



Nom du parcours : **BRM 400 km** N° homologation : **2009 CO 01**

Société organisatrice : **TRIPLE PLATEAU GARDEEN** Code ACP : **FR835626**
 Nom du responsable : **GAUTHIER Claudy** Ligue : **Côte d'Azur**
 Adresse du responsable : **28, Avenue Louis Masson - 83130 - LA GARDE** Brevet de **400 km** Km **402**
 Date : **15/06/2013**
 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 : 3300 m - Départements : 83 - 04 Tarifs : FFCT 3 € - Autres 5 € - Option médaille : 5 €

Contr.
 C

LOCALITES	Carte MICHELIN		Numéro de Route	KM PARTIEL	KM TOTAL	Altitude	CONTROLES	
	N°	Pli N°					Ouverture	Fermeture
Départ : La Garde	245	46	N98	0,0	0	30	5:00	6:00
La Bayorre	245	47	N98	6,0	6	49		
Hyères	245	47	N98	3,0	9	38		
X D12/D559A	245	47	D559A	3,0	12	6		
La Londe	245	47	D559A	6,0	18	22		
X D559A/D98	245	47	D98	7,0	25	75		
X D559/D98	245	47	D98		25	73		
Col du Gratteloup (83)	245	48	D98	3,5	28,5	199		
La Môle	245	48	D98	12,0	40,5	30		
Cogolin (à côté)	245	48	D98	9,0	49,5	7		
La Foux	245	48	D559	4,0	53,5	13		
St Pons	245	48	D559	2,0	55,5	8		
Beauvallon	245	49	D559	2,5	58			
Ste Maxime	245	49	D559	5,0	63	4		
La Nartelle	245	49	D559	3,5	66,5	6		
Val d 'Esquières	245	49	D559	2,5	69			
Les Issambres	245	49	D559	4,0	73	5		
St Aygulf	245	49	D559/D98B	4,0	77	14		
Fréjus	245	36	DN7/D4	7,0	84	8		
Bagnols en Forêt	245	36	D4	19,0	103	280	8:02	11:52
St Paul en Forêt	245	36	D4	6,5	109,5	298		
X D562/D563 (Quatre chemins)	245	36	D563	4,5	114	249		
X D19/D563	245	36	D563	3,0	117	261		
Fayence	245	36	D563	2,0	119	352		
Col de Bourigaille (83)	245	36	D563	7,0	126	751		
Mons	245	36	D563	6,5	132,5	808		
Col de Valferrière (06)	245	36	D6085	12,5	145	1169		
X D79/N85	245	36	D6085	3,0	148	1100		
X D81/N85	245	36	D6085	2,0	150	1081		
Le Logis du Pin	245	36	D6085	5,0	155	1021		
Le Mousteiret	245	36	D4085	2,5	157,5	1073		
Col de Luens (04)	245	35	D4085	7,5	165	1054		
La Bâtie					165	957		
La Garde	245	35	D4085	3,0	168	917		
Chaudanne	245	35	D4085	3,0	171	778		
Castellane	245	35	D4085	3,0	174	732		
X D4085/D955					174	747		
Col du Cheiron (04)	245	22	D955	5,0	179	890		
Barrage de Castillon	245	22	D955	3,0	182	884		
X D955/N202	245	22	N202	4,5	186,5	915		
St André les Alpes	245	22	N202	7,5	194	902	10:42	17:56

C

C

Contr.	LOCALITES	Carte MICHELIN		Numéro de Route	KM PARTIEL	KM TOTAL	Altitude	CONTROLES	
		N°	Pli N°					Ouverture	Fermeture
	Col des Robines (04)	245	22	N202	2,0	196	988		
	Moriez	245	22	N202	1,5	197,5	906		
	La Basse Palud	245	22	N202	7,0	204,5	739		
	Barrême	245	22	N202	2,0	206,5	733		
	Chaudon-Norante	245	21	N85	7,0	213,5	683		
	Chabrières	245	21	N85	5,0	218,5	621		
	X D907/N85 (Châteauredon)	245	21	N85	6,0	224,5	623		
	Col de l'Orme (04)	245	21	N85	3,0	227,5	734		
	Pont (avant Digne les Bains)	245	21	N85	7,5	235	580		
	Les Grillons	245	21	N85	9,0	244	509		
	Malijai	245	20	N85	7,0	251	429		
	X D4/N85					251	432		
C	Château-Arnoux	245	20	D4096	7,0	258	452	12:42	22:12
	St Auban	245	20	D4096	4,0	262	478		
	X D4096/D4A	245	20	D4A	3,5	265,5	410		
	Les Méés	245	20	D4	2,5	268	416		
	Dabisse					268	376		
	Oraison	245	20	D4	15,0	283	374		
	X D907/D4	245	33	D4	4,0	287	339		
	Le Bars					287	336		
	X D907/D6/D4	245	33	D4	12,0	299	294		
	X D82/D4			D4/D554		299	290		
C	Vinon sur Verdon	245	33	D554/D952/D554	10,5	309,5	276	14:18	1:38
	Ginasservis	245	33	D23	8,0	317,5	425		
	X D23/D3			D3		317,5	326		
	Rians	245	33	D3	13,0	330,5	359		
	X D23/D3	245	33	D3	3,5	334	448		
	Ollières	245	33	D3	15,5	349,5	335		
	St Maximin	245	33	DN7	3,5	353	313		
	X DN7/D205			D205		353	310		
	Tourves	245	46	D205/N7	7,5	360,5	292		
	X DN7/D1	245	46	D1/D205	1,0	361,5	270		
	X DN7/D205	245	46	D205	4,0	365,5	264		
	Cote 420					365,5	420		
	La Roquebrussanne	245	46	D5	7,0	372,5	372		
	X D554/D5	245	46	D5	4,0	376,5	325		
	Méounes	245	46	D554	3,0	379,5	281		
	Le Martinet	245	46	D554	2,0	381,5	224		
	Belgentier	245	46	D554	3,5	385	176		
	Solliès-Toucas	245	46	D554	5,0	390	101		
	Solliès-Pont	245	47	D554	2,5	392,5	83		
	La Farlède	245	47	D554	3,0	395,5	78		
C	La Garde	245	46	FIN	6,5	402	30	17:12	8:00