

LA FRANCE EN COURANT
31 ème Tour du 13 juillet au 27 juillet 2019
mercredi, 17 juillet 2019

4ème Etape

Etape de 190 Km LAVELANET (09) - PIERREFITTE NESTALAS (65)

km				Commune - Lieu Dit	Commune Traversée	ROUTE	Altitude	Heures de passages				
à parcourir	parcours							16km/h	15km/h	14 km/h	13 km/h	12 km/h
				ARIEGE (09)								
0,0	190,0	0,0		Foix				03:00	03:00	03:00	03:00	03:00
	190,0	0,0		Saint Paul de Jarrat				03:00	03:00	03:00	03:00	03:00
	190,0	0,0		St Giron				03:00	03:00	03:00	03:00	03:00
	190,0	0,0		Lacourt	Depart décalé 77,5 Km			03:00	03:00	03:00	03:00	03:00
	190,0	0,0		Lacourt Départ de l'étape		D3		03:00	03:00	03:00	03:00	03:00
0,0	190,0	0,0		Lacourt	Lacourt	D3	420	03:00	03:00	03:00	03:00	03:00
	190,0	0,0			Encourtiech	D3		03:00	03:00	03:00	03:00	03:00
5,0	185,0	5,0		Saint Giron	Saint Giron	D117	390	03:18	03:20	03:21	03:23	03:25
1,5	183,5	6,5		Saint Giron Bd Charles de gaulle	Saint Giron	D618	390	03:24	03:26	03:27	03:30	03:32
4,0	179,5	10,5		Moulis	Moulis	D618	444	03:39	03:42	03:45	03:48	03:52
4,0	175,5	14,5		Engomer	Engomer	D618	462	03:54	03:58	04:02	04:06	04:12
1,5	174,0	16,0		Inter D204 D618	Balaguères	D618	487	04:00	04:04	04:08	04:13	04:20
1,0	173,0	17,0		Inter D404 D618	Cescau	D618	506	04:03	04:08	04:12	04:18	04:25
2,0	171,0	19,0		Audressein	Audressein	D618	520	04:11	04:16	04:21	04:27	04:35
3,0	168,0	22,0		Argein	Argein	D618	530	04:22	04:28	04:34	04:41	04:50
1,5	166,5	23,5		Aucazein	Aucazein	D618	551	04:28	04:34	04:40	04:48	04:57
0,5	166,0	24,0		Illartein	Illartein	D618	565	04:30	04:36	04:42	04:50	05:00
3,0	163,0	27,0		Orgibet	Orgibet	D618	650	04:41	04:48	04:55	05:04	05:15
2,0	161,0	29,0		Augirein	Augirein	D618	520	04:48	04:56	05:04	05:13	05:25
2,0	159,0	31,0		St Lary	St Lary	D618	680	04:56	05:04	05:12	05:23	05:35
1,5	157,5	32,5		HAUTE-GARONNE (31)		D618	733	05:01	05:10	05:19	05:30	05:42
2,0	155,5	34,5		Porte d'Aspet	Porte d'Aspet	D618	870	05:09	05:18	05:27	05:39	05:52
2,5	153,0	37,0		Col Porte d'Aspet	Porte d'Aspet	D618	1070	05:18	05:28	05:38	05:50	06:05
4,0	149,0	41,0		Inter D618 D85	Boutx	D85	634	05:33	05:44	05:55	06:09	06:25
4,5	144,5	45,5		Inter D85 D44 Cote de la Mole	Boutx	D44	781	05:50	06:02	06:15	06:30	06:47
7,0	137,5	52,5		Col de MENTE	Boutx	D44	1346	06:16	06:30	06:45	07:02	07:22
5,5	132,0	58,0		Boutx	Boutx	D44	708	06:37	06:52	07:08	07:27	07:50
	132,0	58,0			Lez		601	06:37	06:52	07:08	07:27	07:50
3,0	129,0	61,0		Saint Béat	Saint Béat	D44	500	06:48	07:04	07:21	07:41	08:05
2,5	126,5	63,5		Marigniac		D44	491	06:58	07:14	07:32	07:53	08:17
1,0	125,5	64,5		Inter D44 D125	Neutralisation D125			07:01	07:18	07:36	07:57	08:22
	125,5	64,5		Décalage 16,5Km				07:01	07:18	07:36	07:57	08:22
	125,5	64,5		Reprise D618	Bagnères-de-Luchon	D618		07:01	07:18	07:36	07:57	08:22
	125,5	64,5			Cazarilh-Laspènes	D618		07:01	07:18	07:36	07:57	08:22
