

Etape 5 : 181,0 km

Itinéraire détaillé

Parcours	Restant	Altitude	Route	Itinéraire		40km/h	38km/h	36km/h
0,0	4,4	415,0	RD 520	SAINT JOSEPH DE RIVIERE	départ fictif	11:30	11:30	11:30
2,5	1,9	415	"	Saint Laurent du Pont		11:35	11:35	11:35
3,6	0,8	415	RD 520b	carrefour à feux RD 520 / RD 520b		11:37	11:37	11:37
4,4	0,0	425	"	sortie Saint Laurent du Pont		11:39	11:39	11:39
0,0	181,0	425,0	RD 520b	SAINT LAURENT DU PONT	départ réel	11:39	11:39	11:39
1,2	179,8	450	"	tunnel de Fourvoirie		11:41	11:41	11:41
5,6	175,4	670	"	tunnels de la Molière		11:47	11:48	11:48
8,7	172,3	790	"	SAINT PIERRE DE CHARTREUSE		11:52	11:53	11:53
9,1	171,9	795	RD 512	carrefour de la Diat RD 520b / RD 512		11:53	11:53	11:54
17,4	163,6	1325,0	RD 512	col de Porte 1ère catégorie	meilleur grimpeur	12:05	12:06	12:08
17,4	163,6	1325,0	RD 512	col de Porte Sprint en Or Rêve Corner	sprint	12:05	12:06	12:08
20,6	160,4	1080	"	LE SAPPEY EN CHARTREUSE		12:10	12:11	12:13
28,5	152,5	550	"	CORENC		12:22	12:24	12:26
28,9	152,1	510	VC	croisement RD 512 / chemin de Rochasson		12:22	12:25	12:27
29,5	151,5	470	"	MEYLAN		12:23	12:26	12:28
32,1	148,9	290	RD 1090	carrefour à feux chemin de Rochasson / RD 1090		12:27	12:30	12:32
32,3	148,7	300	VC	carrefour à feux RD 1090 / chemin de Saint Martin		12:27	12:30	12:33
32,7	148,3	270	"	croisement chemin de Saint Martin / chemin de Beauséjour		12:28	12:31	12:33
33,2	147,8	240	"	croisement chemin de Beauséjour / avenue des Quatre Chemins		12:29	12:31	12:34
33,7	147,3	225	"	croisement avenue des Quatre Chemins / chemin de Beauséjour		12:29	12:32	12:35
34,4	146,6	220	"	croisement chemin de Beauséjour / chemin des Cantines		12:31	12:33	12:36
34,5	146,5	220	"	passage sous autoroute A 41 et RD 11m		12:31	12:33	12:36
34,5	146,5	220	"	croisement chemin des Cantines / chemin des Agriculteurs		12:31	12:33	12:36
34,7	146,3	220	"	MONTBONNOT SAINT MARTIN		12:31	12:34	12:37
36,5	144,5	220	RD 11	croisement chemin des Cantines / RD 11		12:34	12:37	12:40
37,7	143,3	215	VC	rond point Jean Moulin RD 11 / RD 11k / rue Aristide Bergès		12:35	12:38	12:42
