

Kilomètres		ITINÉRAIRE 163,8 KMS			Horaires		
à parcourir	parcourus	itinéraire		39 km/h	42 km/h	45 km/h	
		M19 Av Général de Gaulle	DÉPART FICTIF SUR 9,9KM	12:05:00	12:05:00	12:05:00	
		M19 Av Général de Gaulle	Rond-point 1ère sortie tout droit sur M19	12:05:00	12:05:00	12:05:00	
		Av Félix Faure	J11 ilot central	12:05:00	12:05:00	12:05:00	
		M19	Entrée Laval	12:05:00	12:05:00	12:05:00	
		M19	Rond-point 2ème sortie tout droit	12:05:00	12:05:00	12:05:00	
		M19 Av du Canton de Levens	Entrée Tourrette- Levens	12:05:00	12:05:00	12:05:00	
		M719 Route d'Aspremont	À droite direction Aspremont Terre plein central serré à droite	12:09:18	12:09:05	12:08:44	
163,8	0	M719 Route d'Aspremont	DÉPART RÉEL	12:10:31	12:10:15	12:09:48	
161,0	2,8	M719 Route de Tourrette Levens	Entrée Aspremont	12:16:30	12:15:57	12:15:00	
160,2	3,6	M14 Route de Nice	Direction Nice à gauche	12:18:00	12:17:22	12:16:18	
156,3	7,5	M14 Route de Nice	Continuer sur M14 tout droit	12:18:57	12:18:16	12:17:07	
155,3	8,5	Route d'Aspremont	Tourner à droite, virage très serré sur la descente	12:20:10	12:19:26	12:18:11	
154,7	9,1	Route de Saint Pancrace	Dos d'âne marqué, suivi d'un rétrécissement de voie	12:25:23	12:24:24	12:22:43	
153,9	9,9	M914 Route de la Sirole	À droite	12:28:22	12:27:15	12:25:19	
150,5	13,3	M1014	Tout droit direction Aspremont	12:29:01	12:27:52	12:25:53	
148,6	15,3	M414	À gauche descente vers Colomars	12:29:48	12:28:37	12:26:34	
148,1	15,7	M414	Descente sinueuse	12:31:01	12:29:47	12:27:38	
147,6	16,2	M414	À droite direction Colomars	12:31:19	12:30:04	12:27:54	
146,8	17,0	M414	Entrée Colomars	12:33:32	12:32:11	12:29:50	
146,6	17,2	M414	Rester à droite	12:36:31	12:35:02	12:32:26	
145,2	18,7	M414	Continuer la descente à droite	12:37:15	12:35:44	12:33:04	
143,2	20,6	M414	Entrée Nice passage étroit	12:38:21	12:36:47	12:34:01	
142,7	21,1	M414	Dos d'âne passage étroit	12:40:35	12:38:55	12:35:57	
142,0	21,8	M414	Serrer à droite, virage à droite direction Route de Colomars	12:42:08	12:40:23	12:37:17	
140,5	23,3	M6202 Bd du Mercantour	Rond-point 1ère sortie à droite	12:42:08	12:40:23	12:37:17	
139,5	24,3	M2210 Pont de La Manda	Serrer à gauche, Pont de la Manda - Passage à niveau	12:42:45	12:40:58	12:37:49	
139,1	24,7	D210	Rond-point 3ème sortie en face, serrer à droite	12:43:05	12:41:16	12:38:05	
139,0	24,8	M2210	Entrée Carros	12:43:23	12:41:33	12:38:21	
138,9	24,9	M2210	Rond-point 3ème sortie à gauche Serrer à droite direction Gattières	12:43:59	12:42:08	12:38:53	
138,7	25,1	M2210	Rond-point 2ème sortie tout droit	12:48:08	12:46:04	12:42:29	
138,3	25,5	M2210	Rond-point 2ème sortie tout droit	12:49:58	12:47:49	12:44:05	
