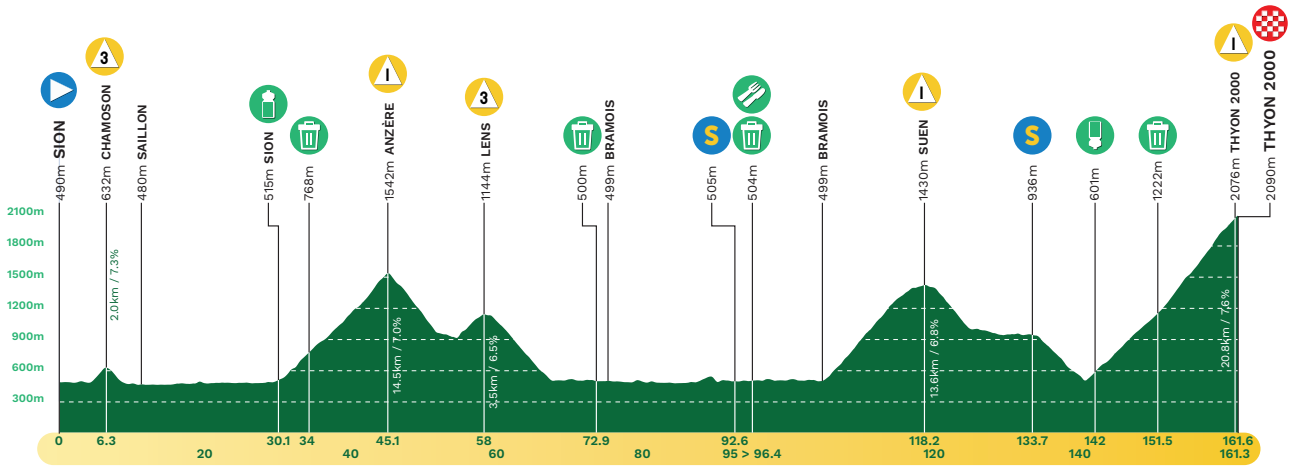


# SION - THYON 2000

## 4<sup>ÈME</sup> ÉTAPE - SAMEDI 29 AVRIL 2023



**4ème étape Sion - Thyon 2000 161,60 km** **Samedi 29 avril 2023**

Montée 4345 ▲ Temps prévu 4h 58min

















Descente 2745 ▼ Moyenne horaire 32.5 km/h

Kilomètres		Horaires (Heure locale)		
altitude	du départ	de l'arrivée	Lieu	Caravane
				31.0 km/h
				<b>32.5 km/h</b>
				33.0 km/h

**Contrôle des signatures jusqu'à 10h30**

DN	Sion, Place de la Planta, Rue de Lausanne, à droite, Av. de la Gare, à gauche, Av. du Petit-Chasseur, à droite, Rue de Lausanne, à droite, Rue de la Jonction giratoire, à droite, Rue Maurice-Troillet, à droite, Av. de la Gare, giratoire, à gauche, Rue du Collège, giratoire, tout droit, Rue du Collège, à droite, Bretelle d'autoroute, 2 giratoires, tout droit, giratoire, à gauche, Route cantonale, giratoire, tout droit, Route cantonale, départ hauteur magasin Anthamatten			09:55	10:40	<b>10:40</b>	10:40
	Neutralisation 7,9 km						

