

AUDAX CLUB PARISIEN RANDONNEURS MONDIAUX**RANDONNEURS FRANCAIS 1921****RANDONNEURS EUROPEENS 1978****RANDONNEURS MONDIAUX 1983****Société organisatrice : TRIPLE PLATEAU GARDEEN****N° affiliation : 83-5626****Nom et adresse du responsable : GAUTHIER Claudy****Ligue : Côte d'Azur**

28, Chemin de Ste Musse - 83130 - LA GARDE

Brevet de : 300 km**Lieu de départ : Complexe sportif Guy Moquet 1****Date : 16 mai 2009**

Chemin de la Planquette - LA GARDE

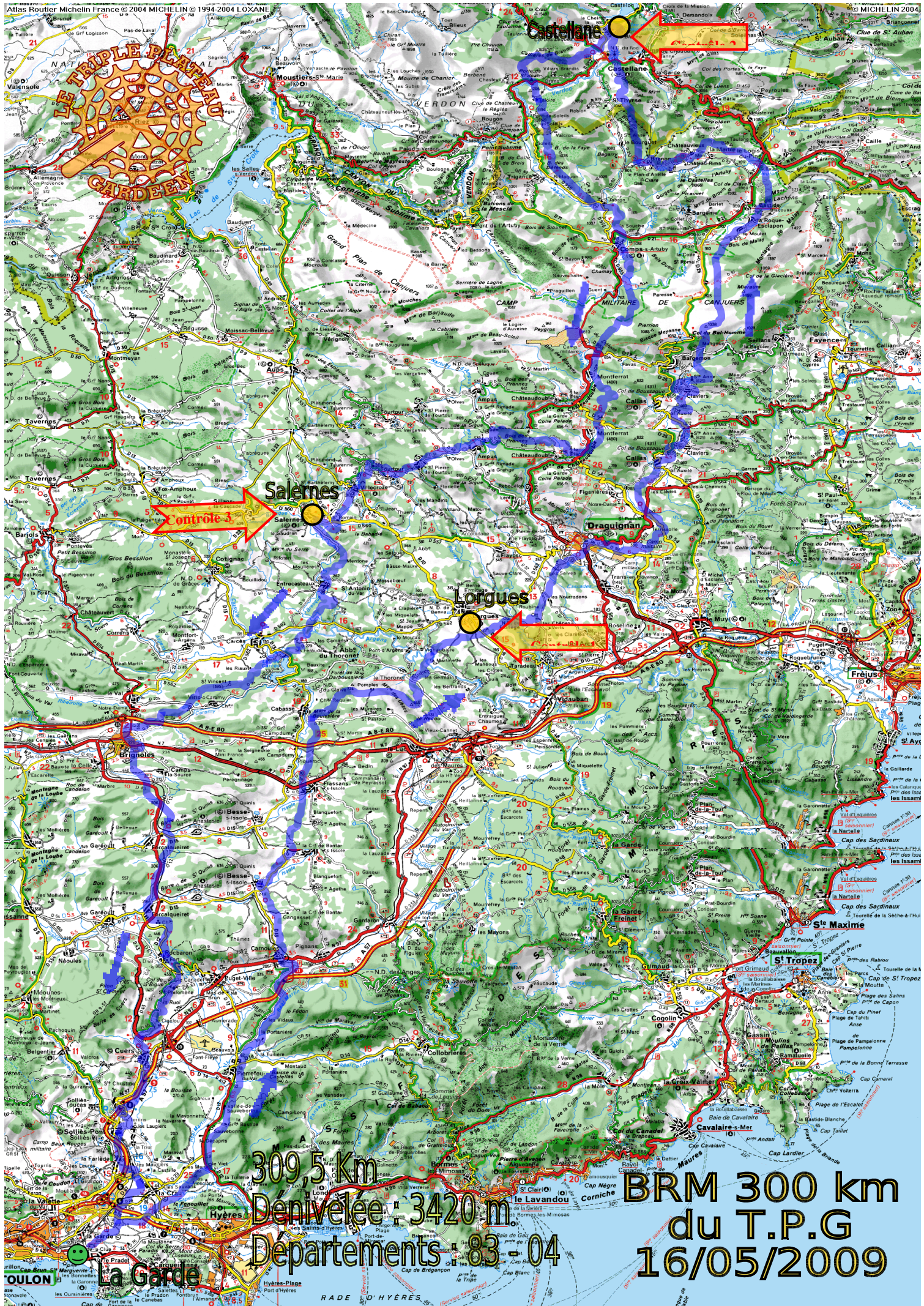
Heure de départ : de 5h00 à 6h00

LOCALITES	Carte Michelin	Numéro de Routes	KM		ALT.	CONTROLES	
	n°245 - Pli n°		Part.	tot.	(m)	ouvert.	ferm.
<i>La Garde</i>	<i>46</i>	<i>D29</i>	<i>0.0</i>	<i>0.0</i>	<i>30</i>	<i>5h00</i>	<i>6h00</i>
La Crau	47	D29/D12	5.5	5.5	44		
Pierrefeu du Var	47	D12/D13	12.5	18.0	90		
Carnoules	47	D13	12.0	30.0	205		
Besse sur Isoles	47	D13	6.5	36.5	249		
X N7/D13	47	D13	4.0	40.5	240		
Cabasse	34	D13	7.0	47.5	198		
XD13/D79	34	D79	3.0	50.5	189		
Abbaye du Thoronet	34	D79	4.0	54.5			
Le Thoronet	34	D79	4.5	59.0	127		
X D79/D562	34	D562	5.5	64.5	150		
<i>Lorgues ©</i>	<i>35</i>	<i>D562</i>	<i>3.0</i>	<i>67.5</i>	<i>140</i>	<i>7h00</i>	<i>9h32</i>
X D57/D562	35	D562	8	75.5	225		
X D557/D562	35	D562	2	77.5	243		
Draguignan	35	D562	3	80.5			
X D562/D54	35	D54	9	89.5	249		
Figanières (à coté)	35	CV	3	92.5	285		
Callas	35	D25	4.5	97.0			
Col de Boussague (83)	35	D25	1.5	98.5	431		
Bargemon	35	D25	4.5	103.0	484		
Col du Bel Homme (83)	35	D25	6	109.0	915		
X D37/D25	35	D25	9	118.0	910		
X D25/D21	35	D21	2.5	120.5	927		
La Bastide	36	D21	2.5	123.0	959		
