























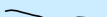




























La Grande Randonnée Céleste ▪ Objectif 18 ▪ sam 07-06 16:00 ☀ 05:28-21:40 • PQ 05-06										
1	GRC Diekirch - Départ ▪ 100%					192 m	00:00			12,7 km≡/h
	0,0 km	0,0 km	0 m+	0 m-	0,0 km≡			00:00	sam 16:00	
3	GR5-063 Blesbréck ▪ 98%					189 m	00:14			12,5 km≡/h
	3,0 km	3,0 km	15 m+	18 m-	3,0 km≡ 			00:14	sam 16:14	
4	GR5-062 Kiirchbesch ▪ 92%					427 m	00:29			11,6 km≡/h
	7,3 km	4,3 km	260 m+	23 m-	5,6 km≡ 			00:43	sam 16:43	609 m+/h
5	GR5-061 Marxbierg ▪ 92%					298 m	00:15			11,6 km≡/h
	10,1 km	2,8 km	31 m+	160 m-	3,0 km≡ 			00:58	sam 16:58	842 m-/h
6	GR5-060 Bettel ▪ 98%					214 m	00:13			12,3 km≡/h
	12,9 km	2,8 km	40 m+	124 m-	2,8 km≡ 			01:12	sam 17:12	
7	GR5-059 Leemkaul ▪ 98%					207 m	00:11			12,2 km≡/h
	14,7 km	1,8 km	78 m+	85 m-	2,3 km≡ 			01:23	sam 17:23	
8	GR5-058 AJ Vianden ▪ 98%					283 m	00:15			12,2 km≡/h
	17,0 km	2,3 km	154 m+	78 m-	3,2 km≡ 			01:39	sam 17:39	806 m+/h
9	GR5-057 Mont Saint Nicolas ▪ 92%					493 m	00:48			11,4 km≡/h
	22,9 km	5,9 km	447 m+	237 m-	9,2 km≡ 			02:28	sam 18:28	783 m+/h
10	GR5-056 Stolzembourg ▪ 92%					246 m	00:26			11,2 km≡/h
	26,8 km	3,8 km	120 m+	367 m-	5,0 km≡ 			02:55	sam 18:55	1265 m-/h
11	GRC Ravito 1 ▪ 92%					279 m	00:17	03:12	sam 19:12	11,2 km≡/h
	29,1 km	2,3 km	151 m+	118 m-	3,3 km≡ 	<div></div>	00:05	03:17	sam 19:17	742 m+/h
Σ	Totaux Intermédiaires						03:12			11,6 km≡/h
	29,1 km	1.297 m+	1.210 m-	37,4 km≡			00:05	03:17		11,4 km≡/h
12	GR5-055 Pont de Gemund ▪ 92%					250 m	00:15			11,2 km≡/h
	31,2 km	2,1 km	114 m+	142 m-	2,9 km≡ 			03:33	sam 19:33	724 m+/h
13	GR5-054 Wahlhausen ▪ 92%					498 m	00:25			11,1 km≡/h
	34,5 km	3,3 km	259 m+	11 m-	4,8 km≡ 			03:59	sam 19:59	645 m+/h
14	GR5-053 Untereisenbach ▪ 92%					258 m	00:13			11,1 km≡/h
	36,9 km	2,5 km	0 m+	240 m-	2,5 km≡ 			04:12	sam 20:12	1057 m-/h
15	GR5-052 Obereisenbach ▪ 92%					321 m	00:10			11,0 km≡/h
	38,2 km	1,3 km	106 m+	43 m-	2,0 km≡ 			04:23	sam 20:23	760 m+/h
16	GR5-051 Belvédère de Geislay ▪ 92%					377 m	00:13			11,0 km≡/h
	40,0 km	1,8 km	121 m+	65 m-	2,5 km≡ 			04:37	sam 20:37	762 m+/h
17	GR5-050 Rodershausen ▪ 92%					295 m	00:31			10,9 km≡/h
	44,0 km	3,9 km	202 m+	284 m-	5,8 km≡			05:08	sam 21:08	

