

- Niveau Cool : < 60 kms, D+ < 600 m
- Niveau Moyen : 60 < x > 70 kms, D+ 600 < x > 800 m
- Niveau Moyen + : 70 < x > 80 kms, D+ 800 < x > 1000 m
- Niveau Soutenu : > 80 kms, D > 1000 m

CIRCUIT du 05 09 2019 : Direction Saulnot

| | | |
|---|---|--|
|  | Petit parcours : Niveau : Moyen Distance : 48 kms Dénivelé : D+ 590 m Trace Gpx : 10769516 (open Runner) |  |
| | Grand parcours : Niveau : Moyen + Distance : 74 kms Dénivelé : D+ 680 m Trace Gpx : 10769526 (open Runner) | FICHE 008 |

Détail du petit parcours :

Serzian, Le Malsaucy, Evette-Salbert, Le Thiamont, Frahier, Echavanne, Chenebier, Etobon, D438, La Vieille Coupe, Luze, Echenans, Brévilliers, Banvillars, Dorans, Sévenans, Andelnans, Serzian



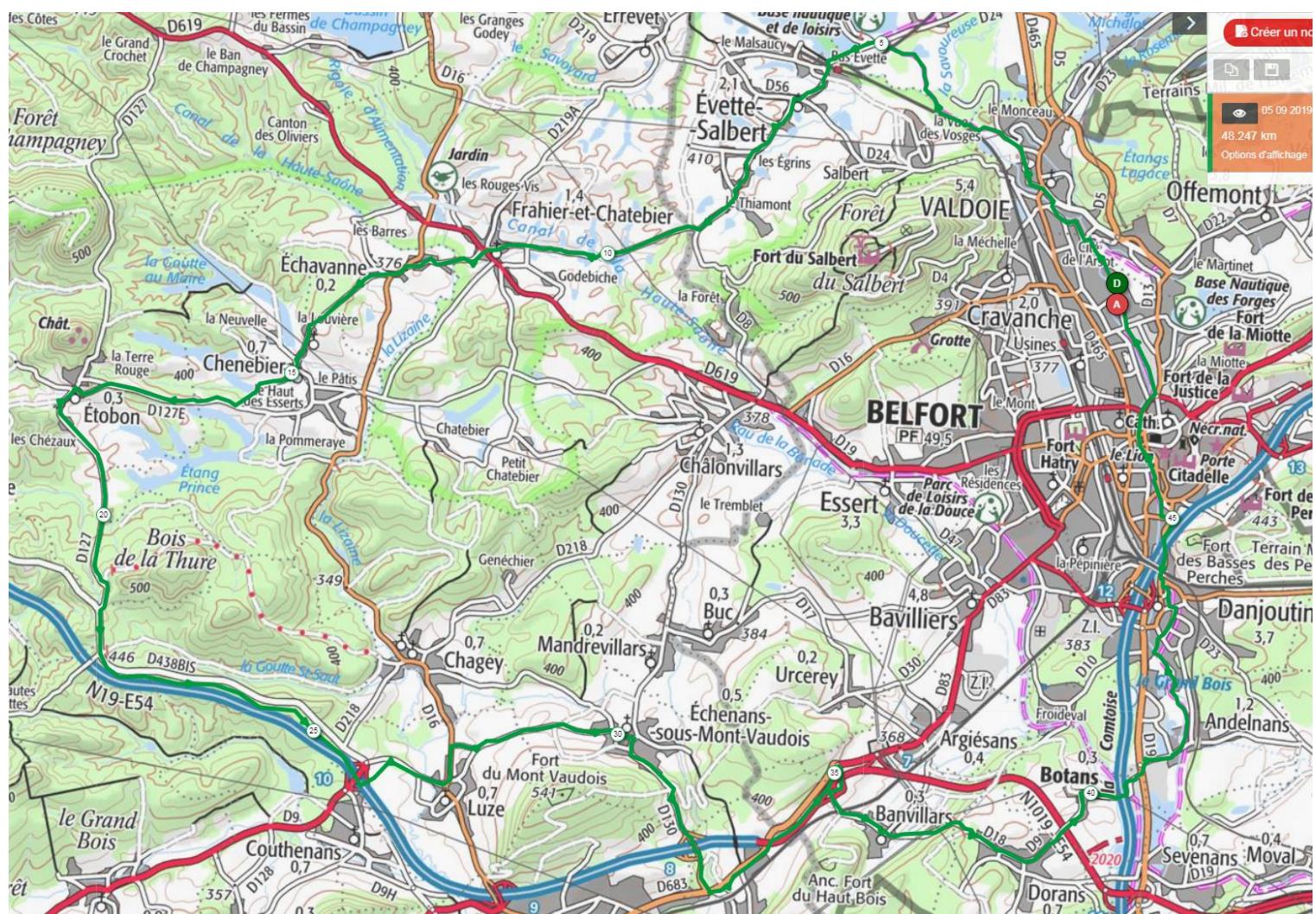
Détail du grand parcours :

Serzian, Le Malsaucy, Evette-Salbert, Le Thiamont, Frahier, Echavanne, Chenebier, Etobon, Belverne, Courmont, Saulnot, Chavanne, Le Vernoy, Aibre, Trémoins, Verlans, Byans, St Valbert, Luze, Echenans, Brévilliers, Banvillars, Dorans, Sévenans, Andelnans, Serzian.



