



Ronde des Costes - dimanche 04 février 2018

Salut tout le monde

Ce matin je suis parti, seul, me faire le 55km de la Ronde des Costes, même si on commence à très bien connaître le coin, j'ai découvert de nouveaux passages d'enfers !

Cette édition était plus centrée sur le Tallagard, on va pas s'en plaindre.

C'était un peu trop roulant à mon goût mais il y avait de quoi se faire plaisir.

55 km 1300 m D+

3h10 - 17km/h de moyenne

Je vous envoie la trace un peu plus tard.

Et bien sûr crêpes au nutella à l'arrivée !

Un grosse pensée à Alex !

Bise à tous

Matthieu