38,2	142,8	215	"	DOMENE		12:36	12:39	12:43
38,4	142,6	215,0	VC	Domène sprint bonifications	sprint	12:37	12:40	12:43
38,7	142,3	220	"	croisement rue Aristide Bergès / rue Casimir Julhiet		12:37	12:40	12:43
39,3	141,7	225	"	croisement rue Casimir Julhiet / rue Paul Forest		12:38	12:41	12:44
40,3	140,7	225	RD 11g	MURIANETTE		12:39	12:43	12:46
40,7	140,3	225	RD 523	carrefour à feux RD 11g (rue des Barrières) / RD 523		12:40	12:43	12:47
41,6	139,4	215	"	GIERES		12:41	12:45	12:48
43,6	137,4	220	RD 164	carrefour à feux RD 523 / RD 164 (avenue d'Uriage)		12:44	12:48	12:52
44,0	137,0	235	RD 524	carrefour RD 164 (avenue d'Uriage) / RD 524		12:45	12:48	12:52
46,7	134,3	330	"	zone de ravitaillement fixe	début zone ravitaillement	12:49	12:52	12:56
49,5	131,5	410	"	lieu dit Uriage les Bains à Saint Martin d'Uriage		12:53	12:57	13:01
50,4	130,6	410	"	lieu dit Vaulnavay le Haut à Vaulnavay		12:55	12:59	13:03
51,4	129,6	410	RD 5e	rond point RD 524 / RD 111 / RD 5e		12:56	13:00	13:05
54,8	126,2	470	"	lieu dit Brié à Brié et Angonnes		13:01	13:05	13:10
55,0	126,0	475	RD 5	carrefour RD 5e / RD 5		13:01	13:06	13:11
56,5	124,5	390	"	Brié et Angonnes	radar	13:04	13:08	13:13
57,5	123,5	360	RD 112	rond point RD 5 / RD 112		13:05	13:10	13:15
59,6	121,4	390	"	lieu dit Haute Jarrie à Jarrie		13:08	13:13	13:18
60,4	120,6	390	"	rond point rue Gal de Gaulle / rue de la Bascule / rue Gal de Gaulle		13:10	13:14	13:20
61,9	119,1	325	"	carrefour route de l'Hormet / chemin de Maupertuis		13:12	13:17	13:22
62,5	118,5	295	"	carrefour chemin de Monpertuis / avenue Général Delestraint		13:13	13:18	13:23
64,3	116,7	265	"	lieu dit Basse Jarrie à Jarrie		13:15	13:20	13:26
64,7	116,3	265	"	zone industrielle, ralentisseurs avec rail	danger	13:16	13:21	13:27
64,9	116,1	265	"	passage à niveau		13:16	13:21	13:27
65,0	116,0	265	RD 529	rond point RD 112 / RD 1085b / RD 529		13:16	13:22	13:27
65,0	116,0	265	"	CHAMP SUR DRAC passage sous RN 85		13:16	13:22	13:27
71,0	110,0	330	"	SAINT GEORGES DE COMMIERS		13:25	13:31	13:37
74,3	106,7	500	"	NOTRE DAME DE COMMIERS		13:30	13:36	13:43