	125,5	64,5			Trébons-de-Luchon	D618		07:01	07:18	07:36	07:57	08:22
4,5	121,0	69,0			Saint-Aventin	D618		07:18	07:36	07:55	08:18	08:45
1,0	120,0	70,0			Castillon-de-Larboust	D618		07:22	07:40	08:00	08:23	08:50
1,5	118,5	71,5			Garin	D618		07:28	07:46	08:06	08:30	08:57
5,5	113,0	77,0		Col de Peyresoude	Portet-de-Luchon	D618		07:48	08:08	08:30	08:55	09:25
0,0	113,0	77,0		HAUTES-PYRENEES (65)		D618		07:48	08:08	08:30	08:55	09:25
5,5	107,5	82,5			Loudenvielle	D618		08:09	08:30	08:53	09:20	09:52
6,0	101,5	88,5		Loudenvielle	Loudenvielle	D618	961	08:31	08:54	09:19	09:48	10:22
				Départ de la 2ème demi étape								
0,0	101,5	88,5		Loudenvielle	Loudenvielle	D25	961	10:15	10:15	10:15	10:15	10:15
2,0	99,5	90,5		Génos	Génos	D25	965	10:22	10:23	10:23	10:24	10:25
1,0	98,5	91,5		Adervielle-Pouchergues	Adervielle-Pouchergues	D25	948	10:26	10:27	10:27	10:28	10:30
0,5	98,0	92,0		Vielle-Louron	Vielle-Louron	D25	950	10:28	10:29	10:30	10:31	10:32
2,5	95,5	94,5		Avajan	Avajan	D618	910	10:37	10:39	10:40	10:42	10:45
3,5	92,0	98,0		Bordères Louron	Bordères Louron	D618	846	10:50	10:53	10:55	10:58	11:02
2,0	90,0	100,0		La Prade	Cazaux-Debat	D618	783	10:58	11:01	11:04	11:08	11:12
4,0	86,0	104,0		Arreau	Arreau	D918	720	11:13	11:17	11:21	11:26	11:32
12,0	74,0	116,0		Col d'Aspin	Aspin-Aure	D918	1489	11:58	12:05	12:12	12:21	12:32
5,5	68,5	121,5		Espiadet	Campan	D918	1096	12:18	12:27	12:36	12:47	13:00
1,0	67,5	122,5		Inter D113 D918	Campan	D918	1080	12:22	12:31	12:40	12:51	13:05
7,0	60,5	129,5		Ste Marie de Campan	Campan	D918	851	12:48	12:59	13:10	13:24	13:40
5,0	55,5	134,5		Gripp	Campan	D918	1227	13:07	13:19	13:32	13:47	14:05
7,5	48,0	142,0		La Mongie	Bagnères-de-Bigorre	D918	1800	13:35	13:49	14:04	14:21	14:42
4,0	44,0	146,0		Col du Tourmalet	Bagnères-de-Bigorre	D918	2115	13:50	14:05	14:21	14:40	15:02
	44,0	146,0			Sers	D918		13:50	14:05	14:21	14:40	15:02
11,0	33,0	157,0		Barèges	Barèges	D918	1200	14:31	14:49	15:08	15:31	15:57
	33,0	157,0			Betpouey	D918		14:31	14:49	15:08	15:31	15:57
	33,0	157,0			Viella	D918		14:31	14:49	15:08	15:31	15:57
	33,0	157,0			Ester	D918		14:31	14:49	15:08	15:31	15:57
8,0	25,0	165,0		Luz Saint Sauveur	Luz Saint Sauveur	D918	711	15:01	15:21	15:42	16:08	16:37
	25,0	165,0			Esquièze-Sère	D921		15:01	15:21	15:42	16:08	16:37
2,0	23,0	167,0		Inter D12 D921	Sassis	D921	650	15:09	15:29	15:51	16:17	16:47
	23,0	167,0			Saligos	D921		15:09	15:29	15:51	16:17	16:47
	23,0	167,0			Chèze	D921		15:09	15:29	15:51	16:17	16:47
	23,0	167,0			Villelongue	D921		15:09	15:29	15:51	16:17	16:47
	23,0	167,0			Soulom	D921		15:09	15:29	15:51	16:17	16:47
	23,0	167,0				D921		15:09	15:29	15:51	16:17	16:47
10,5	12,5	177,5		PIERREFITTE NESTALAS	PIERREFITTE NESTALAS		492	15:48	16:11	16:36	17:05	17:40
				Plus Beau Village de France								