



## BARRIÈRES HORAIRES ET TEMPORISATIONS

Points		Premiers 100k	Premiers coureurs	Barrières horaires
Lieux	KM	heure	heure	Barrières horaires
Ambérieu Gare	0	17H00		17H00
Château de St Germain	3.5	17H15		17H30
St Rambert	11	18H00		19H00
Oncieu	16	18H20		20H30
Ferme Marchat	24,5	19H00		22H00
Ferme des Gorges	28,5	19H20		22H50
Corlier	33,5	19H50		<b>00H00</b>
Val d'enfer	40	20H50		01H00
Château du Sappel	44	21H20		2H00
Maillat	58	22H00	Départ 42k 21H00	<b>4H00</b>
St Martin du Fresne	63	22H40	21H25	5H30
Nantua	72	23H30	Départ 25km 20H00	<b>9H00</b>
Molet	82	00H45	20H40	11H00
Lac Genin	90	1H40	Départ 10km 21H00	14H00
Oyonnax	100	2H30	21H40	<b>17H00</b>

