

Quintal 2019 : Bauges et Albanais

Départ de 7h00 à 9h30

Ravitaillements : Le Chatelard & Gruffy (Veise)

108 kms. & 1740 m. de dénivelé

Quintal - Viuz - Allèves - Pt du Diable - Le Noiray - Le Chatelard - Aillon le Jeune - Lescheraines
Le Noyer - Arith - Pt de l' Abîme - Gruffy (Veise) - Alby - Boussy - Peignat - Marcellaz - Oilly -
Montagny
Chaux - Vieugy - Quintal.

82 kms. & 1310 m. de dénivelé

Quintal - Viuz - Allèves - Pt du Diable - Le Noiray - Le Chatelard - Attilly - Lescheraines -
Lovat - Arith - Pt de l' Abîme - Gruffy (Veise) - Alby - Riondy - Muret - Marcellaz - Oilly - Montagny
-
Chaux - Vieugy - Quintal.

73 kms. & 1070 m. de dénivelé

Quintal - Viuz - Allèves - La Charniaz - Le Chatelard - Attilly - Lescheraines - Lovat -
Arith - Pt de l' Abîme - Gruffy (Veise) - Alby - Riondy - Muret - Montagny - Chaux - Vieugy - Quintal.

37 kms. & 470 m. de dénivelé

Quintal - Viuz - Allèves - Pt de Bange - Pt de l'Abîme - Veise - Gruffy - Chaux -
Vieugy - Quintal.

Important

Je m'engage à me conformer aux règles du code de la route.

J'ai pris connaissance du parcours et des consignes de sécurité.

J'ai choisi un parcours en relation avec mes capacités physiques.