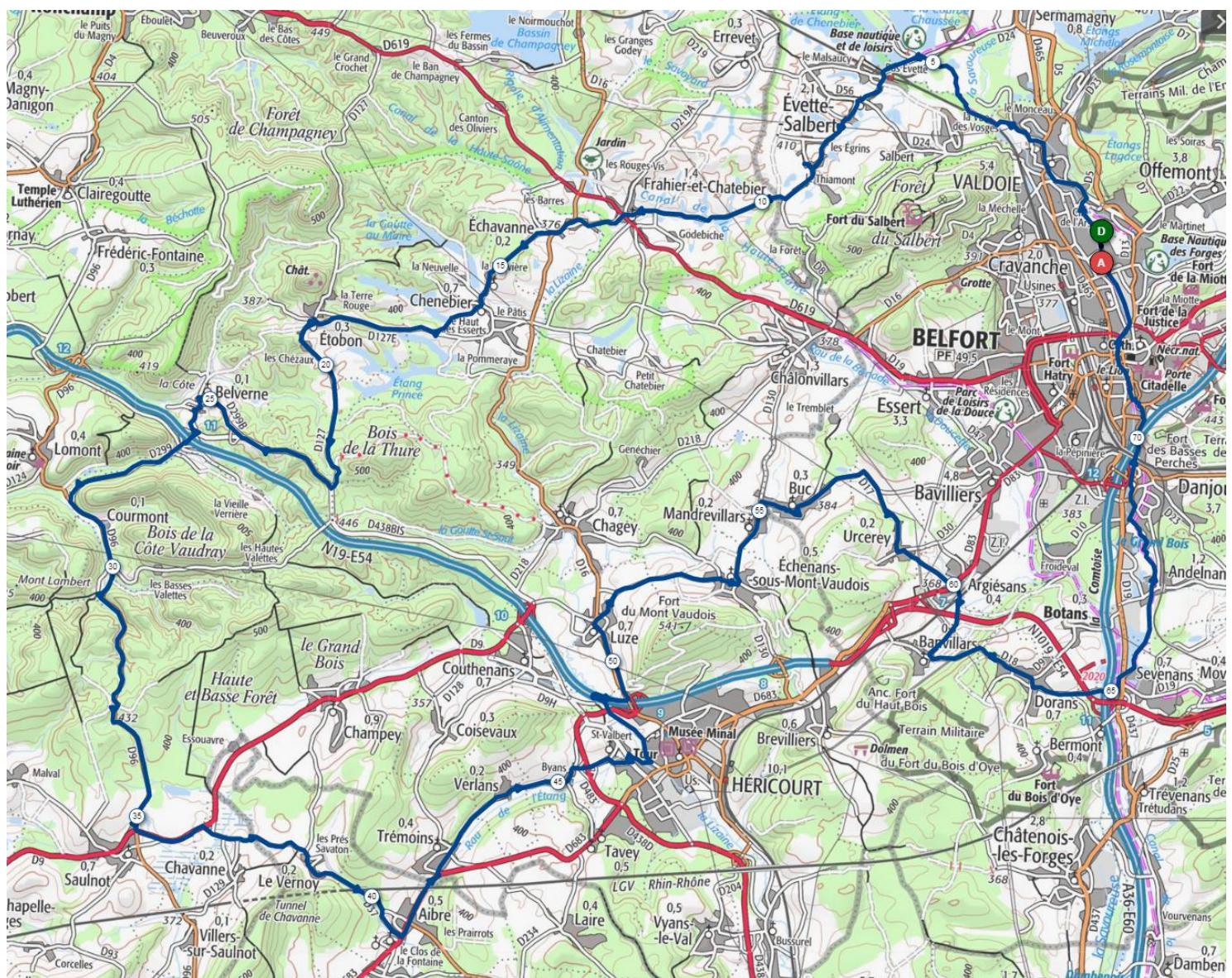
- Niveau Cool : < 60 kms, D+ < 600 m
- Niveau Moyen : 60 < x > 70 kms, D+ 600 < x > 800 m
- Niveau Moyen + : 70 < x > 80 kms, D+ 800 < x > 1000 m
- Niveau Soutenu : > 80 kms, D > 1000 m

Petit parcours :



- Niveau Cool : < 60 kms, D+ < 600 m
 - Niveau Moyen : 60 < x > 70 kms, D+ 600 < x > 800 m
 - Niveau Moyen + : 70 < x > 80 kms, D+ 800 < x > 1000 m
 - Niveau Soutenu : > 80 kms, D > 1000 m

Grand parcours :



Niveau Cool : < 60 kms, D+ < 600 m

Niveau Moyen : 60 < x > 70 kms, D+ 600 < x > 800 m

Niveau Moyen + : 70 < x > 80 kms, D+ 800 < x > 1000 m

Niveau Soutenu : > 80 kms, D > 1000 m

Les deux parcours

