

 Marche de la Citade... 

6.824 km #12158884

Options d'affichage

 Marche de la Citade... 

4.522 km #12158770

Options d'affichage

 Marche de la Citade... 

7.892 km #12159234

Options d'affichage Ouvrir l'éditeur

 Marche de la Citade... 

11.277 km #12159210

Options d'affichage

Marche de la Citadelle 2021_4 km

☆☆☆☆☆ (0) -  (0)

Marche

Namur -> Namur

↳ 4.522 km, ↑ 37 m, ↓ 37 m ▲ 78 m ▲ 96 m

Marche de la Citadelle 2021_7 km

☆☆☆☆☆ (0) -  (0)

Marche

Namur -> Namur

↳ 6.824 km, ↑ 137 m, ↓ 136 m ▲ 78 m ▲ 185 m

Marche de la Citadelle 2021_12 km

☆☆☆☆☆ (0) -  (0)

Marche

Namur -> Namur

↳ 11.277 km, ↑ 322 m, ↓ 322 m ▲ 78 m ▲ 210 m

Marche de la Citadelle 2021_boucle

☆☆☆☆☆ (0) -  (0)

Marche

Namur -> Namur

↳ 7.892 km, ↑ 189 m, ↓ 189 m ▲ 82 m ▲ 226 m

Formules :

4 km : boucle A = 4,5 km – 37 m D+

7 km : boucle B = 6,8 km – 137 m D+

12 km : boucles A + B = 11,3 km – 174 m D+

(1 point ravitaillement – Arsenal)

