

les vignobles 88 km et 1100 m D+ / openrunner n° 9424619

départs de 10 h à 13 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 / Lavors	route vicinale	7		
la Chatelière bas Bernin	"	10		
Crolles les Ardillais / château de Bernis	"	13	228 m	
plaine de Montfort	"	16		
Lumbin / chemin des Fontanettes	route vicinale	17		
Le Carré / chemin du mas de l'église	X d 1090	20		
La Terrasse / chemin de l'empereur	D 30 d	21		
chemin Empereur / déchetterie	X d 29	25		
tunnel sous D 1090	route vicinale	28		
château du Touvet	route vicinale	29		
St Vincent de Mercuze/contrôle/mairie	route vicinale	30	350 m	12 h à 16 h
Montalieu / chemin du Ria	route vicinale	31		
La Flachère / chemin du tram	route vicinale	33	400 m	
Le Boissieu	D 9	34		
Pont de la Gache / Pontcharra	X d 9 /d 523 b	39	260 m	
ZI Pontcharra / Villard Didier		42		
Le Cheylas gare/piste de l'étang Maupas	piste cycles	45		
Le Villard	D 287	46	352 m	
le Trouillet	D 287 A	49		
L' Abbaye	D 287 A	50		
Le Fontanil	D 287 A	51	651 m	
Moretel de Mailles	D 525	55	433 m	
Goncelin gare	piste cycles	60	250 m	
Tencin / piste cycles	X d 523	65		
La Pierre / contrôle / Mairie	D 250 A	67		12 h à 17 h
Le Truffat	D 250	69	350 m	
Froges	X d 250 /d 523	71	250 m	
Brignoud	D 523	73		
Villard Bonnot / Lancey	X d 523 /d 165	77		
pont sur l'Isère	D 165	79		
voie verte berges de l'Isère	piste cycles	80		
piste du bois Français	piste cycles	82		
voie verte berges de l'Isère	piste cycles	84		
Montbonnot la croix verte	piste cycles	88	219 m	
fermeture contrôle arrivée 18 h				