RANDONNEE (mardi 02 Avril 2024)

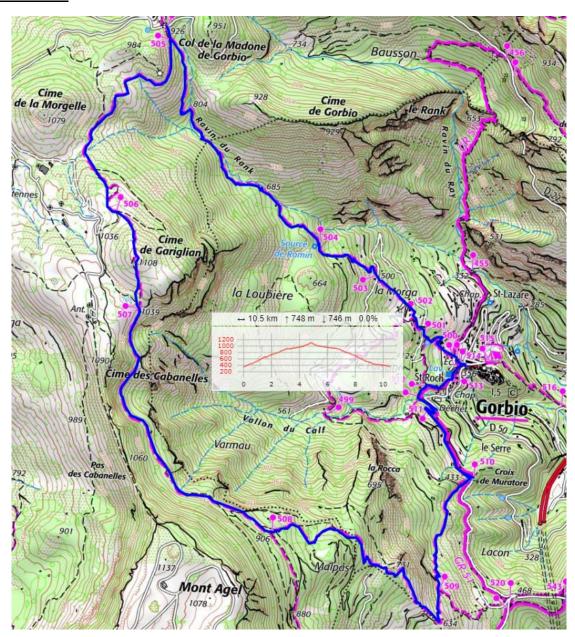
Circuit des CABANELLES (GORBIO)

GROUPE DE MARCHE UNIQUE

ALLURE MOYENNE

(10,5km: 750m)

PRÉSENTATION



Boucle D/A GORBIO: Parking Village, B500, B501, B502, B503, B504, B505, B557/Col de la Madone; Retour Ouest: B506, B507, B508, B509, B510, B511, B512, B513, B514, Parking.

Index IBP : 75

PDM

PDM Circuit des CABANELLES (SIAM) (Allure Moyenne)										Plat/Moyenne : 3km/h = 50m/mn Montée (pente ≥ 10%) : 300m/h = 5m/mn Descente (pente ≥ 10%) : 360m/h = 6m/mn				
Date: 02 Avril 2024 Vit. moy. (m/h):			3000	Montée	e (m/h): e>10%	300		nte (m/h): nte >10%	360	Carte IGN TOP25:				
Points de passage				Temps			Dénivelés		D	Distances		Déroulement		
Ν°	Description	A Ititude	Heure	Temps étape	Cumul	Reste	Positif Négatif	Cumul	Distance étape	Cumul	Reste	Azimut	O bse rva tions	Pause
1	GORBIO/B500	360	09:30								10500	NO	DÉPART	
2	B503	500	09:58	00:28	00:28	07:22	140	140	850	850	9 650	NO	Inter Piste N-S	00:10
3	B505	916	11:31	01:23	02:01	06:44	416	556	2 150	3 000	7 500	NO	Inter Sentier Retour	
4	Col Madone	926	11:33	00:02	02:03	05:21	10	566	100	3 100	7 400	S	Inter D22	00:10
5	B506	1050	12:12	00:29	02:42	05:09	124	690	1 450	4 550	5 950	S	Inter Sentier E-O	
6	Cîm e GARIGLIAN	1108	12:23	00:11	02:53	04:40	58	748	300	4 850	5 650	S	(Sud>Cabanelles)	01:00
7	B508	906	14:03	00:40	04:33	03:29	-202	-202	2 000	6 850	3 650	E-SE	Bifurc Gche	
8	B509	586	14:56	00:53	05:26	02:49	-320	-522	1 650	8 500	2 000	N	tt Droit	
9	B510	546	15:11	00:15	05:41	01:56	-40	-562	750	9 250	1 250	NO	Croix de Muratore	00:10
10	GORBIO/B500	360	15:52	00:31	06:22	01:31	-186	-748	1 250	10 500	0		ARRIVÉE	

COVOITURAGE:

35km; 0h50

Départ Tourrette-Levens : 08h30 ; St André-de-la-Roche : 08h50 ; (La Turbie) Gorbio :

09h15;

Départ Rando/B500 : 09h30.

Participation financière : (à définir).