15:59</b>	<b>15:37</b>	<b>15:18</b>
D 613	Croisement avant ASCOU	D		978m	141,4 Km	13,4 Km	16:10	15:47	15:27
D 613	AX les THERMES R.Point	1 sortie		724m	145,0 Km	9,8 Km	16:16	15:52	15:32
D 613	AX les THERMES crois D 613 # D 20 # D 82	G		700m	145,5 Km	9,3 Km	16:17	15:53	15:33
<b>D 82</b>	<b>ARRIVEE AX 3 DOMAINES</b>		<b>GPM1</b>	<b>1380m</b>	<b>154,8 Km</b>	<b>0,0 Km</b>	<b>16:33</b>	<b>16:07</b>	<b>15:46</b>



- ◆ **Départ fictif : ROQUES sur GARONNE devant la Mairie**
  - **Permanence** : à coté du Podium
  - **Signature des coureurs** de 10 H 20 à 11 H 20
  - **Arbitres** : Mairie
  - **Appel des coureurs** : A partir de 11 H 30
- ◆ **Départ Réel lancé** à 12h15 sur D 12
  - **Ravitaillement** du Km 77,7 au Km 83,5
- ◆ **Arrivée : AX 3 DOMAINES**
  - **Permanence - Commissaires**: Salle Ax les 3 Domaines
  - **Contrôle Médical**: Camping-car à l'arrivée
  - **Déviations des Directeurs Sportifs**: 1 Km à gauche avant l'arrivée et Parking devant la ligne



