

POLYGIRO 2010 – TOUR DE SUISSE & BIKE POWER

PROGRAMME ET TABELLE DE MARCHÉ

Prologue 177km « IronMan »	horaire H...	km	Samedi 28 août	1 ^{ère} étape 158km « Berner Oberland » <i>dénivelé 2200m</i>	horaire	km	Dimanche 29	2 ^{ème} étape 75km « Les 3 Bernoises »	horaire	km	Lundi 30 août	3 ^{ème} étape 127km « Le Lac des 4 Cantons » <i>dénivelé 700m</i>	horaire	km	Mardi 31 août
SSU Dorigny	HeureH	0	8h50	EPFL	HeureH	0	05h00	Bern	Heure H	00	08h00	Brienz 577m	Heure H	0	08h00
Lausanne-Duchy	+10'	4		Lausanne-Duchy 374m	+17'	6		Muri	+10'	3		Brünigpass 1008m	+45'	11	
Lutry BCV	+19'	9		Lutry	+30'	11		Allmendingen	+23'	7	F+B	Lungern			
Cully	+26'	12		Cully		15		Rübigen		10		Sachselsn (Flueli à droite)	+1h40	29	
Vevey Nestlé	+45'	22	RP>Mx	Rieux				Münsingen	+34'	12		Flueli-Ranft	+3h00	37	
Montreux	+60'	30		Chexbres	+1h00	20		Oberwichtlach		16		Départ			
Château de Chillon		33		Chardonne 589m	+1h15	24		Konolfingen		19	F+B	Sarnen		40	
Villeneuve	+1h10	35	G Shell	Jongny		25		Heimberg	+1h00	22		Alpnach		45	
Noville-Porte du Scex	+1h23	42	F pipi	Châtel-St-Denis 809m	+1h45	33		Steffisburg		24		Pont/Parking		52	
Bouverey VS	+1h33	47	49 rails	Semsaies 853m	+2h06	39		Thun	+1h30	25		Hergiswil		58	
St-Gingolf (France)	+1h40	52	Douane, B	Vaulruz		47		Thun départ				Almend entrée LU Horw		58	
Grande Rive	+2h10	67	Pause 10'-WC	Vuadens		49		Oberhofen		30		Luzern (tour de ville)	+4h45	63	12h45
Evian		68		Bulle 771m	+3h10	51		Gunten				Luzern dpt	+6h00		
Vongy (2km avant Thonon)	+2h37	75	à droite	La Tour de Tréme				Merligen (Thuner See)				Meggen		69	
>château de Ripaille		78		Gruyères 830m	+3h30	59	08h30	Interlaken	+2h30	49		Merlischachen		73	
Port de Thonon	+2h45	79	pavés	Gruyères départ	+4h30		9h30	Interlaken départ	+3h00			Küsnacht am Rigi		75	
Corzent>Bas-Chablais		81	circuit B-Ch	Broc 718m		63		Ringgenberg				Risch		82	
Anthy		84	F	Charmey 887m		70	F+V	Oberried				Buonas		83	
Séchex		86		Im Fang 922m		77	Chapelle	Brienz (Migros)	+4h00	70		Holzhäusern		84	
Domaine de Coudraie		87	portails-dd	Jaun 1015m			F+B	Brienz départ	+4h30			Cham		87	
Sciex	+3h12	90	B C à droite	Jaunpass 1509m F+R A	+7h00	89	12h00	Ballenberg	+4h45	72	13h00	Zug	+7h00	93	
Excenevex		93		Jaunpass départ	+8h30		13h30	Freilicht Museum				Zug départ			
Yvoire (visite)	+3h25	96		Baltigen		98	2 x rails	Ballenberg départ				Baar		99	
Messery		99		Weissenburg		106		Brienz camping Aareg		75	17h00	Sihlbrugg		104	
Chens/Léman		103	B WC	Erlenbach		112		Baignade				Langnau		114	
Hermance (Suisse)	+3h45	108	Pause 20'WC	Wimmis	+9h40	118	14h40					Adliswil	+8h15	116	
Vésenaz		115		Brodhüsi		119						Pt → Thalwil			
Genève (Pt du Mt-Blanc)	+4h35	122	visite	Reutigen		120	Stockental G					Rüschlikon		118	→Kilchberg
Coppet		135		Niederstocken		124		* strong/ignares !				Sanatorium		121	
Nyon	+5h20	143	Pause 5'	Oberstocken				Interlaken				Alte Landstrasse			
Rolle	+5h45	155		Pohlern Rohrmoos		128		Grindelwald				Zone 30 / église G D		123	
St-Prex (visite)		165	B des dames	Blumenstein	+10h30	131		Männlichen 2290m ou				Kilchberg			→City
Morges (visite)	+6h15	169	château	Wattenwil		134		Grosse Scheidegg 1962m				Zürich-Pt Bellevue	+8h45	127	16h45
EPFL RLC		175		Mühletürnen		140									
SSU Dorigny	+6h35	177	TR 5h55	Toffen		146									
Arrivée 15h30-15h45				Belp	+11h10	149	Spital G								
				Kersatz		151									
				« Altstadt »		155									
				Bern	+12h00	158	17h00								
<i>Nuit : abris PC Epfl</i>				<i>Nuit : salle de gym</i>				<i>Nuit : camping</i>				<i>Nuit : salle de gym</i>			

