



FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA

Comitato Regionale

TABELLA ORARIA CHILOMETRICA DI MARCIA

GRANFONDO LA MONT BLANC 2023 - PERCORSO MEDIO

11-giu-23



Località	Km parz	Km tot	media 20		media 25		media 30		media 35		altimetria
			tempo	ora	tempo	ora	tempo	ora	tempo	ora	
Courmayeur	0,0	0,0		08:00		08:00		08:00		08:00	1.222
La Palud	3,1	3,1	9,4	08:09	7,5	08:07	6,24	08:06	5,3	08:05	1.350
Prè Saint Didier	9,5	12,6	28,5	08:37	22,8	08:29	19,00	08:25	16,3	08:21	1.010
Morgex	3,4	16,0	10,1	08:47	8,1	08:37	6,76	08:31	5,8	08:26	930
La Salle	3,0	19,0	9,0	08:56	7,2	08:44	6,00	08:37	5,1	08:31	900
Runaz	7,0	26,0	21,0	09:17	16,8	09:00	14,00	08:51	12,0	08:43	784
Arvier	2,0	28,0	6,0	09:23	4,8	09:04	4,00	08:55	3,4	08:46	724
Introd	3,5	31,5	10,5	09:33	8,4	09:12	7,00	09:02	6,0	08:52	865
Villeneuve	2,8	34,3	8,4	09:41	6,7	09:18	5,60	09:07	4,8	08:56	670
Saint Pierre	3,0	37,3	9,0	09:50	7,2	09:25	6,00	09:13	5,1	09:01	690
Saint Nicolas	7,9	45,2	23,7	10:13	19,0	09:43	15,80	09:28	13,5	09:14	1.210
Charbonniere	2,1	47,3	6,3	10:19	5,0	09:48	4,20	09:32	3,6	09:17	1.273
Runaz	8,3	55,6	24,9	10:43	19,9	10:07	16,60	09:48	14,2	09:31	784
La Salle (Rotonda bar le pont)	7,6	63,2	22,8	11:05	18,2	10:25	15,20	10:03	13,0	09:44	900
La Salle	1,0	64,2	3,0	11:08	2,4	10:27	2,00	10:05	1,7	09:45	990
Chaffierone	1,6	65,8	4,8	11:12	3,8	10:30	3,20	10:08	2,7	09:47	1.130
Les Places	4,2	70,0	12,6	11:24	10,1	10:40	8,40	10:16	7,2	09:54	1.420
La Salle	6,0	76,0	18,0	11:42	14,4	10:54	12,00	10:28	10,3	10:04	900
Lavancher	3,5	79,5	10,5	11:52	8,4	11:02	7,00	10:35	6,0	10:10	963
Dailley	0,9	80,4	2,7	11:54	2,2	11:04	1,80	10:36	1,5	10:11	1.016
Pre saint didier	2,7	83,1	8,1	12:02	6,5	11:10	5,40	10:41	4,6	10:15	1.010
Palleusieux	2,6	85,7	7,8	12:09	6,3	11:16	5,22	10:46	4,5	10:19	1.132
Courmayeur (uscita autostrada)	1,5	87,2	4,5	12:13	3,6	11:19	2,98	10:48	2,6	10:21	1.190
Courmayeur	1,3	88,5	3,8	12:16	3,0	11:22	2,50	10:50	2,1	10:23	1.222