



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 :	04 94 21 29 89 - 06 60 74 36 66	Brevet de	400 km Km 403
	28, Avenue Louis Masson - 83130 - LA GARDE	Date :	09-mai-15
Lieu de départ :	Complexe Sportif Guy Moquet 1	Heure de départ :	05:00
	Chemin de la Planquette - LA GARDE - SECOURS : SAMU 15 - POMPIERS 18 - URGENCES 112 (tous les portables)		

Dénivelée : 3350 m - Départements : 83 - 04 - 06 Tarifs : FFCT 3 € - Autres 5 € - Option médaille : 5 €

Contr.

C

LOCALITES	Carte MICHELIN	Numéro de Route	KM PARTIEL	KM TOTAL	Altitude	CONTROLES	
	N° 527					Ouverture	Fermeture
La Garde (Guy Moquet 1)	527	D67/D554/D554E	0,0	0	30	5:00	6:00
La Farlède	527	D554	7,0	7	90		
Solliès-Pont	527	D554	3,0	10	83		
Solliès-Toucas	527	D554	2,5	12,5	106		
Belgentier	527	D554	5,0	17,5	165		
Le Martinet	527	D554	3,5	21	217		
Méounes	527	D554	2,0	23	275		
X D554/D5	527	D5	3,0	26	323		
La Roquebrussanne	527	D5	4,0	30	358		
X D5/D205	527	D205	7,0	37	266		
X DN7/D205	527	D205	4,0	41	270		
Tourves	527	D205/DN7	1,0	42	290		
St Maximin (dir. Rians)	527	D3	7,5	49,5	294		
Ollières	527	D3	4,0	53,5	328		
X D23/D3	527	D3	15,5	69	440		
Rians	527	D3/D23	3,5	72,5	357		
Ginasservis	527	D554	13,0	85,5	407		
Vinon sur Verdon ©	527	D554/D4	8,0	93,5	279	7:45	11:14
X D907/D4 (dir. Oraison)	527	D4	10,0	103,5	294		
X D907/D4	527	D4	12,0	115,5	339		
Oraison	527	D4	4,0	119,5	349		
Les Mées (traverser la Durance)	527	D4A	15,0	134,5	405		
X D4A/D4096	527	D4096	2,0	136,5	416		
St Auban	527	N85	3,5	140	460		
Château-Arnoux © (dir. Digne)	527	N85	4	144	440	9:14	14:36
Malijai	527	N85	7	151	426		
Les Grillons	527	N85	7,5	158,5	512		
Digne les Bains (dir. Grasse)	527	N85	9,5	168	608		
Col de l'Orme (04)	527	N85	8	176	734		
Châteauredon (à coté)	527	N85	3	179	664		
Chabrières	527	N85	6	185	621		
Chaudon-Norante	527	N85	5	190	683		
Barrême (dir. St André les A.)	527	N202	7	197	721		
La Basse Palud	527	N202	2	199	739		
Moriez	527	N202	7,5	206,5	908		
Col des Robines (04)	527	N202	1,5	208	988		
St André les Alpes ©	527	N202	2	210	894	11:12	19:00
X N202/D955 (dir. Castellane)	527	D955	8	218	915		
Barrage de Castillon	527	D955	5	223	882		
Col du Cheiron (04)	527	D955/D4085	3	226	890		
Castellane (dir. Grasse)	527	D4085	5	231	724		
Chaudanne	527	D4085	3	234	736		

C

Contr.

C

LOCALITES	Carte MICHELIN	Numéro de Route	KM PARTIEL	KM TOTAL	Altitude	CONTROLES	
	N° 527					Ouverture	Fermeture
La Garde	527	D4085	3	237	927		
Col de Luens (04)	527	D4085	3	240	1054		
Le Mousteiret	527	D4085	7,5	247,5	1080		
X D2211/N85	527	D4085	2	249,5	1023		
Le Logis du Pin	527	D4085	0,5	250	1023		
X D81/D6085	527	D6085	5	255	1081		
X D79/D6085	527	D6085	2	257	1093		
Col de Valferrière (06)	527	D6085	3	260	1169		
Mons (<i>dir.Fayence</i>)	527	D563	12,5	272,5	808		
Col de Bourigaille (83)	527	D563	6,5	279	751		
Fayence © (<i>dir.Fréjus</i>)	527	D563	7	286	325	13:34	00:04 le 25/5
X D19/D563	527	D563	2	288	230		
X D562/D563	527	D563	3	291	244		
St Paul en Fôret	527	D4	4,5	295,5	320		
Bagnols en Fôret	527	D4	6,5	302	285		
Fréjus (<i>dir.Ste Maxime</i>)	527	D98B/D559	18,5	320,5	20		
St Aygulf	527	D559	6,5	327	15		
Les Issambres	527	D559	4	331	6		
Val d 'Esquières	527	D559	4	335			
La Nartelle	527	D559	2,5	337,5	6		
Ste Maxime	527	D559	3,5	341	5		
Beauvallon	527	D559	4,5	345,5			
St Pons	527	D559	2,5	348	5		
La Foux (<i>dir. La Môle</i>)	527	D98	2	350	4		
Cogolin (<i>à coté</i>)	527	D98	3,5	353,5	10		
La Môle	527	D98	9	362,5	26		
Col du Gratteloup (83)	527	D98	12	374,5	199		
X D559/D98	527	D98 ou piste cycl	3,5	378	76		
La Londe	527	D559 ou piste cycl	7	385	22		
X D12/D559	527	D98	6	391			
Hyères(<i>centre ville, puis dir Toulon</i>)	527	D98	3	394	38		
La Bayorre	527	D98	3	397	43		
La Garde	527	FIN	6	403	30	17:14	08:00 le 25/5

C

C

**Si vous abandonnez, prévenez-nous
06 60 74 36 66 ou laissez un message**