D	490	0.0	161.6	<b>Départ, Sion</b>	Vétroz, hauteur Anthamatten	10:55	<b>10:55</b>	10:55	
	488	0.5	161.1		3 îlots à suivre	10:55	<b>10:55</b>	10:56	
	482	1.5	160.1		2 îlots à suivre	10:56	<b>10:56</b>	10:57	
	482	1.8	159.8	<b>Magnot</b>		10:57	<b>10:57</b>	10:57	
	482	1.9	159.7		2 îlots à suivre	10:57	<b>10:57</b>	10:57	
	484	2.3	159.3		5 îlots à suivre	10:58	<b>10:57</b>	10:58	
	501	3.0	158.6	<b>Ardon</b>		10:58	<b>10:58</b>	10:58	
	501	3.0	158.6		9 îlots à suivre	10:58	<b>10:58</b>	11:00	
	489	4.3	157.3		giratoire, à droite, Chamoston	11:00	<b>11:00</b>	11:00	
	489	4.3	157.3	<b>Début GPM 3, Chamoston</b>	2,0 km pente moy. 7,3%, max. 9%	11:00	<b>11:00</b>	11:02	
	584	5.7	156.0		îlot	11:03	<b>11:03</b>	11:03	
	613	6.0	155.7	<b>Chamoston</b>		11:04	<b>11:03</b>	11:03	
	628	6.2	155.5		îlot	11:04	<b>11:04</b>	11:04	
	632	6.3	155.3	<b>GPM 3, Chamoston</b>		11:05	<b>11:04</b>	11:05	
	523	8.0	153.6	<b>Leytron</b>		11:06	<b>11:06</b>	11:06	
	488	8.7	152.9		bifurcation, tout droit, Saillon	10:22	11:07	<b>11:06</b>	11:07


4ème étape Sion - Thyon 2000 161,60 km						Samedi 29 avril 2023		
Montée	4345 ▲	Temps prévu 4h 58min						
Descente	2745 ▼	Moyenne horaire 32.5 km/h						
altitude	Kilomètres		Lieu	Caravane	Horaires (Heure locale)			
	du départ	de l'arrivée			31.0 km/h	32.5 km/h	33.0 km/h	
471	9.6	152.0		îlot	11:08	11:07	11:07	
480	10.1	151.5	<b>Saillon</b>		11:09	11:08	11:08	
	471	10.4	151.2	<i>giratoire, tout droit, Martigny</i>	11:09	11:08	11:08	
	466	10.8	150.8	6 îlots à suivre	11:10	11:09	11:10	
	465	11.9	149.7	<i>giratoire, tout droit, Riddes - Saxon</i>	11:11	11:11	11:12	
	467	13.8	147.8	îlot	11:14	11:13	11:14	
	468	14.6	147.0	<i>giratoire, tout droit, Riddes - Sion</i>	11:16	11:15	11:14	
	468	14.8	146.8	berme centrale	11:16	11:15	11:14	
	468	15.0	146.6	bifurcation à droite, Riddes	11:16	11:15	11:14	
	469	15.0	146.6	bifurcation, à droite, Riddes	11:16	11:15	11:15	
	469	15.3	146.3	rétrécissement	11:16	11:15	11:15	
	469	15.4	146.2	<b>Riddes</b>	11:17	11:16	11:15	
	469	15.5	146.1	îlot	11:17	11:16	11:15	
	469	15.5	146.1	bifurcation, à gauche, Rue de la Gare	11:17	11:16	11:15	
	469	15.5	146.1	14 rétrécissements sur la droite	11:17	11:16	11:16	
	479	16.2	145.5	bifurcation, tout droit, Rue des Caves	11:18	11:17	11:16	
	474	16.6	145.0	bifurcation, à droite, Rue des Artisans	11:18	11:17	11:17	
	480	16.8	144.8	<i>giratoire, tout droit, Aproz, Route d'Aproz</i>	11:19	11:18	11:17	
	483	16.9	144.7	bifurcation, à gauche, Sion	11:19	11:18	11:19	
	478	18.7	142.9	<i>giratoire, tout droit, par la gauche, Sion</i>	11:22	11:20	11:24	
	482	22.5	139.1	passage à niveau	11:27	11:26	11:27	
	486	24.8	136.8	bifurcation à gauche, Sion	11:31	11:29	11:28	
	481	25.2	136.4	bifurcation, à gauche, Conthey, berme centrale	11:31	11:30	11:28	
	484	25.4	136.2	bifurcation à droite, Route des Ronquoz	11:32	11:30	11:29	
	482	25.6	136.0	bifurcation à gauche, Club Vol à voile, Ch. du Dailley	11:32	11:30	11:29	
	481	26.0	135.6	bifurcation à droite, Avenue Maurice-Troillet	11:32	11:31	11:30	
	481	26.8	134.8	<b>Châteauneuf</b>	11:34	11:32	11:31	
	482	27.7	133.9	3 îlots à suivre	11:35	11:33	11:32	
	482	27.8	133.8	<i>giratoire, tout droit, Sion</i>	11:35	11:33	11:32	
	482	28.1	133.5	<i>giratoire, tout droit, par la gauche, Sion, Avenue Maurice-Troillet</i>	11:36	11:34	11:32	
	482	28.3	133.3	bifurcation à gauche	11:36	11:34	11:32	
	482	28.4	133.2	bifurcation à droite, Sion, Rue de Lausanne	11:36	11:34	11:33	
	483	28.6	133.0	<b>Sion</b>	11:36	11:35	11:33	
	483	28.9	132.7	bifurcation à gauche, Rue de Lausanne	11:37	11:35	11:33	
	484	29.1	132.5	<i>giratoire, tout droit, Rue de Lausanne</i>	11:37	11:35	11:34	
	489	29.3	132.3	<i>giratoire, tout droit, par la droite, Rue de Lausanne</i>	11:38	11:36	11:34	
	499	29.7	131.9	<i>giratoire, tout droit, Rue de Lausanne</i>	11:38	11:36	11:34	
	504	29.8	131.8	bifurcation, à gauche, Avenue de la Gare	11:38	11:36	11:35	
	515	30.1	131.5	2 îlots à suivre	11:39	11:37	11:35	
	520	30.2	131.4	bifurcation à droite, Avenue Ritz	11:39	11:37	11:35	
	522	30.3	131.3	îlot	11:39	11:37	11:35	
	526	30.5	131.1	2 îlots à suivre	10:54	11:39	11:35	
	525	30.6	131.1	<i>giratoire, à gauche, par la gauche, Ayent - Anzère</i>	11:39	11:37	11:35	
	526	30.6	131.1	<b>Début GPM 1 Anzère 14,5 km pente moy. 7,0%, max. 11,0%</b>	11:39	11:37	11:37	
	546	30.9	130.7	2 îlots à suivre	11:41	11:38	11:37	
	568	31.2	130.4	<i>giratoire, tout droit, par la droite, Crans - Montana</i>	11:42	11:39	11:38	