18	GR5-049 Dasbourg Pont ▀ 92%	304 m	00:09			10,9 km≡/h
	45,5 km 1,5 km 37 m+ 28 m- 1,7 km≡ 			05:17	sam 21:17	366 m+/h
19	GR5-048 Tintesmilen ▀ 92%	309 m	00:54			10,8 km≡/h
	54,0 km 8,5 km 296 m+ 292 m- 9,9 km≡ 			06:12	sam 22:12	
20	GR5-047 Trois Frontières ▀ 92%	320 m	00:35			10,7 km≡/h
	59,4 km 5,4 km 191 m+ 180 m- 6,4 km≡ 			06:48	sam 22:48	
21	GRC Ravito 2 ▀ 92%	321 m	00:00	06:48	sam 22:48	10,7 km≡/h
	59,5 km 0,1 km 1 m+ 0 m- 0,1 km≡		00:05	06:53	sam 22:53	127 m+/h
Σ	Totaux Intermédiaires		03:31			10,9 km≡/h
	30,4 km 1.328 m+ 1.285 m- 38,5 km≡		00:05	03:36		10,7 km≡/h
22	GR5-046 Ouren ▀ 92%	327 m	00:07			10,7 km≡/h
	60,7 km 1,2 km 19 m+ 13 m- 1,3 km≡ 			07:01	sam 23:01	
23	GR5-045 Leithum ▀ 92%	488 m	00:28			10,7 km≡/h
	64,8 km 4,1 km 211 m+ 50 m- 5,1 km≡ 			07:29	sam 23:29	546 m+/h
24	GR5-044 Ouest de Stoubach ▀ 92%	377 m	00:19			10,6 km≡/h
	68,1 km 3,3 km 32 m+ 143 m- 3,4 km≡ 			07:48	sam 23:48	
25	GR5-043 GR5 Y GR56 ▀ 92%	389 m	00:17			10,6 km≡/h
	70,6 km 2,4 km 107 m+ 96 m- 3,1 km≡ 			08:06	dim 00:06	571 m+/h
26	GR5-042 Brug Reuland ▀ 98%	399 m	00:06			11,3 km≡/h
	71,5 km 0,9 km 38 m+ 29 m- 1,1 km≡ 			08:12	dim 00:12	518 m+/h
27	GR5-041 Schirm ▀ 98%	497 m	00:40			11,2 km≡/h
	78,3 km 6,8 km 204 m+ 106 m- 7,6 km≡ 			08:53	dim 00:53	419 m+/h
28	GRC Ravito 3 ▀ 95%	453 m	00:21	09:14	dim 01:14	10,8 km≡/h
	82,2 km 3,9 km 36 m+ 79 m- 3,9 km≡ 		00:05	09:19	dim 01:19	366 m-/h
Σ	Totaux Intermédiaires		02:20			10,9 km≡/h
	22,7 km 647 m+ 515 m- 25,5 km≡		00:05	02:25		10,5 km≡/h
30	GR5-039 Commanster ▀ 95%	508 m	00:29			10,8 km≡/h
	87,2 km 5,0 km 96 m+ 41 m- 5,3 km≡ 			09:49	dim 01:49	287 m+/h
31	GR5-038 N823 ▀ 95%	530 m	00:39			10,7 km≡/h
	93,9 km 6,7 km 154 m+ 132 m- 7,1 km≡ 			10:29	dim 02:29	
32	GR5-037 Vielsalm ▀ 98%	352 m	00:15			11,0 km≡/h
	96,9 km 3,0 km 8 m+ 186 m- 2,9 km≡ 			10:44	dim 02:44	827 m-/h
34	GRC Ravito 4 ▀ 95%	542 m	00:39	11:24	dim 03:24	10,7 km≡/h
	103,0 km 6,1 km 232 m+ 42 m- 7,1 km≡ 		00:05	11:29	dim 03:29	605 m-/h
Σ	Totaux Intermédiaires		02:05			10,8 km≡/h
	20,8 km 489 m+ 400 m- 22,4 km≡		00:05	02:10		10,4 km≡/h

