

parcours découverte de l'Oisans - balcon de l'Armentier						
105 km et 1700 m						
openrunner n°10712996						
lieux	routes	kms	kms	altitudes	dénivelé	contrôles
Allemont		partiels	cumulés		cumulé	départs
salle polyvalente	voie V.			720		7h- 9h30
Le Pont Rouge	voie V.		3	713		
Les 3 Ponts	voie V.	4	7	720		
Bassey	voie V.	1	8	720		
La Garde	d 211 a	4	12	980		
Armentier		5	17	1340	629 m	
Le Cerf		1	18	1293	ravito	8h30 -11 h
les Chatains	d 211 e	2	20	1176		
Freney d'Oisans	d 1091	10	28	924		
la Rivoire		5	33	990	695 m	
le Clapier d'Au	d 530	2	35	745		
pont Escoffier		2	37	767		
les Gauchoirs	voie V.	2	39	842		
Bourg d'Arud	voie V.	4	43	935		
plan du lac	d 530	4	47	1171	ravito	9h-13h30
St Christophe		3	50	1585		
les Etages		8	58	1597	1600 m	
la Bérarde		4	62	1713	pasta-partie	11h-15h30
Venosc	d 530	20	82	940		
les Ougiers		3	85	870		
les Alberges	d 530	3	88	745		
cascade Sarenne	x d 211	5	93			
Bassey	voie V	2	95	720		
les 3 ponts	voie V	3	98			
Pont Rouge	voie V	3	101			
Allemont	voie V	4	105	720	1700 m	arrivées
salle polyvalente						14h-18h

possibilité au Freney d'Oisans de grimper au barrage du Chambon par la d 1091 en 2 km, puis à Mont de Lans par la d 213 en 3 km et de rejoindre la Rivoire par Bons et la d 220, portant la distance à 110 km et le dénivelé à 2000 m