



Demande pour une prise en charge par l'association CBF Attitude

Date de la demande :

mardi 8 juillet 2008

Pseudo de l'organisateur :

Adrien B.

Nom de l'organisateur :

Adrien Bonnat

n° de téléphone de l'organisateur :

Adresse mail de l'organisateur :

adrien.bonnat@orange.fr

Date de la balade :

Dim. 31 Aout au Jeudi 4 Sept. 2008

Nom de la balade :

La Route des Grandes Alpes

Liste des participants :		
pseudo ou nom	adhérent à l'association	
	oui / non	
1 - Adrien B.	OUI	
2 - Célestin B.	NON	
3 - Chris	NON	
4 - Marsu21	NON	
5 - Ced	NON	
6 - Papy	OUI	
7 - Martine	OUI	
8 - Nicis	OUI	
9 - Highlander69	OUI	

Roadbook : (les villes traversées & distances)		
Ville	Km	temps
Dimanche 31 Aout (Soir) : THONON Les BAINS (48€) Hôtel :		
Thonon - Bourg Saint Maurice	190 km	5h30
Lundi 1 Sept. (soir) : BOURG Saint MAURICE (47,22€) Hôtel :		
Bourg Saint Maurice - Briançon	195 km	5h
Mardi 2 Sept. (soir) : BRIANCON (46€) Hôtel :		
Briançon - Auron	150 km	4h
Mercredi 3 Sept. (Soir) : Valdeblore (45€) Hôtel :		
Valdeblore - Menton	130 km	3h30
Jeudi 4 Sept. (Soir) : Hôtel :		
	665 km	

Par le présent document, l'organisateur de cette balade s'engage à faire respecter les articles 5 & 7 du règlement intérieur de l'association CBF Attitude.

a) La route elle-même

La Route des Grandes Alpes s'étend sur 700 kilomètres de routes de montagne. Elles sont à emprunter en restant vigilant :

- signalétique. Que l'on vienne de Thonon-les-Bains ou de Menton, la Route des Grandes Alpes est signalée aux principaux changements de direction par des panneaux aux couleurs de l'itinéraire.
- l'état du revêtement : après les frasques de l'hiver, la route peut être dégradée et la chaussée déformée voire ravinée
- le profil du parcours : la majorité des routes sont en bon état. La route reste néanmoins sinueuse et parfois étroite ; les passages de tunnels faiblement éclairés ou ceux situés à flanc de pentes escarpées retiendront toute votre attention...
- le domaine de la Route des Grandes Alpes, c'est aussi la haute montagne où le temps change vite et où la neige peut réapparaître un 14 juillet.

L'itinéraire franchit à plusieurs reprises une altitude de 2300 mètres, il est bon de faire attention aux changements de climat et de température entre les fonds de vallée et les cols.

b) La route à moto

Tout au long du parcours, il est particulièrement recommandé de bien :

- contrôler l'entretien de sa moto : huile moteur, plaquettes de frein, liquide de refroidissement, pression des pneus, phare, graissage de la chaîne, arrimage des bagages
- recenser à l'avance les points de ravitaillement en essence (attention, certaines stations ne prennent pas les cartes de paiement)
- vérifier son équipement : casque, bottes et blouson de cuir, sous-vêtements bien isolants, gants d'hiver et bonne combinaison de pluie

Nous vous proposons le périple en 3 jours :

- Thonon-les-Bains / Bourg Saint Maurice : compter environ 5 h pour 180 km
- Bourg Saint Maurice / Guillestre : environ 6 h pour 240 km, passage des plus hauts cols
- Guillestre / Menton : environ 8 h pour 250 km (routes tortueuses) descente vers la mer



