

Mi-août en Bretagne

Les 4 étapes 2011

11 août : Plouec du Trieux - Pontrieux

12 août : Pont Scorff - Quéven - Cléguer

13 août : Poullaouen - Scignac- Carhaix - Poullaouen

14 août : Guerlesquin - Le Ponthou - Guerlesquin



*Pays de
Morlaix*

*Pays du
Trieux*

*Pays du
Poher*

*Pays de
Lorient*



Légende

commissariat course. permanence



mairie



local contrôle médical



Restauration midi



départ fictif



départ réel



zone de ravitaillement



zone poubelle course



passage à niveau



gare



routes de liaison

.....

repère des 3 derniers km



église



zone pavés



parcours en ligne . N° indique le N° de la boucle



entrée sur circuit



circuit final



sens de la course



route de déviation arrivée voitures Directeurs sportifs



sprints rush



sprint grimpeur



ligne d'arrivée



parking directeurs sportifs



point rendez-vous France 3



espace accueil invités & France 3



circuit en double sens

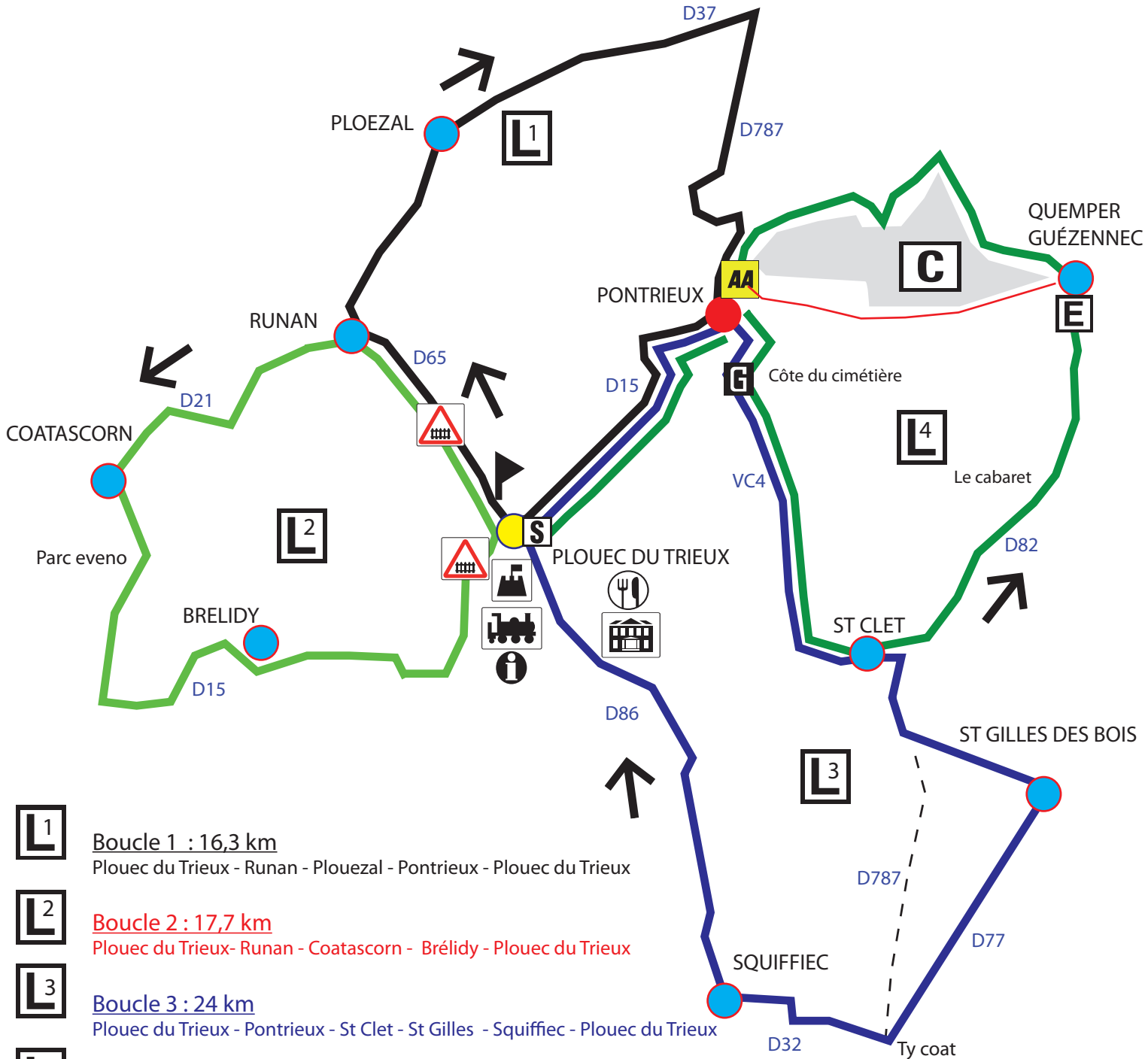


poste ambulance



Plouec du Trieux - Pontrieux

Première étape : 11 août 2011
171 kilomètres



Boucle 1 : 16,3 km
Plouec du Trieux - Runan - Plouezal - Pontrieux - Plouec du Trieux



Boucle 2 : 17,7 km
Plouec du Trieux - Runan - Coatascorn - Brévidy - Plouec du Trieux



Boucle 3 : 24 km
Plouec du Trieux - Pontrieux - St Clet - St Gilles - Squiffiec - Plouec du Trieux



Boucle 4 : 21 km
Plouec du Trieux - Pontrieux - St Clet - arrivée sur circuit à Quemper Quézennec



Circuit final **AA** Arrivée Pontrieux sur le port



Départ fictif ancienne gare de Plouëc du Trieux



Départ réel route vers Runan

Horaires de passage

1ère étape

Kilométrage			Itinéraire			Horaire Course	
KM	Fait	A faire	Routes	Lieux		40	43
				Plouëc du Trieux .Départ Ancienne Gare		13:30	13:30