Col de Clavel (83)	36	D21/D52	2	125.0	1060		
La Martre	35	D52	4	129.0			
Châteauvieux	35	D52	2	131.0			
Brenon	35	D52	4	135.0			

X D52/D252	35	D252	3	138.0	804		
Le Bourguet	35	D252	2	140.0			
St Thyrsé	35	D252/D102	5	145.0	1040		
Castellane ©	35	N85/D952	7	152.0	721	09h28	15h08
Pont de Soleils	35	D955	12	164.0	652		
X D90/D955	35	D955	6	170.0			
Jabron	35	D955	5.5	175.5	757		
Comps sur Artuby	35	D955	4.5	180.0	891		
Pont sur l'Artuby	35	D955	5	185.0	763		
LOCALITES	Carte Michelin	Numéro de Routes	KM		ALT.	CONTROLES	
	n°245 - Pli n°		Part.	tot.	(m)	ouvert.	ferm.
Camp de Canjuers	35	D955	5	190.0	813		
X D19/D955	35	D955	3.5	193.5	654		
X D54/D51	35	D51	6.5	200.0	400		
Châteaudouble	35	D51	1	201.0			
Cote 612	35	D51	3	204.0	612		
Ampus	35	D51/D49	6	210.0	540		
X D49/D51	35	D51	2.5	212.5			
St Pierre de Tourtour	34	D51	2.5	215.0			
Tourtour	34	D51	3	218.0	630		
Villecroze	34	D51/D560	6	224.0	310		
Salernes ©	34	D31	4.5	228.5	260	11h47	20h16
Entrecasteaux	34	D31	8	236.5			
X D31/D562	34	D562	5	241.5			
Carcès	34	D562	3	244.5	130		
X D45/D562	34	D562	5.5	250.0			
X D22/D562	34	D562	3.5	253.5			
Le Val	34	D554	3	256.5			
Brignoles	47	N7/D12	5	261.5	220		
Camps la Source	47	D12/554	5	266.5			
X D12/D554	47	D554/D43	3	269.5	306		
Forcalqueiret	47	D12	6	275.5			
Rocbaron	47	D12	5	280.5			
X D12/D40	47	D40	1.5	282.0	433		
Cuers	47	N97	10.5	292.5	358		
Solliès-Pont	47	N97	6	298.5			
La Farlède	47	D67	3	301.5			
La Garde	46	FIN	8	309.5	30	14h00	01h00
							le 17/5

Départements traversés : 83 - 04

Dénivelée : 3424 m



309,5 km
Denivelée : 3420 m
Départements : 83 - 04

BRM 300 km
du T.P.G
16/05/2009