# TRIE sur BAÏSE - BOULOGNE sur GESSE



SAMEDI 21 MAI 2016

3ème étape: Etape en ligne de 160 Kms

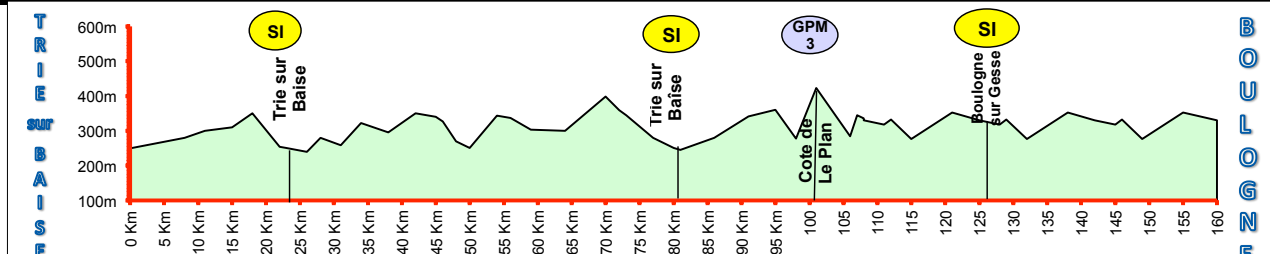


vérifié au GPS

Fléchage Orange



ROUTES	LOCALITÉS	Croisem Direction	Bonif. et NB	Altitude	Distance		Heures de passage :		
					Parcourue	A parcourir	40 Km/H	44 Km/H	48 Km/H
<b>DEPART</b>	<b>FICTIF:Place de la MAIRIE</b>						<b>12:00</b>	<b>12:00</b>	<b>12:00</b>
Départ	Réel lancé: à 0,6kms du dép fictif sur D 632			250m	0,0 Km	160,0 Km	12:05	12:05	12:05
D 632	LA RIVIERE croisement D 632 # D 10	D		280m	8,4 Km	151,6 Km	12:17	12:16	12:15
D 10B	Croisement D 10 # D 21 (Vers Campuzan)	D		300m	11,4 Km	148,6 Km	12:22	12:20	12:19
D 21	Croisement D 21 # D 939	D		310m	15,3 Km	144,7 Km	12:27	12:25	12:24
D 939	PUYDARRIEUX			350m	18,4 Km	141,6 Km	12:32	12:30	12:28
D 939	Croisement D 939 # D 632	D		254m	22,6 Km	137,4 Km	12:38	12:35	12:33
<b>D 632</b>	<b>TRIE sur BAÏSE 1pass Crois D 632 # D 939</b>	<b>G</b>	<b>SI</b>	<b>251m</b>	<b>23,3 Km</b>	<b>136,7 Km</b>	<b>12:39</b>	<b>12:36</b>	<b>12:34</b>
D 939	Croisement D 939 # Chemin du LAC	G		240m	26,2 Km	133,8 Km	12:44	12:40	12:37
C du Lac	FONTRAILLES crois Chemin du LAC # D40	G		280m	28,5 Km	131,5 Km	12:47	12:43	12:40
D 40	TRIE sur BAÏSE croise D 40 # D 17 # D 6	G + D		259m	31,4 Km	128,6 Km	12:52	12:47	12:44
D 6	LAPEYRE			322m	34,0 Km	126,0 Km	12:56	12:51	12:47
D 6	Croisement (avant Gimoux) D 6 # D 11	G		296m	38,4 Km	121,6 Km	13:02	12:57	12:53
D 11	Croisement D 11 # D 632	G		350m	42,6 Km	117,4 Km	13:08	13:03	12:58
D 632	VIDOU croisement D 632 # D 136	G		340m	45,0 Km	115,0 Km	13:12	13:06	13:01
D 136	LALANNE TRIE croisement D 136 # D 611	D		327m	46,6 Km	113,4 Km	13:14	13:08	13:03
D 611	Croisement D 611 # D 632	G		270m	48,7 Km	111,3 Km	13:18	13:11	13:05
D 632	TRIE sur BAÏSE 2ème pass ligne			251m	50,4 Km	109,6 Km	13:20	13:13	13:08
D 632	Croisement D 632 # D 37	D		344m	54,8 Km	105,2 Km	13:27	13:19	13:13
D 37	Croisement D 37 # D 939	G		337m	56,9 Km	103,1 Km	13:30	13:22	13:16
D 939	Croisement D 939 # D 21	D		303m	59,0 Km	101,0 Km	13:33	13:25	13:18
D 21	BONNEFONT croisement D 21 # D 17 # D 21			300m	64,6 Km	95,4 Km	13:41	13:33	13:25
D 21	Croisement D 21 # D 11 (vers Sère Rustaing)	D		398m	70,2 Km	89,8 Km	13:50	13:40	13:32
D 11	Croisement D 11 # D 311	D		359m	72,0 Km	88,0 Km	13:53	13:43	13:35
D 311	VILLEMBITS croisement D 311 # D 1	D		345m	73,8 Km	86,2 Km	13:55	13:45	13:37