4ème étape Sion - Thyon 2000 161,60 km						Samedi 29 avril 2023		
Montée	4345 ▲		Temps prévu 4h 58min					
Descente	2745 ▼		Moyenne horaire 32.5 km/h					
altitude	Kilomètres		Lieu	Caravane	Horaires (Heure locale)			
	du départ	de l'arrivée			31.0. km/h	32.5 km/h	33.0 km/h	
583	31.5	130.1		îlot	11:43	11:40	11:42	
666	32.6	129.0	<b>Champlan</b>		11:46	11:44	11:46	
768	34.0	127.6	<b>Zone de déchets sur 500m.</b> 		11:51	11:48	11:47	
788	34.3	127.3	<b>Grimisuat</b>		11:52	11:49	11:47	
798	34.4	127.2		îlot	11:52	11:50	11:48	
824	34.8	126.8		îlot 	11:53	11:51	11:49	
846	35.1	126.5		îlot	11:54	11:52	11:50	
 859	35.3	126.3		<i>giratoire, à droite, Crans - Montana - Anzère</i>	11:55	11:52	11:51	
875	35.6	126.0		îlot	11:56	11:53	11:51	
 882	35.8	125.8		<i>giratoire, à droite, Anzère</i>	11:02	11:57	11:54	
 885	36.0	125.6		<i>giratoire, à gauche, par la gauche, Anzère - Arbaz</i>	11:57	11:54	11:52	
 890	36.1	125.5		<i>tunnel 50 m.</i>	11:58	11:55	11:52	
 890	36.2	125.4		<i>giratoire, à droite, Anzère</i>	11:58	11:55	12:01	
1089	38.9	122.7	<b>Arbaz</b>		12:07	12:04	12:02	
 1124	39.5	122.1		<i>giratoire, tout droit, Anzère</i>	12:09	12:05	12:06	
1198	40.5	121.1		îlot	12:12	12:09	12:19	
1538	45.1	116.5	<b>Anzère</b>		12:27	12:23	12:19	
1542	45.1	116.5	<b>GPM 1, Anzère</b>		12:28	12:23	12:23	
1230	48.9	112.8	<b>Les Flans</b>		12:32	12:27	12:25	
1049	50.7	110.9	<b>Saint-Romain</b>		11:48	12:33	12:29	
1039	50.8	110.8		îlot	12:34	12:29	12:25	
1036	50.8	110.8		<i>bifurcation à droite, Sion</i>	12:34	12:29	12:25	
1005	51.2	110.4	<b>Botyre</b>			12:34	12:29	
996	51.3	110.3		îlot	12:34	12:29	12:26	
967	51.6	110.0		<i>bifurcation à gauche, Crans - Montana</i>	12:34	12:30	12:26	
961	52.2	109.4	<b>Luc</b>		12:35	12:30	12:26	
956	52.3	109.3		îlot	12:35	12:30	12:27	
952	52.6	109.0		îlot	12:35	12:31	12:28	
914	54.4	107.2		<i>Pont de la Lienne</i>	12:37	12:33	12:28	
914	54.5	107.1	<b>Début GPM 3 Lens, 3,5 km pente moy. 6,5%, max. 9,0%</b>		12:38	12:33	12:31	
977	55.3	106.3	<b>Icogne</b>		12:40	12:35	12:33	
1034	56.1	105.5		îlot	12:42	12:37	12:36	
1104	57.3	104.3	<b>Lens</b>		12:46	12:41	12:37	
1117	57.6	104.0		îlot	12:46	12:41	12:38	
1144	58.0	103.6	<b>GPM 3, Lens</b>		<i>Etang Le Louché</i>	12:48	12:42	
1143	58.1	103.5		îlot	12:48	12:43	12:38	
1143	58.2	103.4		<i>bifurcation, à droite, Sierre - Chermignon</i>	12:48	12:43	12:39	
 1096	59.6	102.0		<i>giratoire, tout droit, par la droite, Sierre - Chermignon</i>	12:49	12:44	12:41	
998	60.9	100.7		<i>2 îlots à suivre</i>	12:51	12:46	12:41	
975	61.2	100.4	<b>Chermignon-d'en-Bas</b>		12:06	12:51	12:46	
975	61.3	100.3		îlot	12:51	12:46	12:41	
944	61.7	99.9		îlot	12:52	12:46	12:42	
915	62.0	99.6		îlot	12:52	12:47	12:42	
886	62.3	99.3		îlot	12:52	12:47	12:44	
720	64.4	97.2		<i>bifurcation à droite, Ollon</i>	12:55	12:49	12:45	
660	65.0	96.6	<b>Ollon</b>		12:55	12:50	12:46	