135,6	28,2	M2210 Route de La Manda	Entrée Gattières	12:50:16	12:48:06	12:44:21	
134,5	29,3	M2210 Route de la Manda	GPM 3 Maxi Bazar	13:07:10	13:04:12	12:59:05	
134,4	29,4	M2209	Rond-Point 3ème sortie en face direction Vence	12:52:51	12:50:33	12:46:35	
134,2	29,6	M2210	Rond-Point 1ère sortie à droite direction Vence	12:56:02	12:53:35	12:49:21	
132,5	31,3	M2210	Entrée Saint Jeannot	12:56:14	12:53:47	12:49:32	
130,8	33,0	M2210	Zone de collecte de déchets	13:02:33	12:59:47	12:55:00	
130,3	33,5	M2210	Rond-point 2ème sortie à droite direction Vence	13:04:31	13:01:39	12:56:42	
126,2	37,6	M2210	Entrée Vence - Terre plein central	13:04:50	13:01:57	12:56:58	
124,9	38,9	M2210	Serrer à gauche - passage sur le pont	13:05:01	13:02:07	12:57:07	
124,7	39,1	M2210	Sortie du pont - Tout droit direction Nice	13:06:03	13:03:06	12:58:01	
124,6	39,2	M2210	Serrer à droite direction Grasse	13:06:21	13:03:23	12:58:17	
122,7	41,2	M2210	Rond-point 2ème sortie tout droit direction Tourrettes-sur-Loup	13:12:16	13:09:01	13:03:26	
120,4	43,4	D2210	Entrée Tourrettes sur Loup	13:24:37	13:20:45	13:14:08	
119,8	44,0	D2210	SPRINT CREDIT AGRICOLE	13:28:44	13:24:40	13:17:42	
111,8	52,0	D2210	Tout droit direction Bar sur Loup	13:30:31	13:26:22	13:19:15	
109,1	54,7	D2210	Entrée Bar sur Loup suivi d'un terre plein central	13:34:18	13:29:58	13:22:32	
108,0	55,9	D2210	Terre plein central - continuer tout droit	13:34:40	13:30:19	13:22:51	
105,5	58,3	D2210	Entrée Pré du Lac	13:35:00	13:30:38	13:23:08	
105,2	58,6	D2085	Rond-Point 2ème sortie à gauche direction Nice	13:35:20	13:30:57	13:23:25	
105,0	58,8	D3	Rond-point 2ème sortie à droite sur la D3	13:38:06	13:33:34	13:25:49	
103,0	60,8	D3	Rond-point 3ème sortie direction Valbonne	13:39:23	13:34:47	13:26:56	
102,2	61,7	D3	Rond-point 2ème sortie direction Valbonne	13:40:31	13:35:52	13:27:56	
101,4	62,4	D3	Rond-point 2ème sortie tout droit	13:44:37	13:39:45	13:31:29	
98,8	65,0	D3	Entrée Valbonne Village	13:44:37	13:39:45	13:31:29	
98,7	65,1	D3	Serrer à droite - terre plein central entrée de la boucle	13:45:27	13:40:33	13:32:13	
98,7	65,1	D4	À droite sur la D4 direction Cannes - Début de la boucle	13:45:43	13:40:48	13:32:27	
98,2	65,6	D4	Tout droit direction Grasse	13:48:30	13:43:27	13:34:52	
96,2	67,6	D4	Entrée Mouans-Sartoux	13:49:36	13:44:30	13:35:50	
95,7	68,1	D4	Rond-point 2ème sortie direction Grasse	13:50:08	13:45:00	13:36:18	
95,5	68,4	D1003	Rond point 4ème à gauche direction Antibes	13:51:03	13:45:52	13:37:06	
93,7	70,2	D1003	Rond-point 1ère sortie tout droit direction Antibes	13:54:25	13:49:02	13:40:02	
92,9	70,9	D3	Rond-point 3ème sortie	13:55:29	13:50:03	13:40:58	
91,6	72,2	D103	Rond-point tout droit	13:58:37	13:53:02	13:43:41	
