

LE POINÇONNET – PANAZOL – LIMOGES MÉTROPOLE (samedi 14 mars 2020)

Remise des Dossards : de 09 h 00 à 11 h 15

Présentation des équipes : 11 h 45

Réunion Directeurs Sportifs : 10 h 45

Départ fictif : 12h20

Appel des coureurs : 11 h 30

Départ réel lancé : 12 h 30

Trajet promenade (4,3 km) : Le Poinçonnet, Rue du 30 août 1944 > Rue Jean Bouin > Allée Paul Rue > Avenue de la Forêt - D.990 (arrêt devant la Mairie, Km 1.1)

Départ réel lancé, sur la D.990 après 2^{ème} rond-point (Km 4.3)

KMS à parcourir	KMS parcourus	KMS partiel	Routes	Itinéraire	Moyennes horaires			Observations
					42 km/h	40 km/h	38 km/h	
				INDRE (36)				
				LE POINÇONNET - Gymnase, rue du 30 août 1944	12 :20	12 :20	12 :20	Départ Fictif
161.4	0.0		D.990	300 m après 2 ^{ème} rond-point	12 :30	12 :30	12 :30	Départ Réel lancé
150.5	10.9	10.9		BUXIÈRES D'AILLAC	12:45	12:46	12:46	
138.7	22.7	11.8		CLUIS	13:02	13:03	13:05	
125.1	36.3	13.6		AIGURANDE	13:21	13:24	13:27	
124.2	37.2	0.9		Sprint	13:23	13:26	13:28	Sprint
123.9	37.5	0.3		Intersection D.990/D.951b	13:23	13:26	13:29	
123.2	38.2	0.7	D.951	CREUSE (23)	13:24	13:27	13:30	
114.8	46.6	8.4		Point bas M.G.	13:36	13:40	13:43	
113.6	47.8	1.2		CHAMBON STE CROIX	13:38	13:41	13:45	
111.9	49.5	1.7		Côte de Chambon (3,38%)	13:40	13:44	13:48	M.G.
107.3	54.1	4.6		Intersection D.951/D.78	13:47	13:51	13:55	
103.6	57.8	3.7	D.78	Intersection D.78/D.15	13:52	13:56	14:01	
103.6	57.8		D.15	Intersection D.15/D.78	13:52	13:56	14:01	
102.3	59.1	1.3	D.78	Intersection D.78/D.47	13:54	13:59	14:03	
101.6	59.8	0.7	D.47	Lieu-dit "Grand Prat"	13:55	13:59	14:04	
98.5	62.9	3.1		Intersection D.47/D.913 Lieu-dit "Chabannes"	14:00	14:04	14:09	
98.4	63.0	0.1	D.913	Intersection D.913/D.47	14:00	14:04	14:09	
97.9	63.5	0.5	D.47	Intersection D.47/D.5	14:00	14:05	14:10	
90.1	71.3	7.8	D.5	Intersection D.5/N.145/D.912	14:11	14:17	14:22	
81.9	79.5	8.2	D.912	Intersection D.912/D.4	14:23	14:29	14:35	
81.9	79.5		D.4	LE GRAND BOURG	14:23	14:29	14:35	
81.5	79.9	0.4		Sprint	14:24	14:30	14:36	Sprint
81.3	80.1	0.2		Intersection D.4/D.912a1	14:24	14:30	14:36	
76.5	84.9	4.8	D.912a1	BÈNEVENT L'ABBAYE	14:31	14:37	14:44	
76.0	85.4	0.5		Intersection D.912a1/D.914	14:31	14:38	14:44	
75.4	86.0	0.6	D.914	Intersection D.914/D.62	14:33	14:39	14:46	
68.9	92.5	6.5	D.62	Intersection D.62/D.50	14:42	14:49	14:56	
68.6	92.8	0.3	D.50	Intersection D.50/D.62	14:42	14:49	14:56	
66.1	95.3	2.5	D.62	Point bas M.G.	14:46	14:53	15:00	
63.0	98.4	3.1		Intersection D.62/D.48	14:50	14:57	15:05	
61.8	99.6	1.2	D.48	SAINT GOUSSAUD - Inters.D.48/D.57a	14:52	14:59	15:07	