D 1	Croisement D 1 # D 632	D		280m	77,6 Km	82,4 Km	14:01	13:50	13:42
<b>D 632</b>	<b>TRIE sur BAÏSE 3ème pass ligne</b>		<b>SI</b>	<b>251m</b>	<b>80,6 Km</b>	<b>79,4 Km</b>	<b>14:05</b>	<b>13:54</b>	<b>13:45</b>
D 632	Sortie TRIE sur BAÏSE		: RAV :	245m	81,1 Km	78,9 Km	14:06	13:55	13:46
D 632	Fin de RAV		: RAV :	280m	86,1 Km	73,9 Km	14:14	14:02	13:52
D 632	PUNTOUS			341m	91,7 Km	68,3 Km	14:22	14:10	13:59
D 632	CASTELNAU-MAGNOAC R.Point	2 sortie		360m	95,2 Km	64,8 Km	14:27	14:14	14:04
D 632	Bas de la Cote			278m	98,6 Km	61,4 Km	14:32	14:19	14:08
<b>D 632</b>	<b>Côte de LE PLAN</b>		<b>GPM3</b>	<b>423m</b>	<b>101,0 Km</b>	<b>59,0 Km</b>	<b>14:36</b>	<b>14:22</b>	<b>14:11</b>
D 632	Département 31			284m	106,9 Km	53,1 Km	14:45	14:30	14:18
D 632	BOULOGNE sur GESSE crois D 632 # D 41G	D		345m	107,9 Km	52,1 Km	14:46	14:32	14:19
D 41G	Croisement D 41G # D 41E # D 633	G		336m	108,6 Km	51,4 Km	14:47	14:33	14:20
D 633	BOULOGNE 1er pass crois D633 # D 41 # D 635			330m	108,7 Km	51,3 Km	14:48	14:33	14:20
D 635	PASSAGE bas de côte de St-PE-DELBOSC			318m	111,4 Km	48,6 Km	14:52	14:36	14:24
D 635	COTE de ST-PE-DELBOSC			332m	112,7 Km	47,3 Km	14:54	14:38	14:25
D 635	REBIRECHIOULET croisement D635 # D17	D		277m	115,3 Km	44,7 Km	14:57	14:42	14:29
D 17	BLAJAN Rond-point D 17 # D 633	D		353m	121,2 Km	38,8 Km	15:06	14:50	14:36
<b>D 633</b>	<b>BOULOGNE 2ème Pass crois D633#D41#D 635</b>		<b>SI</b>	<b>330m</b>	<b>125,8 Km</b>	<b>34,2 Km</b>	<b>15:13</b>	<b>14:56</b>	<b>14:42</b>
D 635	PASSAGE bas de côte de St-PE-DELBOSC			318m	128,5 Km	31,5 Km	15:17	15:00	14:45
D 635	COTE de ST-PE-DELBOSC			332m	129,8 Km	30,2 Km	15:19	15:02	14:47
D 635	REBIRECHIOULET croisement D635 # D17	D		277m	132,4 Km	27,6 Km	15:23	15:05	14:50
D 17	BLAJAN Rond-Point D17 # D 633	D		353m	138,3 Km	21,7 Km	15:32	15:13	14:57
D 633	BOULOGNE 3ème Pas crois D633#D41#D635			330m	142,9 Km	17,1 Km	15:39	15:19	15:03
D 635	PASSAGE bas de côte de St-PE-DELBOSC			318m	145,6 Km	14,4 Km	15:43	15:23	15:07
D 635	COTE de ST-PE-DELBOSC			332m	146,9 Km	13,1 Km	15:45	15:25	15:08
D 635	REBIRECHIOULET croisement D635 # D17	D		277m	149,5 Km	10,5 Km	15:49	15:28	15:11
D 17	BLAJAN Rond-point D 17 # D 633	D		353m	155,4 Km	4,6 Km	15:58	15:36	15:19
<b>ARRIVEE</b>	<b>BOULOGNE SUR GESSE</b>			<b>330m</b>	<b>160,0 Km</b>	<b>0,0 Km</b>	<b>16:05</b>	<b>15:43</b>	<b>15:25</b>



