

Départ Salle des fêtes Aiguines, Aiguines**Arrivée** Le Grand Margès,**Caractéristiques**

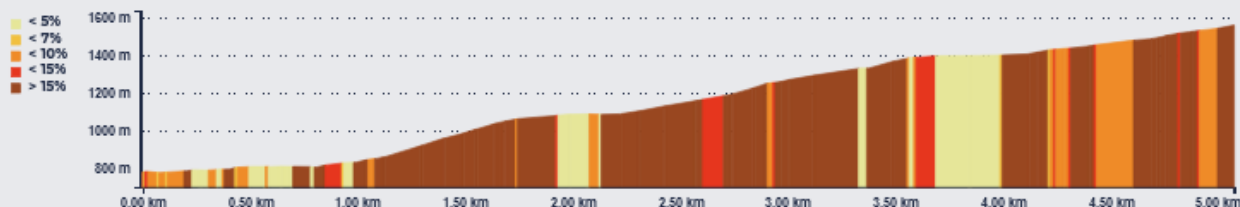
↔ 5.08 km

↗ 791 m

↘ 6 m

↑ 1561 m

↗ Moyen

**Description**

Un kilomètre Vertical, c'est 1000 mètres de dénivelé sur la plus courte distance possible. Il servira pour les tests, et les exercices d'amélioration en montée.

Des marques sont positionnées tous les 100m de dénivelé, elles servent de repères lors de votre montée, ou pour effectuer vos entrainements en fractionnant la montée.

Au travers de notre pratique, il est indispensable de respecter le travail des agriculteurs, autres exploitants et propriétaires qui nous accueillent sur leurs terrains :

Ne coupez pas les itinéraires à travers les prairies (et ne pas non plus pique-niquer ou jouer au ballon, etc...) dans ce que sont des zones de récolte de fourrage,

Afin que les troupeaux ne s'échappent pas, refermez bien toutes les clôtures électriques (et ne pas les endommager),

Également, ne dérangez pas les troupeaux, saluez les personnes croisées d'un amical « bonjour », et bien entendu ramenez tous vos déchets ! Ne coupez pas les itinéraires à travers les prairies !

La définition du Kilomètre Vertical : 1 000 mètres de dénivelé sur la plus courte distance possible

Téléchargez l'**appli On Piste** et laissez vous guider tout au long du parcours.

AVANT DE PARTIR, TÉLÉCHARGEZ LE PARCOURS SUR L'APPLI ON PISTE

- 📍 Guidage GPS et vocal
- 📍 Les bonnes adresses autour de vous
- 📊 Trackez et enregistrez vos performances
- 🌟 Relevez nos défis
- 🗨️ Partagez votre expérience

CONTACTS

Bureau d'Information Touristique Aiguines:
+33 (0)4 94 70 21 64



Numéros d'urgence
112 | 114

Suivez le balisage**Balisage parcours****Balisage atelier****Légende**

- ▶ Point de départ
- ◀ Point d'arrivée
- ❄ Point d'eau
- ⚠ Zone de vigilance

Niveau de carte • Outdoor