**4ème étape Sion - Thyon 2000 161,60 km** **Samedi 29 avril 2023**

Montée 4345 ▲ Temps prévu 4h 58min

Descente 2745 ▼ Moyenne horaire 32.5 km/h




	altitude	Kilomètres		Lieu	Horaires (Heure locale)					
		du départ	de l'arrivée		Caravane	31.0 km/h	32.5 km/h	33.0 km/h		
↘	602	65.9	95.7							
	517	67.2	94.4							
	505	67.5	94.2	<b>Granges</b>						
	505	67.5	94.1							
	503	67.9	93.7							
	504	68.2	93.4							
↻	504	68.4	93.2							
	504	68.4	93.2	<b>Grône</b>						
	520	70.1	91.5	<b>Pramagnon</b>						
	507	70.7	90.9							
	501	72.7	88.9							
	500	72.9	88.7	<b>Zone de déchets sur 500m.</b> 						
	499	73.9	87.7	<b>Bramois</b>						
↻	499	74.0	87.6							
↻	499	74.5	87.1							
↻	500	74.8	86.8							
↻	496	75.8	85.8							
↻	498	76.4	85.2							
	497	76.5	85.1	<b>Sion</b>						
↻	494	76.7	84.9							
	493	77.1	84.5							
↻	490	77.3	84.3							
↻	491	77.6	84.0							
	490	79.5	82.1							
↻	485	79.8	81.8							
↻	484	80.1	81.5							
	481	83.0	78.6							
	484	83.3	78.3							
	482	83.5	78.1							
	481	83.9	77.7							
	481	84.7	76.9	<b>Châteauneuf</b>						
	482	85.6	76.0							
↻	482	85.7	75.9							
↻	482	86.0	75.6							
	482	86.2	75.4							
	482	86.2	75.4							
	483	86.5	75.1	<b>Sion</b>						
	483	86.8	74.8							
↻	484	87.0	74.6							
↻	489	87.2	74.4							
↻	499	87.6	74.0							
	504	87.7	73.9							
	515	88.0	73.6							
	520	88.1	73.5							
	522	88.1	73.5							
	526	88.4	73.2							

