

CYCLISME / E-Road – GRAND TOUR « GRUYERE, RIVIERA, PAYS D'ENHAUT »

FORMULE CYCLO-TOURISME

CYCLO-TOURISME : 3 Etapes en itinérance

3 Jours / 2 nuits

Jour 1 : Gruyères (Pringy) > Charmey

« Tour du lac de la Gruyère »

Jour 2 : Charmey > Leysin

« via Cols du Mittelberg et du Pillon »

Jour 3 : Leysin > Gruyères (Pringy)

« via Aigle, Montreux, Les Paccots »

Niveau : exigence phys. 3/5 Alt. : 373 m > 1'637 m

Totaux : 230 km / D+/- 4'750 m / 16h30 (22km/h)

Jour 1 : 62 km / Dénivelés + 1'250 m / - 1'150 m / 4h30

Jour 2 : 73 km / Dénivelés + 1'850 m / - 1'450 m / 5h45

Jour 3 : 95 km / Dénivelés + 1'650 m / - 2'150 m / 6h15

