



Nom du parcours :	BRM 300 km	N° homologation :	2012 CO 01
Société organisatrice :	TRIPLE PLATEAU GARDEEN	Code ACP	FR835626
Nom du responsable :	GAUTHIER Claudy	Ligue :	Côte d'Azur
Adresse du responsable :	04 94 21 29 89 - 06 60 74 36 66	Brevet de	300 km Km 301
	28, Chemin de Ste Musse - 83130 - LA GARDE	Date :	21-avr-12
Lieu de départ :	Complexe Sportif Guy Moquet 1	Heure de départ :	05:00
Chemin de la Planquette - LA GARDE - SECOURS : SAMU 15 - POLICE 17- POMPIERS 18 - URGENCES 112			

Dénivelée : 3250 m - Départements : 83 - 04 Tarifs : FFCT 6 € - Autres 9 € - Option médaille : 5 €

Contr.

C

LOCALITES	Carte MICHELIN		Numéro de Route	KM PARTIEL	KM TOTAL	Altitude	CONTROLES	
	N°	Pli N°					Ouverture	Fermeture
La Garde	245	46	D29	0,0	0	30	5:00	6:00
La Crau	245	47	D29	5,0	5	44		
X D29/D12	245	47	D12	5,0	10	29		
Pierrefeu du Var	245	47	D12/D13	7,0	17	90		
Carnoules	245	47	D13	12,0	29	205		
Besse sur Isoles	245	47	D13	7,0	36	249		
X N7/D13	245	47	D13	4,0	40	240		
Cabasse	245	34	D13	7,0	47	198		
X D13/D79	245	34	D79	3,0	50	189		
Abbaye du Thoronet	245	34	D79	4,0	54			
Le Thoronet	245	34	D79/D17	4,5	58,5	127		
X D17/D562	245	34	D562	6,0	64,5	150		
Lorgues ©	245	35	D562	4,0	68,5	140	7:01	9:34
X D57/D562	245	35	D562	7,5	76	225		
X D562/D557	245	35	D557/D955	2	78	243		
Draguignan	245	35	D562	3	81	178		
X D562/D54	245	35	D54	9	90	249		
Figanières (à coté)	245	35	CV	3	93	285		
Callas	245	35	D25	4	97	398		
Col de Bousague (83)	245	35	D25	1,5	98,5	431		
Bargemon	245	35	D25	4,5	103	484		
Col du Bel Homme (83)	245	35	D25	8	111	915		
X D37/D25	245	35	D25	8,5	119,5	910		
X D25/D21	245	35	D21	2,5	122	927		
La Bastide	245	36	D21	2,5	124,5	959		
Col de Clavel (83)	245	36	D21/D52	2	126,5	1060		
La Martre	245	35	D52	4	130,5	984		
Châteauevieux	245	35	D52	2	132,5	1025		
Col de Siron (83)	245	35	D52	2	134,5	965		
Brenon (à coté)	245	35	D52	2	136,5	915		
X D52/D252	245	35	D252	3	139,5	804		
Le Bourguet	245	35	D252	2	141,5	840		
St Thyrese	245	35	D252/D102	5	146,5	1040		
Castellane ©	245	35	N85/D952	8	154,5	721	9:33	15:18
Pont de Soleils	245	35	D952	12	166,5	652		
X D17/D952	245	35	D952	5,5	172			
X D23/D952	245	35	D952	6	178			
La Pallud sur Verdon	245	35	D952	1,5	179,5	833		
Col d'Ayen (04)	245	34	D952	2,5	182	1032		
Col de l'Olivier (04)	245	34	D952	5	187	711		
X D952/D957	245	34	D957	8,5	195,5	527		
X D19/D957	245	34	D957	7	202,5	503		
X D71/D957	245	34	D957	3,5	206	499		

C

Contr.	LOCALITES	Carte MICHELIN		Numéro de Route	KM PARTIEL	KM TOTAL	Altitude	CONTROLES	
		N°	Pli N°					Ouverture	Fermeture
	X D619/D957	245	34	D957	7	213	685		
	X D49/D957	245	34	D957	5	218	706		
	Cote 784	245	34	D957	1,5	219,5	784		
	Aups	245	34	D957/D22	6	225,5	525		
C	Sillans la Cascade	245	34	D22/D13	9	234,5	364	11:58	20:38
	Cotignac	245	34	D13	6	240,5	262		
	X D13/D22	245	34	D22	2	242,5			
	Montfort sur Argens	245	34	D22	5,5	248	159		
	X D46/D22	245	34	D22	2	250			
	Le Val	245	34	D554	3	253			
	Brignoles	245	47	D554	3,5	256,5	220		
	X Déviation/DN7	245	47	Déviation/D12	1,5	258			
	Camps la Source	245	47	D12	3	261			
	X D12/D43	245	47	D43	3	264	306		
	Forcalquieret	245	47	D12	3	267	296		
	Rocbaron	245	47	D12	5	272	383		
	X D12/D40	245	47	D40	1,5	273,5	433		
	X D43/D40	245	47	D40	8,5	282			
	Cuers	245	47	DN97	2	284			
	Solliès-Pont	245	47	DN97	7	291	84		
	La Farlède	245	47	DN97	2,5	293,5	70		
	X DN97/D554	245	47	D554	1	294,5	53		
	X D554/D67	245	47	D67	1	295,5	44		
C	La Garde	245	46	FIN	5,5	301	30	14:02	20:30