4ème étape Sion - Thyon 2000 161,60 km							Samedi 29 avril 2023		
Montée		4345 ▲		Temps prévu 4h 58min					
Descente		2745 ▼		Moyenne horaire 32.5 km/h					
Kilomètres	altitude	du départ	de l'arrivée	Lieu	Caravane	Horaires (Heure locale)			
						31.0. km/h	32.5 km/h	33.0 km/h	
	525	88.5	73.1			13:31	13:24	13:18	
	535	88.9	72.7			13:32	13:25	13:19	
	497	89.8	71.8			13:33	13:26	13:24	
	497	92.8	68.8	<b>Uvrier</b>		13:38	13:30	13:24	
	498	93.0	68.6			13:38	13:31	13:23	
	505	92.6	69.0	<b>Sprint JOUEZSPORT</b>		13:38	13:30	13:25	
	508	93.6	68.0			13:39	13:32	13:25	
	508	93.7	67.9	<b>Saint-Léonard</b>		13:39	13:32	13:25	
	502	94.0	67.6			13:40	13:32	13:27	
	504	95.0	66.6	<b>Début zone de déchets</b>		13:41	13:34	13:27	
	504	95.2	66.4	<b>Début ravitaillement</b>		13:42	13:34	13:28	
	507	96.2	65.4	<b>Fin ravitaillement</b>		13:43	13:36	13:29	
	507	96.4	65.2	<b>Fin zone de déchets</b>		13:44	13:36	13:30	
	508	97.2	64.4	<b>Granges-Gare</b>		13:45	13:37	13:30	
	509	97.3	64.3			13:45	13:37	13:30	
	517	97.4	64.2			13:45	13:37	13:31	
	505	97.7	63.9	<b>Granges</b>		13:46	13:38	13:31	
	505	97.7	63.9			13:46	13:38	13:31	
	503	98.1	63.5			13:46	13:38	13:32	
	504	98.5	63.1			13:47	13:39	13:32	
	504	98.6	63.0			13:47	13:39	13:32	
	504	98.7	62.9	<b>Grône</b>		13:47	13:39	13:34	
	520	100.4	61.2	<b>Pramagnon</b>		13:50	13:42	13:35	
	507	101.0	60.6			13:51	13:43	13:38	
	501	102.9	58.7			13:54	13:46	13:40	
	499	104.1	57.5	<b>Bramois</b>		13:56	13:47	13:40	
	499	104.2	57.4			13:56	13:48	13:40	
	504	104.6	57.0			13:56	13:48	13:41	
	505	104.5	57.1	<b>Début GPM 1, 13,6 km pente moy. 6,8 %, max. 10 %</b>		13:57	13:48	14:04	
	1132	112.7	48.9			14:22	14:13	14:10	
	1302	114.8	46.8	<b>Mase</b>		14:29	14:19	14:19	
	1426	118.1	43.5	<b>Suen</b>		14:39	14:29	14:20	
	1430	118.2	43.4	<b>GPM 1, Suen</b>		14:39	14:29	14:20	
	1414	119.0	42.6	<b>Saint-Martin</b>		14:40	14:30	14:21	
	1410	119.7	41.9			14:41	14:31	14:23	
	1295	121.1	40.5	<b>Liez</b>		14:43	14:32	14:25	
	1114	123.3	38.3			14:45	14:34	14:25	
	1091	123.5	38.1	<b>Praz-Jean</b>		14:45	14:35	14:25	
	1091	123.5	38.1			14:45	14:35	14:26	
	1039	124.1	37.5			14:46	14:35	14:26	
	1016	125.0	36.6	<b>La Luette</b>		14:47	14:36	14:28	
	987	126.5	35.1			14:49	14:38	14:28	
	985	126.7	34.9	<b>Euseigne</b>		14:49	14:38	14:35	
	943	133.2	28.4	<b>Vex</b>		14:56	14:45	14:35	
	936	133.7	27.9	<b>Sprint JOUEZSPORT</b>		14:57	14:45	14:35	
	938	133.8	27.8			14:57	14:45	14:36	