21 km : boucles C + D = 19,2 km – 511 m D+

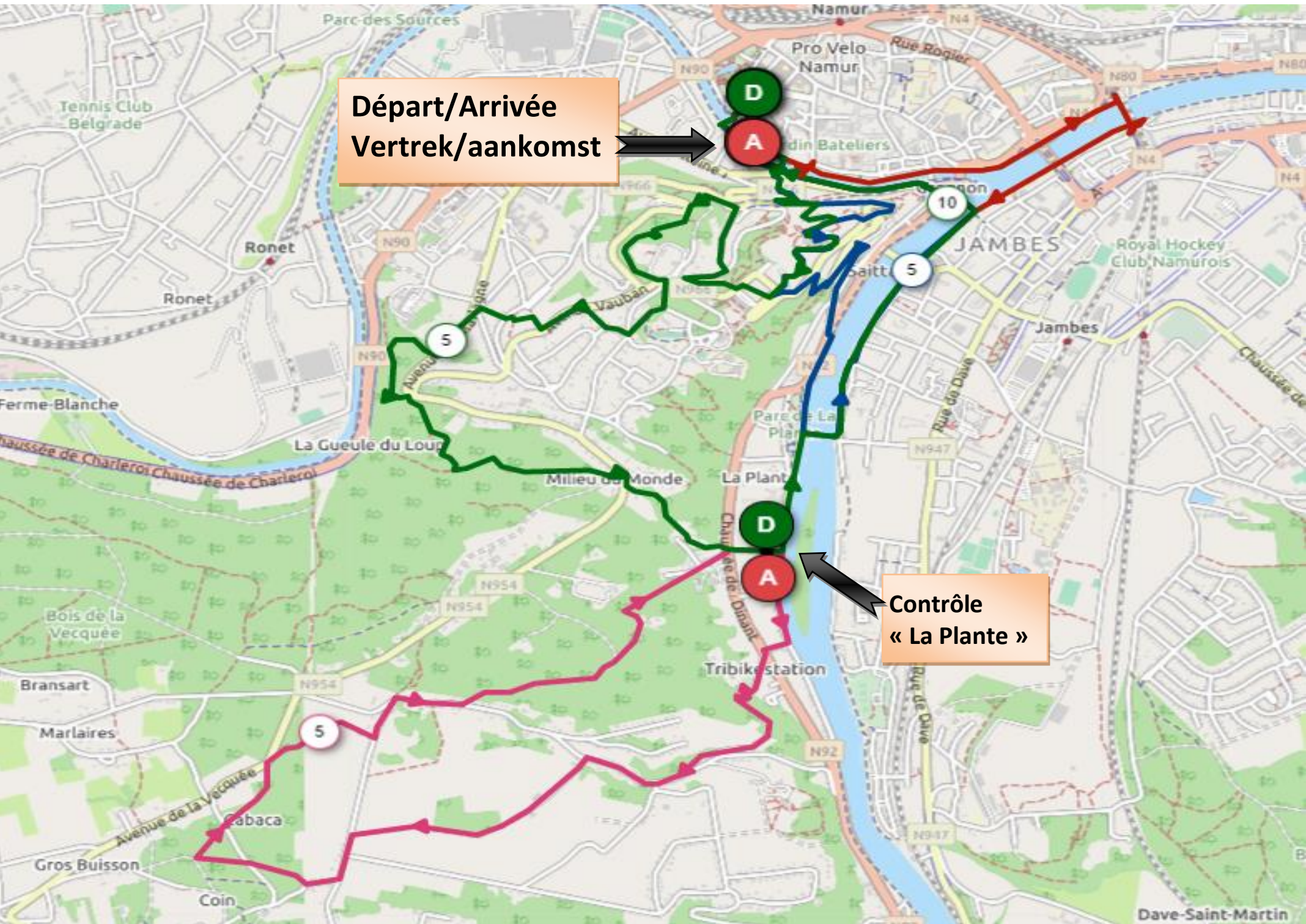
>>> 7,8 km + 7,9 km + 3,5 km

(2 points ravitaillement – 2 x La Plante)

30 km : boucles A + B + C + D = 30,5 km – 685 m D+

>>> 4,5 km + 6,8 km + 7,8 km + 7,9 km + 3,5 km

(4 points ravitaillement – 2 x Arsenal, 2 x La Plante)

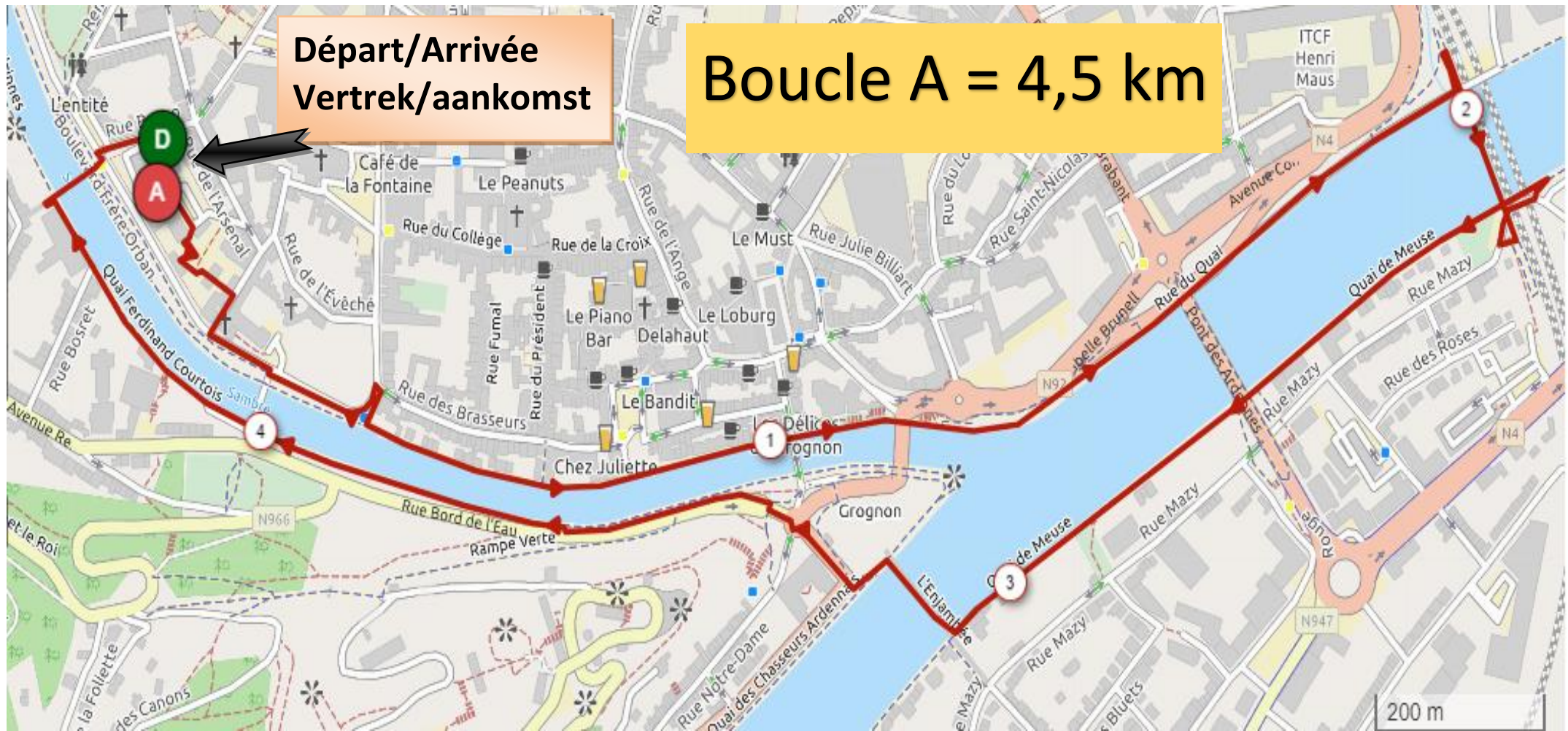


Départ/Arrivée
Vertrek/aankomst

Contrôle
« La Plante »

