

les vignobles 46 km et 500 m D+			
départs de 12 h à 14 h			
lieux		km	alt
accueil : stade des ASPTT		totaux	
787 chemin de la croix verte	Montbonnot St M		219 m
piste cyclable Botanic center	piste cycles	1	
le pré de l'eau	piste cycles	2	
château du Jayet	piste cycles	3	
le Fangeat	D 11 N	5	
St Nazaire les Eymes / château Cleymes	route vicinale	7	
la Chatelière bas Bernin	"	9	
Crolles les Ardillais	"	12	228 m
plaine de Montfort	"	16	
Lumbin	D 1090	17	
Le Carré	D 1090	18	
La Terrasse	D 30	21	
Tencin	D 523	24	
La Pierre / contrôle	D 250 A	26	
Le Truffat	D 250	28	350 m
Frogès	D 286	30	250 m
Brignoud	D 528	32	
Villard Bonnot / Lancey	D 523	36	
l'île de la Batie	D 165	38	
piste cyclable la Batie	piste cycles	40	
St Ismier / les Plantées	D 11 N	42	
St Martin de Miséréré	D 11 B	44	
Montbonnot la croix verte	D 11	46	

13 h à 17 h