



Nom du parcours :	BRM 200 km	N° homologation :	2006 CO 01
Société organisatrice :	TRIPLE PLATEAU GARDEEN	Code ACP :	FR835626
Nom du responsable :	GAUTHIER Claudy	Ligue :	COREG 12
Adresse du responsable :	04 94 21 29 89 - 06 60 74 36 66	Brevet de	200 km Km 203
	28, Avenue Louis Masson - 83130 - LA GARDE	Date :	23-Mar-19
Lieu de départ :	Complexe Sportif Guy Moquet 1 - Chemin de la Planquette	Heure de départ :	7:00
LA GARDE	SECOURS : SAMU 15 - POMPIERS 18 - URGENCES 112 (tous les portables)		

Dénivelée : 2300 m - Département : 83 - 04 Tarifs : FFCT 6 € - Autres 9 € - Option médaille : 6 €

Contr.	LOCALITES	Carte MICHELIN	Numéro de Route	KM PARTIEL	KM TOTAL	Altitude	CONTROLES	
							Ouverture	Fermeture
C	La Garde (Guy Moquet 1)	527	D67	0.0	0	30	7:00	8:00
	La Farlède (centre)	527	D67	5.0	5	75		
	Le Logis Neuf	527	N97/CV	3.0	8	74		
	Solliès Toucas	527	D554	3.5	11.5	99		
	Belgentier	527	D554	5.5	17	159		
	Le Martinet	527	D554	4.0	21	218		
	Méounes	527	D554/D5	2.0	23	270		
	X D554/D5	527	D5	2.5	25.5	324		
	La Roquebrussanne	527	D64	4.0	29.5	360		
	X D5/D64 (gauche)	527	D64	1.0	30.5	374		
	Cote 500	527	D64	4.0	34.5	500		
	Mazaugues	527	D64	1.5	36	385		
	X D95/D64 (droite)	527	D64	1.0	37	386		
	Cote 449	527	D64	3.5	40.5	449		
	X D1/D64 (en face)	527	D64	2.5	43	338		
	X D560a/D64 (en face)	527	D64	6.0	49	335		
	X D64/D560 (droite)	527	D560	0.5	49.5	320		
	X D560/DN7	527	DN7	0.5	50	311		
	St Maximin (Centre)	527	D2560	0.5	50.5	298		
	X D2560/D560	527	D560	0.5	51	287		
	X D560/D70 (gauche)	527	D70	0.5	51.5	288		
	Seillons Source d'Argens (à côté)	527	D70	5.0	56.5	337		
C	Cote 489 - Contrôle 1 ©	527	D70	3.5	60	489	8:46	11:00
	X D470/D70	527	D70	7.0	67	479		
	Cote 545	527	D70	1.5	68.5	545		
	Esparron (X D561- en face)	527	D70	2.5	71	430		
	X D30/D70	527	D70	6.0	77	334		
	X D70/D23	527	D23	3.0	80	339		
	Ginasservis	527	D23	2.0	82	413		
	X D23/D554	527	D554	0.5	82.5	407		
	Vinon sur Verdon	527	D952	8.5	91	273		
	X D554/D952 (droite)	527	D952	1.0	92	272		
	Gréoux les Bains (droite)	527	D8	8.0	100	329		
	Pont sur le Verdon	527	D8/D35	0.5	100.5	311		
	St Pierre	527	D35	11.0	111.5	442		
C	X D36/D35 - Contrôle 2 ©	527	D35	2	113.5	493	10:20	14:34
	X D35/D554	527	D554	2.5	116	481		
	La Verdière	527	D554	3.5	119.5	430		
	Varages (droite)	527	D561	5.5	125	351		
	X D561/D35 (gauche)	527	D35	0.5	125.5	330		
	Brue-Auriac (droite)	527	D35	10	135.5	261		
	X D560/D35 (gauche)	527	D560	2.5	138	303		
	Bras	527	D28	6	144	270		
	X D35/D28 (gauche)	527	D28	3	147	340		
	Le Val	527	D554	8	155	245		

Contr.	LOCALITES	Carte MICHELIN	Numéro de Route	KM PARTIEL	KM TOTAL	Altitude	CONTROLES	
							Ouverture	Fermeture
	Brignoles (avant et à droite)	527	DN7	3.5	158.5	215		
	X DN7/D12 (en face)	527	D12	1.5	160	220		
	Camps la Source	527	D12	3.5	163.5	270		
c	Contrôle 3 ©	527	D12	0.5	164	267	11:49	17:56
	X D212/D12	527	D12	1	165	280		
	X D12/D43 (gauche)	527	D43	2	167	307		
	X D43/D554 (droite)	527	D554	1.5	168.5	308		
	Forcalqueiret	527	D554	2	170.5	297		
	X D554/D12 (gauche)	527	D12	0.5	171	300		
	X D43/D12 (en face)	527	D12	1	172	313		
	Rocbaron	527	D12	3.5	175.5	378		
	X D40/D12 (droite)	527	D40	1.5	177	434		
	X D43/D40 (en face)	527	D40	8	185	188		
	Cuers (centre)	527	D97	2	187	142		
	Solliès Pont centre	527	D97	7	194	83		
	Le Logis Neuf	527	D97	1.5	195.5	74		
	La Farlède (gauche dir.La Crau)	527	D554E	0.5	194.5	75		
	X D554E/D554	527	D554A	2	196.5	53		
	La Crau (dir.La Garde)	527	D29	2	198.5	45		
	X D29/D98	527	D98/Chem. Planquette	3.5	202	33		
c	La Garde (Guy Moquet 1)	527	FIN	1	203	30	12:56	20:30

Si vous abandonnez, tél au 06 60 74 36 66

SITUATION DES CONTROLES

C1 : 3,5 km après Seillons Source d'Argens sur D70.

C2 : 2 km après St Pierre - Carrefour D36/D35.

C3 : Parking - 0,5 km après Camps la source sur D12.

IMPORTANT

Je respecte le code de la route en toute circonstance.

Le parcours est classifié rouge : 2300 m de dénivelée et 203 km.

Je reconnais être apte physiquement pour effectuer cette randonnée.

J'atteste sur l'honneur avoir pris connaissance des difficultés sur lesquelles je m'engage.

Signature du participant