

L'inferral trail des Vosges

<http://www.linfernal.com>

Parcours	150 Kms		Horaires de passage		Denivelée +	Denivelée -	Alt. Moyen :		72 Kms		Horaires de passage		Denivelée	Denivelée	Alt. moyen		30 Kms		Horaires de passage		Denivelée	Denivelée	Alt. moyen
	Minutes par Kilomètre	Ravitaillements Kms cumulés	00:06:00	00:10:00					Ravitaillements Kms cumulés	00:06:00	00:12:00	Ravitaillements Kms cumulés					00:04:00	00:10:00					
			00:06:45	00:12:00						00:07:00	00:15:00						00:07:30	00:16:00	00:00:00				
Horaires de départ																							
Départ-Dechetterie	7,298	7,298	00:43:47	01:12:59	310	294	466	Départ-Dechetterie	7,910	7,910	03:47:28	04:34:55	327	310	463	Départ-Dechetterie	7,910	7,910	09:01:38	09:49:06	327	310	463
Dechetterie-Tunnel	1,600	8,898	00:53:23	01:28:59	81	13	451	Dechetterie-Tunnel	1,600	1,600	03:09:36	03:19:12	81	13	451	Dechetterie-Tunnel	1,600	9,510	09:08:02	10:05:06	81	13	451
Liaison Tunnel-Training Club Canin								Liaison Tunnel-Training Club Ca	1,565	11,075						Liaison Tunnel-Training Club Ca	1,565	11,075	09:14:18	10:20:45	66	10	518
Tunnel-Fouchot	3,036	11,934	01:11:36	01:59:20	145	173	560	Tunnel-Fort du Parmont	3,088	12,598	04:15:35	05:31:11	181	92	528	Fort du Parmont-Bienfaisy	4,200	16,798	04:40:47	06:21:35	182	258	563
Fouchot-Croisette	5,267	17,201	01:43:12	02:52:01	299	90	650	Bienfaisy-Croisette	8,163	24,961	05:29:46	07:59:32	426	256	587								
Croisette-Lépange	4,555	21,756	02:10:32	04:21:04	93	356	636																
Lépange-Reherrey	5,500	27,256	02:43:32	05:27:04	460	380	605																
Reherrey-Syndicat	10,576	37,832	03:47:00	07:33:59	371	456	574																
Syndicat-Haut du tot	9,392	47,224	04:43:21	09:26:41	641	210	704																
Haut du tot - Sapois	3,949	51,173	05:07:02	10:14:05	70	436	748																
Sapois-Gerbamont	5,704	56,877	05:41:16	11:22:31	274	294	521																
Gerbamont-Fouchure	3,376	60,253	06:01:31	12:03:02	396	48	665																
Fouchure-Haut du roc	7,710	67,963	07:38:45	13:35:33	512	305	882																
Haut du roc-Gite des Reces	5,930	73,893	08:18:47	18:28:24	122	405	900																
Gite des Reces-Longènes	5,798	79,691	08:57:55	19:55:22	238	489	694																
Longènes-Rhamn�	6,625	86,316	09:42:38	21:34:44	542	157	612																
Rhamn�-Croix du lait	3,557	89,873	10:29:07	22:28:06	71	142	835																
Croix du lait-Rupt centre	4,916	94,789	11:03:31	23:41:50	144	497	710																
Rupt centre-Les Mortes	9,346	104,135	12:08:57	02:02:02	389	414	544																
Les Mortes-Croisette	4,428	108,563	12:39:56	03:08:27	313	44	578																
Croisette-Girmont village	12,203	120,766	15:05:45	06:11:29	526	574	572	Croisette-Girmont village	12,203	37,164	06:42:59	10:25:58	526	574	572								
Girmont village-Training Club Canin	16,188	136,954	17:07:09	12:31:16	579	658	546	Girmont village-Training Club C	16,188	53,352	08:20:07	13:40:13	579	658	546								
Training Club Canin-Pusieux	7,735	144,689	18:05:10	14:35:01	189	209	550	Training Club Canin-Pusieux	7,735	61,087	09:06:31	15:13:03	189	209	550	Training Club Canin-Pusieux	7,735	18,810	09:45:14	11:38:06	189	209	550
Pusieux-Arriv�e	11,505	156,194	19:31:27	17:39:06	285	406	532	Pusieux-Arriv�e	11,505	72,592	10:15:33	17:31:06	285	406	532	Pusieux-Arriv�e	11,505	30,315	10:31:16	13:33:09	285	406	532
Total	156,194	KM			7050	7050	632		72,592	KM			2776	2776	532		30,315	KM			948	948	503