◆ **Départ fictif : TRIE sur BAÏSE : Place de la MAIRIE**

- Permanence : à côté du podium départ
- Signature des coureurs de 11 H 05 à 11 H 35
- Arbitres : Mairie
- Appel des coureurs : A partir de 11 H 45

◆ **Départ Réel lancé à 12 h 05 sur D 632**

- Ravitaillement du Km 81,1 au Km 86,1
- Route étroite du Km:46,6 au Km:48,7 et du Km:54,8 au Km:56,9

◆ **Arrivée: BOULOGNE sur GESSE : Place de la Promenade**

- Permanence : Mairie
- Arbitres : Salle des Associations
- Contrôle Médical: Camping-car à l'arrivée
- Déviation des Directeurs Sportifs: à droite 100m avant l'arrivée.

**DIMANCHE 22 MAI 2016**

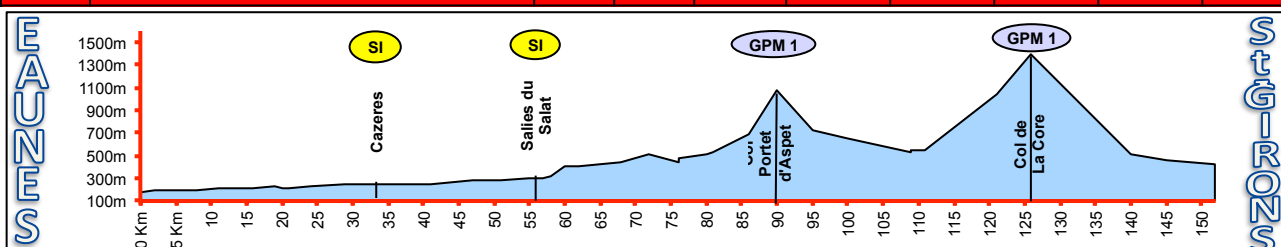
**4ème étape : Etape en ligne de 157,8Kms**



