



L'Abeille Cyclotourisme De Rueil Malmaison

Défi des fondus de l'Ubaye Dans la vallée de l'Ubaye, Barcelonnette "Bi-défi": 4 cols et une dictée soit 206 km et 4200 m de dénivelée "Maître": 5 cols soit 258 km et 5360 m de dénivelée "Grand-Maître": 7 cols soit 336 km et 6930 m de dénivelée

Samedi 27 et dimanche 28 juin 2009

1 TRAIN ALLER

Départ le jeudi 25 juin de la gare Paris Austerlitz

Rendez-vous en tête du train corail Luneau 5799 vers Briançon

21 h 50

Départ du train, voiture 13

22 h 05

2 Arrivée à Embrun

Vendredi 26 juin

07 h 35

3 Vélo avec sacoches et tentes d'Embrun à Barcelonnette (52 km)

4 Courses au Super U à gauche à l'entrée de Barcelonnette

5 Inscriptions

À la permanence au centre ville près du pont qui mène aux cols d'Allos et de la Cayolle

6 Camping du Plan 52 ave de Nice (à 400 m vers Allos) 0491 81 0811

Pas besoin de réserver. Il ne sert pas de ptidej à 5 heure du matin

7 Préparation

Faut avoir 2000 km dans les jambes et savoir manger du taboulé.

8 Les menus, la bouffe (en plus des arrêts sieste-chocolat-sacoche)

On improvisera tout sur place. Samedi soir à l'arrivée, dîner offert par l'organisateur. Il est virtuellement inutile d'emporter popotes et réchauds

9 Le défi proprement dit: 24 heures maxi

Départ à 5h30 du matin (lever du jour)

Remises des récompenses dimanche matin à 10h00

10 Vélo avec sacoches et tentes de Barcelonnette à Embrun (52 km)

11 Renseignements

Jean-Pierre Smith mailto:jean_pierre_smith@mac.com, tel +33 680 11 0674

12 BPF

Abbaye du Boscodon (BPF 05)

Col d'Allos (BPF 04)

Col de la Cayolle (BPF 04)

13 Cartes Michelin 77 et 81 (surtout 81)

14 Train retour

Départ le dimanche 28 juin de la gare d'Embrun corail Luneau 15790

Départ du train, voiture 13

21 h 17

15 Arrivée à Paris Austerlitz

Lundi matin

06h46