POLYGIRO 2010 – TOUR DE SUISSE & BIKE POWER

PROGRAMME ET TABELLE DE MARCHÉ

4 ^{ème} étape 128/178km « Zentral Schweiz » dénivelle *+2200m/+2700m	horaire H...	km	Merc 1 ^{er} sept.	5 ^{ème} étape 90/202km « Grisons-Tessin » dénivelle **+2900m/+4400m	horaire	km	Jeudi 2 sept.	6 ^{ème} étape 107km « Carvin-Monte Rosa » dénivelle +2000m	horaire	km	Vendredi 3 septembre	7 ^{ème} étape 185km « La Vallée du Rhône »	horaire	km	Samedi 4 sept.
Zürich 411m	HeureH		06h00	Guttannen 1057m	HeureH	0	6h00	Al'Acqua 1614m	HeureH	0	07h00	Zermatt	HeureH		07h00
Küsnacht	+12'	5		Handegg 1401m		6		Passo di Novena 2478m ▲	+1h10	11		Visp	+1h30	36	
Herrliberg	+22'	10		Grimselpass 2164m ▲	+1h40	18		Novena départ				Visp départ	+1h40		
Meilen	+31	14		Grimselpass dpt **				Ulrichen 1346m	+1h40	25		Gampel	+1h55	45	
Uetikon		16	Rails	Gletsch 1757m	+2h00	24		Biel	+2h10	35		Susten		53	
Stäfa				Belvédère 2269m (Gl du Rhône)	+2h40	32		Biel départ	+2h40			Sierre/Chippis	+2h40	62	
View Point Rapperswil		27		Belvédère départ	+3h00			Fiesch				Chalais			
Rapperswil	+1h09	30	Château	Furkapass 2429m ▲	+3h15	35		Naters				Grône			
Rapperswil départ	+1h45			Realp 1538m		47		Brig (rive droite du Rhône)	+4h15	60		Bramois			
Pfäffikon 412m	+2h00	34		Hospental 1452m		52	*	Lalden (pont)				Sion	+3h10	77	
Schindellegi 764m	+2h30	41		Andermatt 1447m	+4h00	55		Visp 651m (Migros)	+5h00	71	12h00	Aproz			
Biberbrugg 830m	+2h45	44		Oberalppass 2044m ▲	+5h00	66		Visp dpt	+6h30		13h30	Riddes	+3h30	89	
Einsiedeln 905m	+3h00	50	Abbaye	Sedrun 1404m		78		Stalden 799m	+7h00	79		Saillon	+3h40	94	Pause 20'
Einsiedeln départ	+3h30		*F 9h00	Disentis/Muster 1142m	+6h00	87	12h	St Niklaus				Fully			
Biberbrugg		56		Disentis départ	+7h00		13h	Randa				Collonges			
3/2 Altmatt		63		Curaglia 1332m				Täsch 1450m	+8h30	99		St-Maurice	+4h50	120	
Rothenthurm 923m	+4h10	64		Passo del Lucomagno 1915m ▲	+8h30	108		Zermatt 1616m	+9h00	107	16h00	Massongex			
Schwyz 516m	+4h30	77	Bibliothèque	(Valle Santa Maria)								Bord du Rhône			
Brunnen 435m	+5h00	83	TR 3h45	Olivone 889m		127						UCI			
Altdorf	+5h40	98	Guillaume Tell	Aquila								Noville			
Altdorf dpt	+6h40		12h40	Biasca 301m	+9h40	150	TR8h00					Villeneuve			
Erstfeld				(Valle Leventina)								Chillon	+6h00	150	13h00
Amsteg 526m	+7h20	112		Airolo 1159m	+11h40	190						Chillon départ	+7h30		14h30
Wassen 916m	+8h00	123	F	Al'Acqua	+12h15	202	19h	Course à pied :				Montreux		153	
Sustenpass 2224m ▲	+10h00	141						Zmutt 1936m				Vevey		164	
Sustenpass dpt	+10h15			<i>*leisure/medium :</i>				Schwarzsee 2583m				Lausanne-Duchy		179	
Gadmen 1205m				Hospental 1452m	+3h45	52						EPFL	+9h00	185	16h00
Innertkirchen 625m	+11h00	169		Passo del S.Gottardo 2108m ▲	+5h00	62									
Guttannen 1057m	+12h00	178		Airolo 1159m	+6h00	78									
				Airolo dpt (Val Bedretto)											
				Fontana 1281m											
<i>*leisure/medium :</i>				Bedretto											
départ d'Einsiedeln 128km				Al'Acqua 1614m	+7h00	90									
				(Rivière Ticino)											
				**OberAar 2340m	+30'	+5									
				OberAar retour	+60'	+10									
Nuit : salle de gym				Nuit : camping				Nuit : surprise!				Nuit : abris PC Epfl			