

parcours super B.A.C samedi 20 et dimanche 21 juillet 2013						
lieux	route	kms	cumul	altitude	déniv cumul	
Vizille parc du château	d 101			280		départ
Séchilienne	d 1091	8		390		
Rochetaillée	d 526	17	25	711		
Allemont la fonderie	d 526	3	28	722		
barrage du Verneys	d 526	1	29	772		
le Rivier d'Allemont	d 526	10	39	1294		contrôle/ravito
barrage de Grandmaison	d 526	8	47	1730		
intersection col du Glandon	d 926 - d 927	8	55	1908		
col de la croix de fer	d 926	3	58	2067	1941 m	
St Sorlin d'Arves	d 926	8	66	1508		
St jean d'Arves - la tour	d 80	3	69	1550		repas BAC
pont de Belleville	d 80 - d 926	6	75	1227		
col du Mollard	d 80	6	81	1638	2393 m	
Albiez Montrond	d 80 - d 110	2	83	1530		
Albiez le jeune	d 80	4	87	1370		
Villargondran	d 80 - d 81	12	99	590		
le Bochet - Montricher	d 81 - d 81a	3	102	670		
pont sur l'Arc	d 81	1	103	630		
St Julien Montdenis	d 81 - d 1006	2	105	670		hébergement
St Michel de Maurienne	d 1006 - d 902	7	112	700	2513 m	hébergement
intersection Valmeinier	d 902 - d 215a	9	121	1370		hébergement
col du Télégraphe	d 902	3	124	1566	3380 m	hébergement
Valloire	d 902	5	129	1420		hébergement
plan Lachat	d 902	9	138	1980		
col du Galibier	d 902	8	146	2645	4605 m	contrôle/ravito
col du Lautaret	d 902 - d 1091	8	154	2058		
La Grave	d 1091	11	165	1500		
barrage du Chambon	d 1091	14	179	1044		
le Freney d'Oisans	d 1091 - d 211a	2	181	950		
les Chatains	d 211 e	6	187	1145		
Auris - église	d 211 e	3	190	1330		
e Cerf-belvédère Armentier	d 211 a	1	191	1330	5123 m	contrôle/ravito
La Garde	d 211a - d 211	5	196	1000		
Bourg d'Oisans	d 211 - d 1091	4	200	720		contrôle/ravito
Rochetaillée	d 1091	7	207	711		
Séchilienne	d 1091	17	224	390		
Vizille - parc du château	d 101	8	232	280	5123 m	arrivée

départs libres le samedi 20 juillet de 7 h à 10 h (avec gilet de sécurité pour les tunnels)

transports des bagages vers la zone d' hébergement ; St Jean de Maurienne - St Julien Montdenis - St Michel de Maurienne - Valmeinier 1500/1800 - Valloire

possibilités d'hébergements collectifs au lycée de St Michel de Maurienne ainsi qu' en centres de séjours à Valmeinier 1500 et Valloire - les verneys

accueil technique "vélo" le dimanche au col du Galibier et Bourg d'Oisans