vérifié au GPS

**Fléchage Rouge** →

Routes	LOCALITÉS	Crois direction	Bonif. et NB	Altitude	Distance		Heures de passage :		
					Parcourue	A parcourir	35 Km/H	40 Km/H	44 Km/H
<b>DEPART</b>	<b>FICTIF : Avenue de la MAIRIE D56</b>						<b>11:35</b>	<b>11:35</b>	<b>11:35</b>
<b>Départ</b>	<b>Réel lancé:à 10,3 Kms (du départ fictif) sur D15A</b>			184m	<b>0,0 Km</b>	157,8 Km	<b>12:00</b>	<b>12:00</b>	<b>12:00</b>
D 15A	OX Croisement D 15A # D 15	G		193m	2,1 Km	155,7 Km	12:03	12:03	12:02
D 15	ST-HILAIRE			203m	4,7 Km	153,1 Km	12:08	12:07	12:06
D 15	LAVERNOSE LACASSE R.Point D15 # D53	3 sortie		201m	8,2 Km	149,6 Km	12:14	12:12	12:11
D 53	LAVERNOSE LACASSE Crois D 53 # D 49	D		202m	8,4 Km	149,4 Km	12:14	12:12	12:11
D 49	Croisement D 49 # D 62	G		215m	11,4 Km	146,4 Km	12:19	12:17	12:15
D 62	LONGAGES R.Point	2 sortie		211m	13,4 Km	144,4 Km	12:22	12:20	12:18
D 62	LONGAGES 2ème R.Point 2 Sortie puis	G		211m	13,7 Km	144,1 Km	12:23	12:20	12:18
D 62	Passage sur Autoroute			214m	16,7 Km	141,1 Km	12:28	12:25	12:22
D 62	CARBONNE R.Point D 62 # D 627	2 sortie		223m	19,0 Km	138,8 Km	12:32	12:28	12:25
D 627	CARBONNE 2ème R.Point	2 sortie		220m	20,1 Km	137,7 Km	12:34	12:30	12:27
D 627	CARBONNE 3ème R.Point D 627 # D 10	2 sortie		218m	21,0 Km	136,8 Km	12:36	12:31	12:28
D 10	SALLES sur GARONNE R.Point	2 sortie		226m	24,6 Km	133,2 Km	12:42	12:36	12:33
D 10	SAINT-JULIEN R.Point	2 sortie		240m	29,2 Km	128,6 Km	12:50	12:43	12:39
<b>D 10</b>	<b>Entrée CAZERES</b>		<b>SI</b>	<b>245m</b>	<b>34,5 Km</b>	<b>123,3 Km</b>	<b>12:59</b>	<b>12:51</b>	<b>12:47</b>
D 10	CAZERES Croisement D 10 # D 6	G		248m	36,1 Km	121,7 Km	13:01	12:54	12:49
D 6	CAZERES Croisement D 6 # D 10	D		246m	36,5 Km	121,3 Km	13:02	12:54	12:49
D 10	PALAMINY			251m	37,6 Km	120,2 Km	13:04	12:56	12:51
D 10	Croisement D 10 # D 83A # D 83	G + G		251m	41,0 Km	116,8 Km	13:10	13:01	12:55
D 83	Croisement D 83 # D 62	D		250m	41,8 Km	116,0 Km	13:11	13:02	12:57
D 62	ROQUEFORT croisement D 62 # D 13E	D		275m	47,8 Km	110,0 Km	13:21	13:11	13:05
D 13E	Croisement D 13E # D 13	G		275m	48,8 Km	109,0 Km	13:23	13:13	13:06
D 13	MAZERES du SALAT			286m	51,7 Km	106,1 Km	13:28	13:17	13:10
<b>D 13</b>	<b>SALIES du SALAT</b>		<b>SI</b>	<b>300m</b>	<b>56,0 Km</b>	<b>101,8 Km</b>	<b>13:36</b>	<b>13:24</b>	<b>13:16</b>
D 13	Croisement D 13 # D 117	G		305m	57,3 Km	100,5 Km	13:38	13:25	13:18
D 117	MANE Croisement D 117 # D 21	D		310m	58,3 Km	99,5 Km	13:39	13:27	13:19
D 21	Côte de FIGAROL			414m	60,4 Km	97,4 Km	13:43	13:30	13:22
D 21	FIGAROL Croisement D 21 # D 26	G		400m	62,6 Km	95,2 Km	13:47	13:33	13:25
D 26	Croisement D 26 # D 5b			440m	68,5 Km	89,3 Km	13:57	13:42	13:33
D 5b	Côte d'ESTADENS			504m	72,2 Km	85,6 Km	14:03	13:48	13:38
D 5b	Entrée ASPET Croisement D 5b # D 5	G		445m	76,0 Km	81,8 Km	14:10	13:54	13:43
D 5	ASPET		RAV	480m	76,4 Km	81,4 Km	14:10	13:54	13:44
D 5	SENGOUAGNET		RAV	520m	80,6 Km	77,2 Km	14:18	14:00	13:49
D 5	Croisement D 5 # D 618	G		528m	81,0 Km	76,8 Km	14:18	14:01	13:50
D 618	Stèle FABIO CASARTELLI			689m	86,7 Km	71,1 Km	14:28	14:10	13:58
<b>D 618</b>	<b>Col du PORTET d'ASPET</b>		<b>GPM1</b>	<b>1069m</b>	<b>90,6 Km</b>	<b>67,2 Km</b>	<b>14:35</b>	<b>14:15</b>	<b>14:03</b>
D 618	Département 09			730m	95,2 Km	62,6 Km	14:43	14:22	14:09
D 618	ORGIBET			657m	100,2 Km	57,6 Km	14:51	14:30	14:16
D 618	Croisement D 618 # D 4	D		527m	109,0 Km	48,8 Km	15:06	14:43	14:28
D 4	CASTILLON			543m	109,9 Km	47,9 Km	15:08	14:44	14:29
D 4	BORDES sur LEZ croisement D 4 # D 17	G		553m	111,9 Km	45,9 Km	15:11	14:47	14:32
D 17	BETHMALE (Lac)			1049m	121,3 Km	36,5 Km	15:27	15:01	14:45
<b>D 17</b>	<b>COL de la CORE</b>		<b>GPM1</b>	<b>1395m</b>	<b>126,2 Km</b>	<b>31,6 Km</b>	<b>15:36</b>	<b>15:09</b>	<b>14:52</b>
D 17	SEIX Croisement D 17 # D 3			520m	140,0 Km	17,8 Km	16:00	15:30	15:10
D 3	KERCABANAC R.Point D 3 # D 618	3 sortie		467m	145,8 Km	12,0 Km	16:09	15:38	15:18
D 618	LACOURT Croisement D 618 # D 3A # D 3	D et G		422m	152,1 Km	5,7 Km	16:20	15:48	15:27
D 3	Entrée SAINT-GIRONS R.P D3 # Av Evadés de France	2 sortie		397m	157,4 Km	0,4 Km	16:29	15:56	15:34
<b>ARRIVEE</b>	<b>SAINT-GIRONS</b>			<b>395m</b>	<b>157,8 Km</b>	<b>0,0 Km</b>	<b>16:30</b>	<b>15:56</b>	<b>15:35</b>



◆ **Départ centre ville : EAUNES Avenue de la MAIRIE**

- Permanence: à coté du podium départ
- Arbitres : Mairie de EAUNES
- Signature des coureurs de 10 h 15 à 11 h 10
- Appel des coureurs à partir de 11 h 20
- Départ réel lancé à 12h00 sur D 15a
- Ravitaillement : du Km 76,4 au Km 80,6

◆ **Arrivée : SAINT-GIRONS : N° 73(à droite Ass Ducos) Boulevard Frédéric ARNAUD**

- Permanence - Arbitres : Mairie de St-Girons
- Contrôle Médical : Camping-Car à l'arrivée
- Douches Coureurs : Gymnase Buffelan
- Se renseigner auprès du secrétariat
- Remise des plaques de voitures et Radios : Mairie de ST-GIRONS
- Déviation des Directeurs Sportifs : 400m avant l'Arrivée à Droite au Rond-Point



# DIMANCHE 22 MAI 2016

## 4ème étape Arrivée SAINT-GIRONS