89,8	74,0	D103	Serrer à droite	13:59:46	13:54:07	13:44:41	
89,6	74,3	D103	Rond-point 2ème sortie direction A8	14:00:04	13:54:24	13:44:57	
88,8	75,0	D103	À gauche	14:00:31	13:54:50	13:45:21	
88,6	75,2	D504	D504 direction Biot	14:01:07	13:55:25	13:45:53	
88,3	75,5	D504	Terre plein central - Zone de collecte des déchets	14:01:43	13:56:00	13:46:25	
87,9	75,9	D504	Terre plein central - Zone de ravitaillement	14:02:01	13:56:17	13:46:41	
87,5	76,3	D504	Terre plein central - Zone de collecte des déchets	14:02:47	13:57:00	13:47:21	
86,4	77,4	D98	Rond-point 4ème sortie à gauche direction D98 Les Bouillides	14:05:41	13:59:44	13:49:52	
85,7	78,2	D98	Rond-point 2ème sortie D98 direction Nautipolis	14:06:34	14:00:34	13:50:38	
84,9	78,9	D98	Rond-point 2ème sortie en face direction Valbonne	14:06:45	14:00:44	13:50:47	
84,3	79,5	D198	Rond-point 1ère sortie à droite direction Antibes	14:08:40	14:02:33	13:52:27	
84,2	79,6	D198	À gauche direction Antibes	14:09:03	14:02:54	13:52:47	
83,0	80,9	D604	Rond-point 1ère à droite direction Valbonne	14:12:30	14:06:11	13:55:47	
80,5	83,4	D4	Rond-point 3ème sortie direction Valbonne	14:13:56	14:07:33	13:57:02	
79,5	84,3	D4	Rond-point 3ème direction Valbonne	14:16:50	14:10:19	13:59:34	
78,3	85,5	D4	Rond-point 2ème sortie direction Valbonne	14:17:40	14:11:07	14:00:18	
77,6	86,2	D4	Terre plein central - continuer tout droit - 2ème tour	14:17:56	14:11:22	14:00:32	
75,1	88,8	D4	Entrée Mouans-Sartoux	14:21:49	14:15:04	14:03:55	
74,6	89,2	D4	Rond-point 2e sortie direction Grasse	14:22:21	14:15:34	14:04:23	
74,3	89,5	D1003	Rond point 4ème à gauche direction Antibes	14:23:16	14:16:26	14:05:11	
72,5	91,3	D1003	Rond-point 1ère sortie tout droit direction Antibes	14:26:38	14:19:36	14:08:07	
71,8	92,0	D3	Rond-point 3ème sortie	14:27:42	14:20:37	14:09:03	
68,7	95,1	D103	Serrer à droite	14:31:59	14:24:41	14:12:46	
68,4	95,4	D103	Rond-point 2ème sortie direction A8	14:32:17	14:24:58	14:13:02	
67,7	96,1	D103	À gauche	14:32:44	14:25:24	14:13:26	
67,5	96,3	D103	D504 direction Biot	14:33:20	14:25:59	14:13:58	
66,4	97,4	D504	Terre plein central - Zone de collecte des déchets	14:35:00	14:27:34	14:15:26	
65,3	98,5	D98	Rond-point 4ème sortie à gauche direction D98 Les Bouillides	14:37:54	14:30:18	14:17:57	
64,5	99,3	D98	Rond-point 2ème sortie D98 direction Nautipolis	14:38:47	14:31:08	14:18:43	
63,8	100,0	D98	Rond-point 2ème sortie en face direction Valbonne	14:38:58	14:31:18	14:18:52	
63,2	100,6	D198	Rond-point 1ère sortie à droite direction Antibes	14:40:53	14:33:07	14:20:32	
63,1	100,7	D198	À gauche direction Antibes	14:41:16	14:33:28	14:20:52	
61,8	102,0	D604	Rond-point 1ère à droite direction Valbonne	14:44:43	14:36:45	14:23:52	