61.8	99.6		D.57a	Côte de St Goussaud (5,19%)	14:52	14:59	15:07	M.G.
57.4	104.0	4.4	D.114	HAUTE-VIENNE (87)	14:59	15:06	15:14	
56.2	105.2	1.2		JABREILLES	15:00	15:08	15:16	
54.7	106.7	1.5		Lieu-dit Les Bordes	15:02	15:10	15:18	
52.9	108.5	1.8		Intersection D.114/D.8a2	15:05	15:13	15:21	
51.0	110.4	1.9	D.8a2	Intersection D.8a2/D.914	15:07	15:15	15:24	
49.6	111.8	1.4	D.914	LA JONCHÈRE-ST MAURICE	15:09	15:17	15:26	
48.9	112.5	0.7		Sprint	15:10	15:19	15:27	Sprint
42.0	119.4	6.9		AMBAZAC	15:20	15:29	15:38	
39.5	121.9	2.5		Intersection D.914/D.44	15:24	15:33	15:42	
32.1	129.3	7.4	D.44	SAINT PRIEST-TAURION	15:34	15:44	15:54	
31.9	129.5	0.2		Intersection D.44/D.29	15:35	15:44	15:54	
31.5	129.9	0.4	D.29	Intersection D.29/D.44	15:35	15:45	15:55	
31.3	130.1	0.2	D.44	Point bas M.G.	15:36	15:45	15:55	
28.9	132.5	2.4		Côte de St Just le Martel (5,25 %)	15:39	15:49	15:59	M.G.
28.4	133.0	0.5		SAINT JUST LE MARTEL	15:40	15:50	16:00	
27.6	133.8	0.8		Intersection D.44/C.1	15:40	15:50	16:01	
27.2	134.2	0.4	C.1	Intersection C.1/Route du Vert	15:41	15:51	16:02	
21.2	140.2	6.0	C.11	Intersection C.11/D.140	15:50	16:00	16:11	
20.3	141.1	0.9	D.140	PANAZOL	15:51	16:01	16:13	
19.8	141.6	0.5		Intersection D.140/Rue de la Quintaine	15:52	16:02	16:13	
19.1	142.3	0.7	Inters. Rue Maréchal Jourdan/D.224	15:53	16:03	16:14	
19.0	142.4	0.1	D.224	Inters. D.224/Rue Ferdinand Foch	15:53	16:03	16:14	
18.6	142.8	0.4		1^{er} passage sur la ligne d'Arrivée	15:53	16:03	16:15	
18.4	143.0	0.2		Inters. Avenue Pierre Guillot/D.140	15:54	16:04	16:16	
18.2	143.2	0.2	D.140	Inters. D.140/Rue Turgot	15:54	16:04	16:16	
17.4	144.0	0.8		Cisaillement D.941	15:56	16:06	16:17	
16.8	144.6	0.6		Lieu-dit La Petite Prade	15:56	16:07	16:18	
16.2	145.2	0.6		Lieu-dit Le Rouveilloux	15:57	16:08	16:19	
15.5	145.9	0.7		Lieu-dit Fonsalade	15:58	16:09	16:20	
14.4	147.0	1.1		Lieu-dit Marliat	16:00	16:11	16:22	
12.8	148.6	1.6		Inters. Rte de la Tuillère/Rue du Pourtour	16:02	16:13	16:24	

11.6	149.8	1.2		Inters. Rue du Pourtour/D.44	16:03	16:14	16:26	
11.0	150.4	0.6	D.44	Cisaillement D.941	16:04	16:15	16:27	
9.3	152.1	1.7		SAINT JUST LE MARTEL	16:07	16:18	16:30	
9.0	152.4	0.3		Intersection D.44/C.1	16:07	16:18	16:30	
8.6	152.8	0.4	C.1	Intersection C.1/Route du Vert	16:08	16:19	16:31	
2.6	158.8	6.0	C.11	Intersection C.11/D.140	16:16	16:28	16:40	
1.7	159.7	0.9	D.140	PANAZOL	16:18	16:29	16:42	
1.2	160.2	0.5		Intersection D.140/Rue de la Quintaine	16:19	16:30	16:43	
0.5	160.9	0.7	Inters. Rue Maréchal Jourdan/D.224	16:20	16:31	16:44	
0.4	161.0	0.1	D.224	Inters. D.224/Rue Ferdinand Foch	16:20	16:31	16:44	
0.0	161.4	0.4		ARRIVÉE	16:20	16:31	16:44	Arrivée