

Départ - St Appolinaire - 11.5km	1:23:24	7:11 min/km	22 /139	21 /127
St Appolinaire - St Just d'Avray - 15.2km	1:46:44	7:04 min/km	10 /135	10 /124
St Just d'Avray - Chambost Allière - 11.5km	1:45:29	9:05 min/km	28 /121	25 /111
Chambost Allière - Lamure sur Azergues - 13km	2:06:25	9:52 min/km	24 /118	23 /108
Lamure sur Azergues - Ferme de Valtore - 13km	2:15:11	10:19 min/km	24 /121	23 /110
Ferme de Valtore - Ferme de l'espoir - 16km	2:31:24	9:34 min/km	20 /112	20 /101
Ferme de l'espoir - St Just d'Avray - 17.8km	2:43:24	9:10 min/km	22 /106	22 /97
St Just d'Avray - Grand Mont - 5km	40:54	8:31 min/km	14 /91	14 /84
GrandMont - Montée	06:15	31:10 min/km	30 /90	30 /85
Grand Mont - Arrivée - 5.7km	42:25	7:34 min/km	53 /95	51 /90

### Intermédiaires

	Heure du jour	Temps brut	Temps net	Secteur	Vitesse	Général
Partis	21:06:26	00:02	00:02			10 /146
Saint Appolinaire - Départ Ravitaillement - km 11.5	22:29:48	1:23:24	1:23:24	1:23:24	7:11 min/km	22 /139
Saint Just d'Avray - Arrivée Ravitaillement - km 26.8	1:00:16:33	3:10:08	3:10:08	1:46:44	7:04 min/km	13 /140
Saint Just d'Avray - Départ Ravitaillement - km 26.8	1:00:24:25	3:18:00	3:18:00	07:52	26:13 min/km	17 /132
Chambost Allière - Arrivée Ravitaillement - km 38.4	1:02:02:02	4:55:37	4:55:37	1:37:37	8:38 min/km	15 /121
Chambost Allière - Départ Ravitaillement - km 38.4	1:02:02:36	4:56:11	4:56:11	00:34	2:50 min/km	13 /130
Lamure sur Azergues - Arrivée Ravitaillement - km 51.4	1:04:09:00	7:02:36	7:02:36	2:06:25	9:52 min/km	15 /120
Lamure sur Azergues - Départ Ravitaillement - km 51.4	1:04:39:55	7:33:31	7:33:31	30:55	154:32 min/km	24 /125
Ferme de Valtorte - Arrivée Ravitaillement - km 64.7	1:06:55:06	9:48:42	9:48:42	2:15:11	10:19 min/km	23 /129
Ferme de Valtorte - Départ Ravitaillement - km 64.7	1:07:04:22	9:57:58	9:57:58	09:16	23:10 min/km	22 /114
Ferme de l'Espoir - Arrivée Ravitaillement - km 80.9	1:09:35:46	12:29:22	12:29:22	2:31:24	9:34 min/km	21 /124
Ferme de l'Espoir - Départ Ravitaillement - km 80.9	1:09:49:52	12:43:28	12:43:28	14:06	70:30 min/km	22 /115
Saint Just d'Avray - Arrivée Ravitaillement - km 98.9	1:12:33:16	15:26:52	15:26:52	2:43:24	9:10 min/km	21 /109
Saint Just d'Avray - Départ Ravitaillement - km 98.9	1:12:44:37	15:38:13	15:38:13	11:21	56:44 min/km	23 /104
Grand Mont - Arrivée Ravitaillement - km 103.9	1:13:25:32	16:19:07	16:19:07	40:54	8:31 min/km	19 /93
Grand Mont - Départ Ravitaillement - km 103.9	1:13:31:46	16:25:22	16:25:22	06:15	31:10 min/km	19 /95
Ligne d'Arrivée - km 110	1:14:14:11	17:07:47	17:07:47	42:25	7:34 min/km	23 /111