Saint-Joseph de Rivière (CCCC)



La Mure (CCM)

Parcours	Restant	Altitude	Route	Itinéraire		40km/h	38km/h	36km/h
78,5	102,5	750	"	LE MONTEYNARD		13:37	13:43	13:50
82,4	98,6	840	"	lieu dit le Mollard à la Motte d'Aveillans		13:43	13:49	13:56
82,5	98,5	845	RD 113b	carrefour à feux RD 529 / RD 113b		13:43	13:49	13:56
84,3	96,7	975,0	RD 113b	côte du Marjeuil 2ème catégorie	meilleur grimpeur	13:45	13:52	13:59
86,2	94,8	970	"	NOTRE DAME DE VAULX		13:48	13:55	14:03
86,5	94,5	965	RD 113	carrefour RD 113b / RD 113		13:49	13:56	14:03
87,5	93,5	970,0	"	zone de ravitaillement fixe	début zone ravitaillement	13:50	13:57	14:05
91,5	89,5	930	"	LAFFREY		13:56	14:03	14:11
91,7	89,3	910	RD 115a	carrefour à feux RD 113 / RD 1085 / RD 115a		13:56	14:04	14:12
95,6	85,4	1050	"	CHOLONGE		14:02	14:10	14:18
98,5	82,5	945	RD 115	carrefour RD 115a / RD 115		14:07	14:14	14:23
100,3	80,7	1010	RD 115b	carrefour RD 115 / RD 115b		14:09	14:17	14:26
100,5	80,5	1015	RD 115	carrefour RD 115b / RD 115		14:10	14:18	14:26
103,0	78,0	1030	"	lieu dit Fugières à Saint Honoré		14:13	14:22	14:31
106,1	74,9	955	"	NANTES EN RATTIER		14:18	14:26	14:36
106,3	74,7	945	RD 114	carrefour RD 115 / RD 114		14:18	14:27	14:36
109,8	71,2	865	RD 26	rond point RD 114 / RD 26		14:24	14:32	14:42
112,6	68,4	820	"	lieu dit Roizon à Nantes en Rattier		14:28	14:37	14:47
115,9	65,1	745	"	lieu dit Siévoz le Bas à Siévoz		14:33	14:42	14:52
119,5	61,5	670	RD 526	carrefour RD 26 / RD 526		14:38	14:48	14:58
120,5	60,5	705,0	"	zone de ravitaillement fixe	début zone ravitaillement	14:40	14:49	15:00
122,0	59,0	785	"	VALBONNAIS		14:42	14:52	15:02
124,8	56,2	735	RD 212f	carrefour RD 526 / RD 212f		14:46	14:56	15:07
125,3	55,7	780	"	lieu dit les Engelas à Valbonnais		14:47	14:57	15:08
131,9	49,1	1436,0	RD 212f	col de Parquetout 1ère catégorie	meilleur grimpeur	14:57	15:07	15:19
134,3	46,7	1250	"	lieu dit Villelonge à Saint Michel en Beaumont		15:00	15:11	15:23
134,7	46,3	1215	RD 212	carrefour RD 212f / RD 212		15:01	15:12	15:23
138,1	42,9	1150	"	SAINTE LUCE		15:06	15:17	15:29
144,9	36,1	880	RD 1085	carrefour RD 212 / RD 1085		15:16	15:28	15:40
145,7	35,3	920	"	CORPS		15:18	15:29	15:42
145,9	35,1	930	RD 537	carrefour RD 1085 / RD 537		15:18	15:29	15:42
149,4	31,6	835	RD 537	lieu dit le Sautet à Pellafol		15:23	15:35	15:48
150,7	30,3	850	RD 66	carrefour RD 537 / RD 66		15:25	15:37	15:50
151,7	29,3	920,0	RD 66	côte du Sautet 4ème catégorie	meilleur grimpeur	15:27	15:38	15:52
159,8	21,2	920	"	lieu dit Cordéac à Chatel en Trièves		15:39	15:51	16:05
163,5	17,5	900	RD 227	carrefour RD 66 / RD 227		15:44	15:57	16:11
164,3	16,7	875	"	lieu dit Saint Sébastien à Chatel en Trièves		15:45	15:58	16:13
165,2	15,8	860	RD 228	carrefour RD 227 / RD 228		15:47	16:00	16:14
165,2	15,8	860	"	zone de ravitaillement fixe	début zone ravitaillement	15:46	15:59	16:14
166,5	14,5	910	"	lieu dit Masserange à Chatel en Trièves		15:49	16:02	16:16
168,8	12,2	825,0	RD 228	Saint Jean d'Hérans sprint bonifications	sprint	15:52	16:05	16:20
168,9	12,1	825	"	SAINT JEAN D'HERANS		15:52	16:06	16:20
169,5	11,5	825	RD 526	carrefour RD 228 / RD 526		15:53	16:07	16:21
170,6	10,4	795	RD 168	carrefour RD 526 / RD 168		15:55	16:08	16:23
174,2	6,8	500	"	pont du Cognet	danger	16:00	16:14	16:29
176,5	4,5	715	"	COGNET		16:04	16:18	16:33
178,1	2,9	810	"	PONSONNAS		16:06	16:20	16:36
179,2	1,8	845	"	LA MURE		16:08	16:22	16:38
179,5	1,5	850,0	RD 168	côte de la Mure 2ème catégorie	meilleur grimpeur	16:08	16:22	16:38
179,7	1,3	850	VC	rond point RD 168 / RD 1085 / avenue des Plantations		16:09	16:23	16:38
180,4	0,6	870	"	rond point avenue des Plantations / avenue Chion Ducollet		16:10	16:24	16:40
180,7	0,3	870	RD 1085f	croisement avenue Chion Ducollet / RD 1085f (route Napoléon)		16:10	16:24	16:40
180,8	0,2	870	RD 114	car RD 1085f (route Napoléon) / RD 114 (avenue du Dr Tagnard)		16:10	16:24	16:40
181,0	0,0	870,0	RD 114	LA MURE avenue Docteur Tagnard	arrivée	16:10	16:25	16:41

Etape 5 -
31/05/2025