**4ème étape Sion - Thyon 2000 161,60 km** **Samedi 29 avril 2023**

Montée 4345 ▲ Temps prévu 4h 58min

Descente 2745 ▼ Moyenne horaire 32.5 km/h

altitude	Kilomètres		Lieu		Horaires (Heure locale)			
	du départ	de l'arrivée			Caravane	31.0. km/h	32.5 km/h	33.0 km/h
912	134.3	27.3		2 îlots à suivre		14:57	14:46	14:37
859	135.2	26.4	<b>L'Argilly</b>			14:58	14:47	14:40
643	138.1	23.5		bifurcation à gauche, Chemin des Fontaines	14:16	15:01	14:50	14:42
500	140.5	21.1		bifurcation à gauche, Route de Nendaz		15:04	14:53	14:42
500	140.5	21.1	<b>Début GPM 1 Thyon , 20,8km pente moy.7,6 %, max.11 %</b>			15:04	14:53	14:46
601	142.0	19.6	<b>Turin</b> 			15:08	14:57	14:47
624	142.3	19.3		îlot		15:09	14:58	14:49
662	142.9	18.7	<b>Arvillard</b>			15:11	14:59	14:50
684	143.5	18.1		îlot		15:13	15:01	14:50
684	143.6	18.0		bifurcation à gauche, Mayen de l'Ours		15:13	15:01	14:52
716	144.1	17.6	<b>Parvidondaz</b>			15:15	15:03	14:52
741	144.3	17.3		îlot		15:15	15:03	14:56
838	145.7	15.9	<b>Salins</b>			15:19	15:07	14:57
846	145.8	15.8		bifurcation tout droit, Mayens de l'Ours		15:20	15:08	15:01
970	147.6	14.0	<b>Crête à l'Œil</b>			15:25	15:13	15:04
1018	148.4	13.2	<b>La Vernaz</b>			15:28	15:15	15:04
1030	148.6	13.0		îlot		15:28	15:16	15:05
1047	148.9	12.7		bifurcation à droite, Mayens de Sion - Les Agettes		15:29	15:17	15:07
1095	149.7	11.9		bifurcation à gauche, Les Collons - Mayens de Sion		15:32	15:19	15:09
1148	150.5	11.1	<b>Les Agettes</b>			15:34	15:21	15:09
1149	150.5	11.1		bifurcation tout droit, Les Collons - Mayens de Sion		15:34	15:21	15:12
1222	151.5	10.1	<b>Zone de délestage sur 500m.</b> 		14:52	15:37	15:24	15:16
1323	152.8	8.8	<b>Mayens de Sion</b>			15:41	15:28	15:19
1430	153.9	7.7		bifurcation tout droit, Thyon 2000		15:44	15:31	15:21
1497	154.8	6.8		bifurcation à droite, Les Collons - Thyon 2000		15:47	15:33	15:29
1754	157.6	4.0	<b>Thyon - Les Collons</b>			15:55	15:41	15:29
1783	157.9	3.7		bifurcation à droite, Les Collons - Thyon 2000		15:56	15:42	15:39
2076	161.3	0.3	<b>GPM 1, Thyon 2000</b>			16:06	15:52	15:39
<b>A</b> 2090	161.6	0.0	<b>Arrivée, Thyon 2000</b>			16:07	15:53	15:39