35	GR5-035 Logbiermé ▀ 95%						537 m	00:12			10,6 km≡/h
	105,2 km	2,2 km	34 m+	40 m-	2,3 km≡			11:42	dim 03:42		
36	GR5-034 Stavelot X GR14 ▀ 92%						275 m	00:42			10,3 km≡/h
	112,4 km	7,2 km	58 m+	319 m-	7,2 km≡			12:24	dim 04:24		653 m-/h
38	GR5-032 Ruy ▀ 92%						304 m	00:44			10,2 km≡/h
	118,7 km	6,3 km	246 m+	217 m-	7,5 km≡			13:08	dim 05:08		515 m+/h
39	GR5-031 Andrimont ▀ 92%						445 m	00:12			10,2 km≡/h
	119,9 km	1,2 km	141 m+	0 m-	2,0 km≡			13:20	dim 05:20		704 m+/h
40	GR5-030 Bérinzenne ▀ 88%						547 m	00:19			9,7 km≡/h
	122,4 km	2,5 km	122 m+	21 m-	3,1 km≡			13:39	dim 05:39		515 m+/h
41	GR5-029 Chemin des Fontaines ▀ 92%						432 m	00:26			10,1 km≡/h
	127,0 km	4,6 km	25 m+	140 m-	4,4 km≡			14:05	dim 06:05		441 m-/h
42	GRC Ravito 5 ▀ 95%						353 m	00:04	14:10	dim 06:10	10,4 km≡/h
	127,9 km	0,9 km	1 m+	80 m-	0,9 km≡			00:05	14:15	dim 06:15	979 m-/h
Σ	Totaux Intermédiaires							02:41			10,2 km≡/h
	24,9 km	627 m+	817 m-	27,4 km≡			00:05	02:46			9,9 km≡/h
43	GR5-028 Spa ▀ 98%						252 m	00:11			10,8 km≡/h
	130,0 km	2,1 km	2 m+	103 m-	2,0 km≡			14:26	dim 06:26		617 m-/h
44	GR5-027 Creppe ▀ 95%						377 m	00:34			10,4 km≡/h
	135,3 km	5,3 km	190 m+	65 m-	6,0 km≡			15:01	dim 07:01		446 m+/h
45	GR5-026 Winamplanche Y GR15 ▀ 92%						257 m	00:11			10,1 km≡/h
	137,1 km	1,8 km	8 m+	129 m-	1,9 km≡			15:13	dim 07:13		823 m-/h
46	GR5-025 La Reid ▀ 92%						288 m	00:21			10,0 km≡/h
	140,1 km	3,0 km	121 m+	90 m-	3,6 km≡			15:34	dim 07:34		
47	GR5-024 Becco ▀ 92%						326 m	00:11			10,0 km≡/h
	141,8 km	1,6 km	72 m+	35 m-	2,0 km≡			15:46	dim 07:46		
48	GR5-023 Ruisseau de Targnon ▀ 92%						277 m	00:06			10,0 km≡/h
	142,9 km	1,1 km	5 m+	54 m-	1,1 km≡			15:53	dim 07:53		619 m-/h
50	GRC Ravito 6 ▀ 95%						312 m	00:31	16:24	dim 08:24	10,0 km≡/h
	147,9 km	5,0 km	89 m+	54 m-	5,2 km≡			00:05	16:29	dim 08:29	119 m+/h
Σ	Totaux Intermédiaires							02:08			10,2 km≡/h
	20,0 km	488 m+	529 m-	21,9 km≡			00:05	02:13			9,8 km≡/h
51	GR5-021 Gare de Fraipont ▀ 95%						117 m	00:21			10,3 km≡/h
	151,6 km	3,7 km	13 m+	208 m-	3,8 km≡			16:51	dim 08:51		701 m-/h
52	GR5-020 Nessonvaux Y GR573 ▀ 92%						108 m	00:14			10,0 km≡/h
	153,9 km	2,3 km	36 m+	45 m-	2,4 km≡			17:05	dim 09:05		

53	GR5-019 Grihanster Y GR563 ▀ 88%	192 m	00:10			9,5 km≡/h
	155,0 km 1,1 km 89 m+ 5 m- 1,6 km≡ 			17:16	dim 09:16	692 m+/h
54	GR5-018 Olne - Fin GR5 ▀ 92%	235 m	00:19			9,9 km≡/h
	157,5 km 2,5 km 116 m+ 74 m- 3,2 km≡ 			17:35	dim 09:35	515 m+/h
55	GRC Soiron - Arrivée ▀ 92%	282 m	00:24			9,9 km≡/h
	160,9 km 3,4 km 134 m+ 87 m- 4,1 km≡ 			18:00	dim 10:00	537 m+/h
Σ	Totaux Intermédiaires		01:30			10,0 km≡/h
	13,0 km 389 m+ 418 m- 15,0 km≡		00:00	01:30		10,0 km≡/h
ΣΣ	Totaux Globaux de la Course		17:30			10,8 km≡/h
	160,9 km 5.265 m+ 5.175 m- 188,2 km≡		00:30	18:00		10,5 km≡/h

## La Grande Randonnée Céleste ▪ Objectif 18 ▪ Paramètres Utilisés pour les Estimations

### Méthode de Calcul des Vitesses

Temps Visé ►  
Vitesse Initiale ►

### Objectif de Temps

18:00

—

### Décroissance de la Vitesse

Vitesse Initiale dernière Etape ►  
Taux de Décroissance par Etape ►  
Vitesse Finale ►  
Taux de Décroissance ►

### Décroissance exponentielle globale

— de V initiale  
— par étape  
80,0% de V initiale  
8,0% par heure

### Prendre en compte le Relief ►

Oui

### Prendre en compte la Courabilité ►

Oui

### Perte de Vitesse due à l'Altitude

Montée ►	11%	par 1000 m au-delà de	1.600 m
Descente ►	5%	par 1000 m au-delà de	2.500 m

### Corrections Grimpeur / Descendeur

Grimpeur ►	100%
Descendeur ►	100%

### Corrections Vitesse de Nuit

En Montée ►	100%
En Descente ►	100%