



## Sultan's Giro 2014

g<sup>ème</sup> édition du PolyGiro  
 Lausanne - Istanbul  
 15 étapes, 1<sup>ère</sup> - 19 août  
 3000 km, D<sup>+</sup> 15'000 m



### Programme

### Check-list

Rassemblement jeudi 31.7  
 à 16h00 à Pully + nuit yc  
 CONTRÔLES

1<sup>ère</sup> AOÛT, 1<sup>ère</sup> étape  
 PULLY - BADEN 304 km D<sup>+</sup> 1400 m

2<sup>ème</sup> ULM 207 km D<sup>+</sup> 1300 m

3<sup>ème</sup> DORFEN 195 km D<sup>+</sup> 1000 m

4<sup>ème</sup> STEYR (A) 207 1000

5<sup>ème</sup> WIEN 202 700

6 AOÛT REPOS à WIEN

6<sup>ème</sup> GYÖR (H) 149 40

7<sup>ème</sup> KECSKEMÉT (H) 240 540

8<sup>ème</sup> TIMISOARA (RO) 234 50

9<sup>ème</sup> BAILE HERCULANE 214 2000

VARIANTE TRANSFIGARAS

10<sup>ème</sup> LOM (BG) 201 800

12 AOÛT REPOS

11<sup>ème</sup> SOFIA (BG) 166 1800

12<sup>ème</sup> PLOVDIV 161 450

13<sup>ème</sup> EDIRNE (TR) 205 550

14<sup>ème</sup> SARAY 137 900

15<sup>ème</sup> ISTANBUL 152 1400

17/18 AOÛT, 1 j. DE RÉSERVE

19 AOÛT TRAVERSÉE BOSPHORE,  
 TOUR EN ORIENT

20 AOÛT: DÉBUT DES RETOURS  
 PAR AVION YC VÉLO

Vélo course révisé,  
 pneus neufs

Porte-bagages avec sacoches  
 longitudinale 36x25x20

petite sacoches guidon  
 Petit sac à dos super  
 léger/aéré

2 BIDONS GRDE CONTENANCE  
 CASQUE YC RUBAN NOIR/BLANC  
 FRONTALE 100 LUMEN

LUNETTES SOLEIL/NUIT/LECTURE  
 2 CUISSARDS, CHAUSSURES VELOCLIP  
 2 MAILLOTS L'UN MANCHE LONGUE  
 L'AUTRE COURTE ET JAUNE

2 PAIRES CHAUSSETTES  
 1 COUPE-VENT JAUNE  
 1 K-WAY PLUIE JAUNE  
 1 CHASUBLE (FOURNIE)  
 1 BONNET VELO, GANTS  
 FIVE FINGERS OU TONG  
 1 CULOTTE/COSTUME BAIN  
 1 PANTALON 3/4  
 SAC DE COUCHARGE MINI  
 MATELAS GONFLABLE "  
 1 LINGE MINI / 1 SHORT  
 1 COUVRE-NUQUE POUCHOIRE  
 COUTEAU, CARNET, STYLO, NATEL  
 CHARGEUR, PASSPORT, ARGENT  
 MICRO TROUSSE TOILETTE, DÉO  
 KIT RÉPARATION 2 à 3 CHBR. AIR  
 POMPE, BLETTEZ, CLÉS...

PROVISIONS PR 1 JOUR + BARRE  
 SUCRES, VIANDE SÈCHÉE  
 MINI SACHET PHARMACIE  
 SAVON POUR TOUT YC LESSIVE  
 CORDELETTE 2 m.  
 HUILES VELO +  
 MASSAGE, MICRO  
 CADENAS VELO  
 CARTES, CRÈME  
 SOLEIL, COLYRE,  
 ANTI-MOUSTIQUE.

### Questions

DO DO ? PROVIDENCE, CHÂTEAU,  
 EGLISE, BELLE ÉTOILE, PTI HÔTEL

RAVITO ? PTI RESTO, BOULANGERIE,  
 PROVISIONS SUR VELO

DOUCHE LAVABO : FONTAINE, RIVIÈRE  
 PLUIE, JET D'EAU

BOBO : AIDE, ASSURANCE RAPATRIEMENT

KO : TRAIN-BUS SAUT DE PUCE OU  
 JUSQU'À ISTANBUL

AUTO... NOMIE TOTALE TRÈS  
 PROBABLE

NIVEAU : CYCLIER OU AMAZONE  
 ENBURCIS, ENTRAÎNÉS,  
 HYPER DISCIPLINÉ, ☺ T'IS!

TEMPO : 8h en SELLE, COMPTEUR  
 28-30 km/h, 25 km/h, DÉPART  
 6/7h DUMAT. 5h si CANICULE

POQUITO ? POSSIBLE REJOINDRE  
 N'IMPORTE OÙ, FLÈCHE

VÉLO CHARGÉ DOIT RESTER UN RAPIDE COURSIER!



INSCRIPTION:  
 INFO @ POLYATHLON.ORG  
 WWW.POLYATHLON.ORG