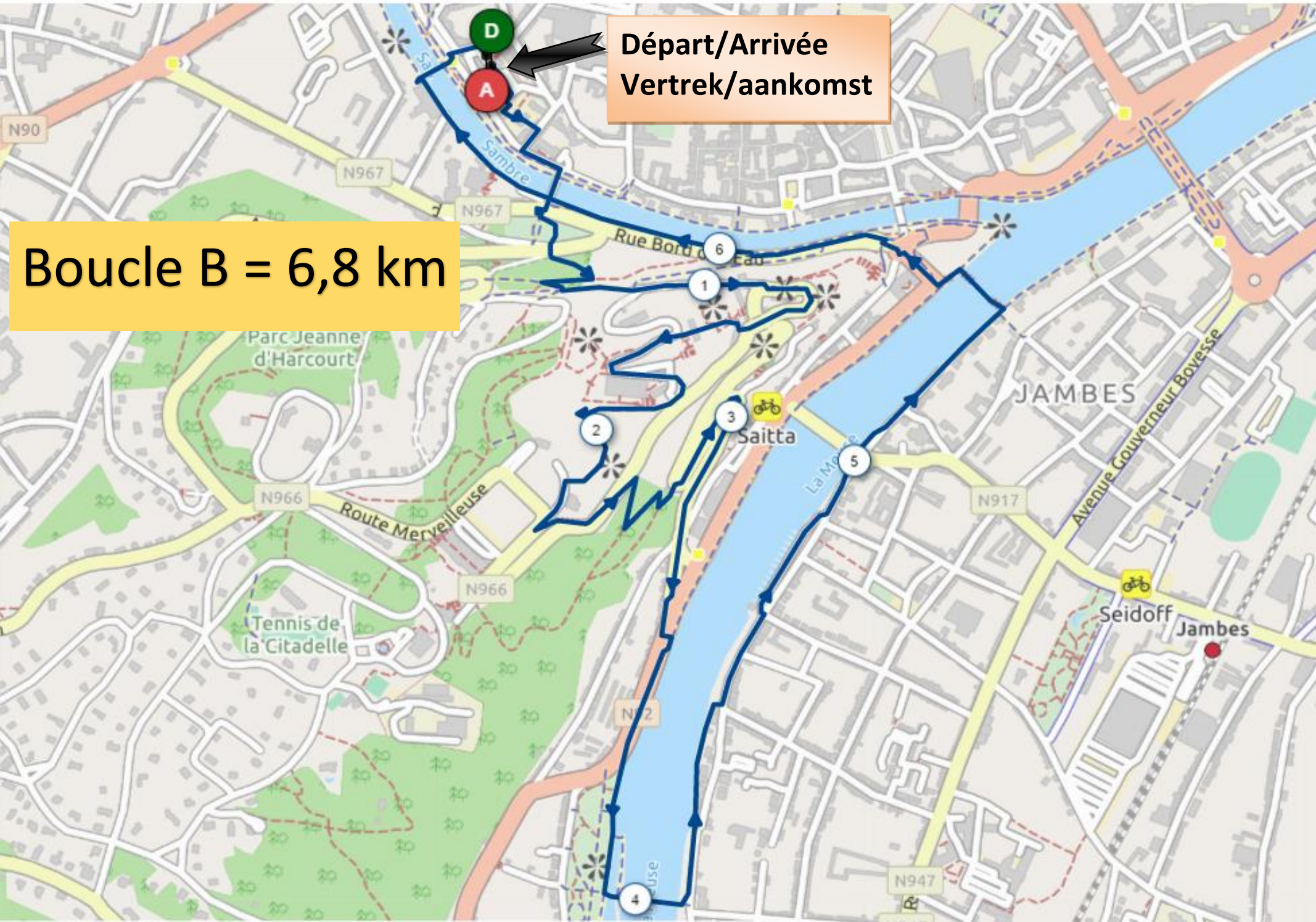
Départ/Arrivée
Vertrek/aankomst

Boucle A = 4,5 km



Départ/Arrivée
Vertrek/aankomst

Boucle B = 6,8 km



Boucle C = 11,3 km

Départ/Arrivée
Vertrek/aankomst



Contrôle
« La Plante »

Boucle D = 7,9 km

