




 Trièves - Vercors			
Alpe du Grand Serre / La Croix Haute / Grimone / Menée		216 km	
10h30	GRENOBLE		0 15 10h30
10h42	VIZILLE Direction Bourg d'Oisans	←	15 21
11h03	ALPE DU GRAND SERRE Petite pause	 ↑	36 20 (36) 11h13
11h33	LA MURE Direction Gap puis Mens	←	56 18
11h51	MENS Pause café (traditionnelle)	 ↖	74 17 (74) 12h31
12h48	COL DE LA CX HAUTE Direction Sisteron		91 15
13h03	COL DE GRIMONE On mange ?	 ↑	106 14 (-4) 14h23
14h37	CHATILLON EN DIOIS Direction col de Menée - Grenoble	→	120 18
14h55	COL DE MENÉE On repart vers Mens !	↑	138 12
15h07	CLELLES Pause café ?	 ↑	150 13 (44) 15h37
15h50	MENS		163 21
16h11	MONESTIER DE CLT On fait le plein !	 ↑	184 17 (34)



Trièves - Vercors

Alpe du Grand Serre / La Croix Haute / Grimone / Menée

216 km

16h35 **VIF** **201**¹⁵
On se sépare

16h47 **GRENOBLE** **216**
C'est fini