

L'ARIEGEOISE XXL 2019						8:00:00						
ITINERAIRE	VOIE	Kilometrage		Altitude	Dénivelé +	Estimation des Horaires de Passage						
		Partiel	Cumulé			17,0	32	29	26	23	20	19
						32 Km/h	29 Km/h	26 Km/h	23 Km/h	20 Km/h	19 Km/h	17,5 Km/h
Tarascon sur Ariège : départ	D 618			474		8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00
Arignac	D8b	3,0	3,0	498	24	8h05	8:06	8:06	8:07	8:08	8:08	8:09
Amplaing	D8b	4,0	7,0	501	27	8:11	8:12	8:14	8:16	8:18	8:19	8:21
Bosses d'Amplaing	D8b	1,3	8,3	539	65	8:14	8:15	8:17	8:19	8:22	8:23	8:25
Prayols	D8b	4,7	13,0	428	65	8:19	8:21	8:24	8:27	8:31	8:32	8:35
Foix centre	D17	4,0	17,0	388	65	8:24	8:27	8:30	8:34	8:39	8:41	8:45
St Pierre de Rivière	D17	5,0	22,0	450	127	8:33	8:37	8:41	8:46	8:53	8:56	9:01
La Mouline	D17	5,0	27,0	503	180	8:42	8:46	8:51	8:58	9:07	9:10	9:16
Col des Marrous	D17	9,0	36,0	991	668	9:06	9:13	9:21	9:32	9:46	9:51	10:01
Col de Jouels	D17	4,0	40,0	1247	924	9:19	9:27	9:37	9:49	10:06	10:12	10:24
Col de Peguère (ravitaillement solide et liquide)	D17	5,0	45,0	1375	1125	9:28	9:37	9:49	10:03	10:21	10:29	10:41
Col de Caougnous	D17/D618	4,0	49,0	947	1125	9:31	9:40	9:52	10:07	10:26	10:33	10:46
Massat	D618	5,5	54,5	630	1150	9:35	9:45	9:57	10:13	10:33	10:41	10:54
Soueix rond-point Kercabanac	D618	15,5	70,0	468	1170	9:56	10:08	10:23	10:41	11:05	11:15	11:32
St Girons	D618	12,0	82,0	393	1199	10:13	10:27	10:44	11:05	11:33	11:44	12:03
Engomer	D618	9,0	91,0	462	1220	10:28	10:43	11:02	11:26	11:57	12:09	12:30
Les Bordes sur Lez	D4/D17	7,0	98,0	557	1301	10:41	10:58	11:18	11:44	12:18	12:32	12:55
Lac de Bethmale (ravitaillement solide et liquide)	D17	9,0	107,0	1172	1814	11:06	11:25	11:49	12:19	12:58	13:14	13:40
Col de la Core (ravitaillement liquide)	D17	14,0	112,0	1395	2200	11:22	11:43	12:09	12:41	13:24	13:41	14:10
Seix	D17/D3	14,0	126,0	503	2200	11:33	11:55	12:22	12:56	13:40	13:58	14:29
Le pont de la Taule	D3/D8	4,0	130,0	567	2266	11:40	12:03	12:31	13:06	13:52	14:10	14:42
Ustou	D8	8,0	138,0	671	2366	11:54	12:18	12:48	13:25	14:14	14:34	15:08
Col de Latrape (ravitaillement liquide)	D8	7,0	145,0	1111	2837	12:15	12:42	13:14	13:55	14:48	15:10	15:47
Aulus-les-Bains (ravitaillement solide et liquide)	D8	5,0	150,0	734	2837	12:19	12:45	13:18	14:00	14:54	15:16	15:53
Col d'Agnes (ravitaillement liquide)	D8	10,0	160,0	1570	3633	13:04	13:35	14:14	15:02	16:06	16:31	17:15
Etang de Lers	D8/D18	5,0	165,0	1270	3633	13:07	13:39	14:18	15:08	16:12	16:38	17:22
Le Port de Lers (ravitaillement liquide)	D18	4,0	169,0	1517	3996	13:20	13:53	14:33	15:25	16:31	16:58	17:44
Vicdessos	D18/D8	11,0	180,0	722	3996	13:27	14:01	14:43	15:35	16:44	17:11	17:58
Auzat (Plaine des sports) : arrivée	D8	1,0	181,0	737	4026	13:29	14:03	14:45	15:38	16:46	17:14	18:02