

## SIMULATIONS HORAIRES Trail EDF Cenis Tour

Trail Rouge - 64 km	Classement	1er	dernier
	Vitesse	9,5 km/h	4,0 km/h
	heure départ	05:00	

Lieu	point spé	km Portion	km Cumul	D+ Cumul	D+ Portion	D- Cumul	D- Portion	créneau 1er	créneau dernier	tps course 1er	tps course dernier	1er passage aprox	Dernier passage aprox	Barrières Horaires	vitesse moy
Départ - Val Cenis le Haut	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	00:00:00	00:00:00	05:00	05:00		
P1 - La Chenevière		00,8 km	00,8 km	25,0 m	25,0 m	00,0 m	00,0 m	00:05:22	00:12:45	00:05:22	00:12:45	05:05	5:12		
P2 - Refuge du Vallonbrun		05,2 km	06,0 km	800,0 m	775,0 m	00,0 m	00,0 m	00:42:38	01:41:15	00:48:00	01:54:00	05:48	6:54		
P3 - Le Collet		03,2 km	09,2 km	820,0 m	20,0 m	550,0 m	550,0 m	00:09:44	00:23:06	00:57:44	02:17:06	05:57	7:17		
P4 - Long D902		01,1 km	10,2 km	830,0 m	10,0 m	630,0 m	80,0 m	00:05:15	00:12:27	01:02:58	02:29:33	06:02	7:29		
P5 - Bessans	Rav	03,5 km	13,7 km	870,0 m	40,0 m	640,0 m	10,0 m	00:22:25	00:53:15	01:25:23	03:22:48	06:25	8:22	08:20	4,1
P6 - Pont du Rafour		00,9 km	14,6 km	900,0 m	30,0 m	640,0 m	00,0 m	00:06:04	00:14:24	01:31:27	03:37:12	06:31	8:37		
P7 - Passage du Single		06,0 km	20,6 km	1460,0 m	560,0 m	800,0 m	160,0 m	00:43:42	01:43:48	02:15:09	05:21:00	07:15	10:21		
P8 - Lac d'Arcele		01,6 km	22,2 km	1620,0 m	160,0 m	810,0 m	10,0 m	00:12:27	00:29:33	02:27:36	05:50:33	07:27	10:50		
P9 - Cote Plane	Rav	01,7 km	23,9 km	1640,0 m	20,0 m	880,0 m	70,0 m	00:09:44	00:23:06	02:37:20	06:13:39	07:37	11:13		
P10 - Col de la Tomba		02,3 km	26,2 km	2040,0 m	400,0 m	890,0 m	10,0 m	00:20:39	00:49:03	02:57:59	07:02:42	07:57	12:02		
P11 - Col du Mont-Cenis	Rav	05,4 km	31,6 km	2100,0 m	60,0 m	1500,0 m	610,0 m	00:25:25	01:00:23	03:23:24	08:03:04	08:23	13:03	13:00	3,9
P12 - La petite Turra		02,9 km	34,5 km	2480,0 m	380,0 m	1500,0 m	00,0 m	00:24:19	00:57:45	03:47:43	09:00:49	08:47	14:00		
P13 - Pas de la Becchia		01,9 km	36,4 km	2730,0 m	250,0 m	1500,0 m	00,0 m	00:15:57	00:37:52	04:03:40	09:38:42	09:03	14:38		
P14 - Grand Plan		03,7 km	40,1 km	2760,0 m	30,0 m	2000,0 m	500,0 m	00:15:57	00:37:52	04:19:37	10:16:34	09:19	15:16		
P17 - Refuge du Petit Mont Cenis	Rav	01,4 km	41,5 km	2780,0 m	20,0 m	2140,0 m	140,0 m	00:07:23	00:17:33	04:27:00	10:34:07	09:27	15:34	15:30	3,9
P18 - Col de Sollières		05,7 km	47,2 km	3300,0 m	520,0 m	2160,0 m	20,0 m	00:45:36	01:48:18	05:12:36	12:22:25	10:12	17:22		
P19 - Replat des Canons	Rav	06,5 km	53,7 km	3340,0 m	40,0 m	2730,0 m	570,0 m	00:34:37	01:22:12	05:47:13	13:44:37	10:47	18:44		
P20 - Pont rue de la Ramasse LLB		05,4 km	59,1 km	3370,0 m	30,0 m	3460,0 m	730,0 m	00:25:27	01:00:27	06:12:40	14:45:04	11:12	19:45		
P23 - Rue de Saint Landry D902		09,5 km	63,2 km	3530,0 m	190,0 m	3540,0 m	810,0 m	00:53:22	02:06:45	06:40:35	15:51:22	11:40	20:51		
Arrivée - Val Cenis le Haut	Arrivée	00,3 km	63,5 km	3540,0 m	10,0 m	3540,0 m	00,0 m	00:02:05	00:04:57	06:42:40	15:56:19	11:42	20:56		