DIAGONALE MENTON / DUNKERQUE du 10 juin au 14 juin 2026

Pascal Hamonet 06 89 40 29 13

Catherine Signoret 06 73 11 09 37

Christian Lamotte 0677 79 05 54

N°26036

https://www.openrunner.com/route-details/23678756

		MENTON	**Contrôle Départ**		**10h 00**	
		22km - 488m - 22 ‰ Cumul 488m		14,0 km/h		
	22	**LA TRINITE VICTOR**			11h 34	
		16km - 523m - 33 ‰ Cumul 1011m		10,0 km/h		
	38	**ASPREMONT**		**0h 20**	13h 10	13h 30
		13km - 38m - 3 ‰ Cumul 1049m		21,0 km/h		
	51	**ST MARTIN DU VAR**			14h 07	
		19km - 420m - 22 ‰ Cumul 1469m		14,0 km/h		
	70	**MALAUSENE**		**0h 20**	15h 28	15h 48
		20km - 248m - 12 ‰ Cumul 1717m		18,0 km/h		
	90	**PUGET-THENIERS**	**Contrôle n° 1**	**0h 50**	16h 55	17h 45
		35km - 792m - 23 ‰ Cumul 2509m		14,0 km/h		
	125	**SAINT JULIEN DU VERDON**		**0h 20**	20h 15	20h 35
		22km - 199m - 9 ‰ Cumul 2708m		20,0 km/h		
	147	**BARRÊME**			21h 41	
		20km - 126m - 6 ‰ Cumul 2834m		20,0 km/h		
167	167	**MEZEL**			**22h 41**	**4h 00**
		21km - 134m - 6 ‰ Cumul 134m		20,0 km/h		
188	21	**MALIJAI**			5h 03	
		21km - 197m - 9 ‰ Cumul 331m		20,0 km/h		
209	42	**SISTERON**	**Contrôle n° 2**	**0h 20**	6h 06	6h 26
		20km - 177m - 9 ‰ Cumul 508m		20,0 km/h		
229	62	**LARAGNE**			7h 26	
		16km - 162m - 10 ‰ Cumul 670m		18,0 km/h		
245	78	**SERRES**		**0h 20**	8h 19	
		11km - 110m - 10 ‰ Cumul 780m		20,0 km/h		
256	89	**ASPRES SUR BUECH**		**0h 20**	8h 52	9h 12
		29km - 483m - 17 ‰ Cumul 1263m		15,0 km/h		
285	118	**COL DE LA CROIX HAUTE**		**0h 50**	11h 08	11h 58
		32km - 258m - 8 ‰ Cumul 1521m		20,0 km/h		
317	150	**MONESTIER-DE-CLERMONT**	**Contrôle n° 3**	**0h 20**	13h 34	13h 54
		62km - 297m - 5 ‰ Cumul 1818m		21,0 km/h		
379	212	**VOIRON**		**0h 20**	16h 51	17h 11
		35km - 544m - 16 ‰ Cumul 2362m		15,0 km/h		
414	247	**LA-TOUR-DU-PIN**	**Contrôle n° 4**	**0h 20**	19h 31	19h 51
		44km - 311m - 7 ‰ Cumul 2673m		20,0 km/h		
458	291	**VERTRIEU**			**22h 03**	**04:00**
		50km - 354m - 7 ‰ Cumul 354m		20,0 km/h		
508	50	**BOURG EN BRESSE**	**Contrôle n° 5**	**0h 20**	6h 30	6h 50
		54km - 296m - 5 ‰ Cumul 650m		20,0 km/h		
562	104	**LOUHANS**		**0h 20**	9h 32	
		19km - 111m - 6 ‰ Cumul 761m		20,0 km/h		
581	123	**MERVANS**		**0h 20**	10h 29	10h 49
		24km - 75m - 3 ‰ Cumul 836m		21,0 km/h		
605	147	**SEURRE**	**Contrôle n° 6**	**0h 50**	11h 57	12h 47
		25km - 160m - 6 ‰ Cumul 996m		20,0 km/h		
630	172	**NUITS-ST-GEORGES**		**0h 20**	14h 02	
		36km - 608m - 17 ‰ Cumul 1604m		15,0 km/h		
666	208	**SOMBERNON**			16h 26	16h 46
		39km - 191m - 5 ‰ Cumul 1795m		21,0 km/h		
705	247	**BUSSY LE GRAND**	**Contrôle n° 7**	**0h 20**	18h 38	18h 58
		35km - 295m - 8 ‰ Cumul 2090m		20,0 km/h		
740	282	**CHATILLON SUR SEINE**			**20h 43**	**04:00**
		36km - 154m - 4 ‰ Cumul 154m		21,0 km/h		
776	36	**BAR SUR SEINE**		**0h 20**	5h 42	6h 02
		31km - 84m - 3 ‰ Cumul 238m		21,0 km/h		
807	67	**TROYES**	**Contrôle n° 9**	**0h 30**	7h 31	8h 01

		42 km		21,0 km/h		
849	109	**ANGLURE**		**0h 20**	7h 31	8h 01
		19 km				
868	128	**SEZANNE**		**0h 50**	10h 55	11h 15
		47km - 517m - 11 ‰ Cumul 917m		18,0 km/h		
915	175	**DORMANS**	**Contrôle n° 10**		13h 52	14h 42
		20km - 243m - 12 ‰ Cumul 1160m		18,0 km/h		
935	195	**FERE EN TARDENOIS**		**0h 20**	15h 49	16h 09
966	226	**CROUY**		**0h 30**		
				20,0 km/h		
980	240	**COUCY LE CHÂTEAU**		**0h 20**	18h 24	18h 44
		38km - 281m - 7 ‰ Cumul 1766m		20,0 km/h		
1018	278	**HAM**	**Contrôle n° 11**	**0h 20**	20h 38	20h 58
		26km - 120m - 5 ‰ Cumul 1886m		21,0 km/h		
1044	304	**PERONNE**			**22h 12**	**04:00**
		25km - 253m - 10 ‰ Cumul 253m		18,0 km/h		
1069	25	**BAPAUME**			5h 23	
		32km - 223m - 7 ‰ Cumul 476m		20,0 km/h		
1101	57	**MAREUIL**		**0h 20**	6h 59	7h 19
		23km - 172m - 7 ‰ Cumul 648m		20,0 km/h		
1124	80	**HOUDAIN**	**Contrôle n° 12**		8h 28	
		16km - 117m - 7 ‰ Cumul 765m		20,0 km/h		
1140	96	**LILLERS**		**0h 20**	9h 16	9h 36
		42km - 192m - 5 ‰ Cumul 957m		21,0 km/h		
1182	138	**WORMHOUT**		**0h 30**	11h 36	12h 06
		19km - 61m - 3 ‰ Cumul 1018m		21,0 km/h		
1201	157	**DUNKERQUE**	**Contrôle arrivée**		13h 00	