

## SIMULATIONS HORAIRES Trail EDF Cenis Tour

Trail Noir 80 km	Classement	1er	dernier
	Vitesse	9,5 km/h	4,5 km/h
	heure de départ	03:00	

Lieu	point spé	km Portion	km Cumul	D+ Cumul	D+ Portion	D- Cumul	D- Portion	tps course 1er	tps course dernier	1er passage aprox	Dernier passage aprox	Barrières Horaires	vitesse barrière horaire
Départ (LLB)	Départ	00,0 km	00,0 km	00,0 m	00,0 m	00,0 m	00,0 m	00:00:00	00:00:00	03:00	03:00		
P1 (bifurc chemin des prêtres)		02,9 km	02,9 km	156,0 m	156,0 m	03,0 m	03,0 m	00:20:06	00:42:26	03:20	3:42		
P2 ( Replat des Canons)		02,7 km	05,6 km	689,0 m	533,0 m	03,0 m	00,0 m	00:44:01	01:32:55	03:44	4:32		
P3 (L'Erellaz)	Rav	04,1 km	09,7 km	973,0 m	284,0 m	34,0 m	31,0 m	01:12:55	02:33:55	04:12	5:33		
P4 (Le Jeu)		05,2 km	14,9 km	1081,0 m	108,0 m	413,0 m	379,0 m	01:40:17	03:31:42	04:40	6:31		
P5 (Col de Solière)		05,5 km	20,4 km	1704,0 m	623,0 m	469,0 m	56,0 m	02:23:47	05:03:33	05:23	8:03		
P6 (Refuge du Petit Mont Cenis)	Rav / R2 (5 et 3)	05,6 km	26,0 km	1720,0 m	16,0 m	1000,0 m	531,0 m	02:51:02	06:01:03	05:51	9:01	9:00	4,3
P7 (Pas de la Beccia)		05,2 km	31,2 km	2348,0 m	628,0 m	1040,0 m	40,0 m	03:33:09	07:29:59	06:33	10:29		
P8 (La Turra)		02,8 km	34,0 km	2351,0 m	03,0 m	1284,0 m	244,0 m	03:47:02	07:59:17	06:47	10:59		
P9 (Col du Mont Cenis)	Rav / R3 (5)	01,7 km	35,7 km	2351,0 m	00,0 m	1668,0 m	384,0 m	03:51:42	08:09:09	06:51	11:09	11:10	4,4
P10 (Ouilleins des Arcellins)		05,0 km	40,7 km	2929,0 m	578,0 m	1697,0 m	29,0 m	04:31:57	09:34:07	07:31	12:34		
P11 (Côte Plane)	Rav	04,7 km	45,4 km	3067,0 m	138,0 m	2219,0 m	522,0 m	04:57:39	10:28:23	07:57	13:28		
P12 (Passage du Single)		03,2 km	48,6 km	3134,0 m	67,0 m	2393,0 m	174,0 m	05:16:56	11:09:06	08:16	14:09		
P13 (traversée D902)		05,7 km	54,3 km	3270,0 m	136,0 m	2931,0 m	538,0 m	05:48:43	12:16:11	08:48	15:16		
P14 (Bessans)	Rav / R4 (5) /R3 (3)	00,9 km	55,2 km	3270,0 m	00,0 m	2962,0 m	31,0 m	05:54:01	12:27:22	08:54	15:27	15:15	4,4
P15 (long D902)		03,3 km	58,5 km	3276,0 m	06,0 m	3000,0 m	38,0 m	06:14:29	13:10:35	09:14	16:10		
P16 (Col de la Madeleine)		01,3 km	59,8 km	3355,0 m	79,0 m	3004,0 m	04,0 m	06:24:09	13:30:58	09:24	16:30		
P17 (refuge de Vallonbrun)		03,1 km	62,9 km	3890,0 m	535,0 m	3018,0 m	14,0 m	06:53:41	14:33:20	09:53	17:33		
P18 (Chapelle Saint Laurent)	Rav / R5 (5)	03,9 km	66,8 km	3890,0 m	00,0 m	3640,0 m	622,0 m	07:10:28	15:08:45	10:10	18:08	18:00	4,4
P19 (Lanslevillard)		02,2 km	69,0 km	3917,0 m	27,0 m	3822,0 m	182,0 m	07:22:34	15:34:18	10:22	18:34		
P20 (Le cuchet)	Rav	05,0 km	74,0 km	4564,0 m	647,0 m	3911,0 m	89,0 m	08:05:17	17:04:29	11:05	20:04		
P21 (Pré Vaillant)		02,3 km	76,3 km	4570,0 m	06,0 m	4050,0 m	139,0 m	08:18:10	17:31:41	11:18	20:31		
P22 (traversée D1006 Lanslebourg)		02,9 km	79,2 km	4570,0 m	00,0 m	4580,0 m	530,0 m	08:29:47	17:56:13	11:29	20:56		
P23 (sortie du pont D1006 LLB)		01,0 km	80,2 km	4576,0 m	06,0 m	4580,0 m	00,0 m	08:36:13	18:09:47	11:36	21:09		
Arrivée (LLB)	Arrivée	00,3 km	80,5 km	4580,0 m	04,0 m	4580,0 m	00,0 m	08:38:11	18:13:57	11:38	21:13	21:00	4,4