59,3	104,5	D4	Rond-point 3ème sortie direction Valbonne	14:46:09	14:38:07	14:25:07	
58,4	105,4	D4	Rond-point 3ème direction Valbonne	14:49:03	14:40:53	14:27:39	
57,2	106,6	D4	Rond-point 2ème sortie direction Valbonne	14:49:53	14:41:41	14:28:23	
56,5	107,3	D4	Terre plein central - continuer tout droit - 3ème tour	14:50:09	14:41:56	14:28:37	
55,9	107,9	D4	Tout droit direction Grasse	14:52:56	14:44:35	14:31:02	
53,9	109,9	D4	Entrée Mouans-Sartoux	14:54:02	14:45:38	14:32:00	
53,5	110,3	D4	Rond-point 2e sortie direction Grasse	14:54:34	14:46:08	14:32:28	
53,2	110,6	D1003	Rond point 4ème à gauche direction Antibes	14:55:29	14:47:00	14:33:16	
52,8	111,0	D103 BIS	Rond-point tout droit	14:56:24	14:47:52	14:34:04	
52,2	111,6	D1003	Rond-point tout droit 2ème sortie direction Sophia	14:56:47	14:48:13	14:34:24	
51,4	112,4	D1003	Rond-point 1ère sortie tout droit direction Antibes	14:58:51	14:50:10	14:36:12	
50,6	113,2	D3	Rond-point 3ème sortie	14:59:55	14:51:11	14:37:08	
49,3	114,5	D103	Rond-point tout droit	15:03:03	14:54:10	14:39:51	
47,6	116,2	D103	Serrer à droite	15:04:12	14:55:15	14:40:51	
47,3	116,5	D103	Rond-point 2ème sortie direction A8	15:04:30	14:55:32	14:41:07	
46,5	117,3	D103	À gauche	15:04:57	14:55:58	14:41:31	
46,3	117,5	D103	D504 direction Biot	15:05:33	14:56:33	14:42:03	
45,2	118,6	D504	Zone de collecte des déchets	15:07:13	14:58:08	14:43:31	
44,1	119,7	D98	Rond-point 4ème sortie à gauche direction D98 Les Bouillides	15:10:07	15:00:52	14:46:02	
43,4	120,4	D98	Rond-point 2ème sortie D98 direction Nautipolis	15:11:00	15:01:42	14:46:48	
42,6	121,2	D98	Rond-point 2ème sortie en face direction Valbonne	15:11:11	15:01:52	14:46:57	
42,1	121,7	D198	Rond-point 1ère sortie à droite direction Antibes	15:13:06	15:03:41	14:48:37	
41,9	121,9	D198	À gauche direction Antibes	15:13:29	15:04:02	14:48:57	
40,7	123,1	D604	Rond-point 1ère à droite direction Valbonne	15:16:56	15:07:19	14:51:57	
38,2	125,6	D4	Rond-point 3ème sortie direction Valbonne	15:18:22	15:08:41	14:53:12	
37,2	126,6	D4	Rond-point 3ème direction Valbonne	15:21:16	15:11:27	14:55:44	
36,0	127,8	D4	Rond-point 2ème sortie direction Valbonne	15:22:06	15:12:15	14:56:28	
35,3	128,5	D4	Terre plein central - continuer tout droit - 4ème tour	15:22:22	15:12:30	14:56:42	
34,8	129,0	D4	Tout droit direction Grasse	15:25:09	15:15:09	14:59:07	
32,8	131,0	D4	Entrée Mouans-Sartoux	15:26:15	15:16:12	15:00:05	
32,4	131,5	D4	Rond-point 2e sortie direction Grasse	15:26:47	15:16:42	15:00:33	
32,1	131,7	D1003	Rond point 4ème à gauche direction Antibes	15:27:42	15:17:34	15:01:21	
30,3	133,5	D1003	Rond-point 1ère sortie tout droit direction Antibes	15:31:04	15:20:		