0	0	171	D 65	DÉPART Sortie après l'église		13:45	13:45
3	3	168	D 20	Runan		13:49	13:49
3	6	165	D 37	Ploëzal		14:54	13:53
4	10	161	D 787	D37-D787 (La Roche Jagu)		14:00	13:58
4	14	154	D 15	Pontrieux		14:06	14:04
3	17	151	D 65	Plouëc du Trieux (1er passage)		14:10	14:08
3	20	147	D 21	Runan		14:15	14:12
4	24	147	D 21 bis	Coatascorn		14:21	14:18
4	28	143	D 15	Intersection D15		14:27	14:24
6	34	137		Plouëc du Trieux (2ème passage)		14:36	14:32
5	39	128	D787-VC	Pontrieux - Côte du cimetière (1 p)		14:43	14:39
4	43	124	D787-D65	Saint Clet		14:49	14:45
4	47	119	D 77	Saint Gilles des Bois		14:55	14:50
5	52	119	D 86	Squiffiec		15:03	14:57
6	58	113	D 15	Plouëc du Trieux (3ème passage)		15:12	15:05
5	63	108	D787-VC	Pontrieux - Côte du cimetière (2 p)		15:19	15:12
4	67	104	D 82	Saint Clet		15:25	15:18
5	72	99		Entrée du circuit - Bothoa		15:33	15:25
7	79	92		Pontrieux - 1er passage sur la ligne		15:43	15:35
3	82	89		Côte de Pontrieux		15:48	15:39
8,5	90,5	78		Pontrieux - 2ème passage sur la ligne		16:00	15:51
3	93,5	69		Côte de Pontrieux		16:05	15:55
8,5	102	66		Pontrieux - 3ème passage sur la ligne		16:18	16:07
3	105	66		Côte de Pontrieux		16:22	16:11
8,5	113,5	58		Pontrieux - 4ème passage sur la ligne		16:35	16:23
3	116,5	55		Côte de Pontrieux		16:39	16:27
8,5	125	46		Pontrieux - 5ème passage sur la ligne		16:52	16:39
3	128	43		Côte de Pontrieux		16:57	16:43
8,5	136,5	23		Pontrieux - 6ème passage sur la ligne		17:09	16:55
3	139,5	20		Côte de Pontrieux		17:14	16:59
8,5	148	12		Pontrieux - 7ème passage sur la ligne		17:27	17:11
3	151	9		Côte de Pontrieux		17:31	17:15
8,5	159,5	12		Pontrieux - 8ème passage sur la ligne		17:44	17:27
3	162,5	9		Côte de Pontrieux		17:48	17:31
8,5	171	0		Pontrieux - ARRIVÉE		18:01	17:43

12h:56

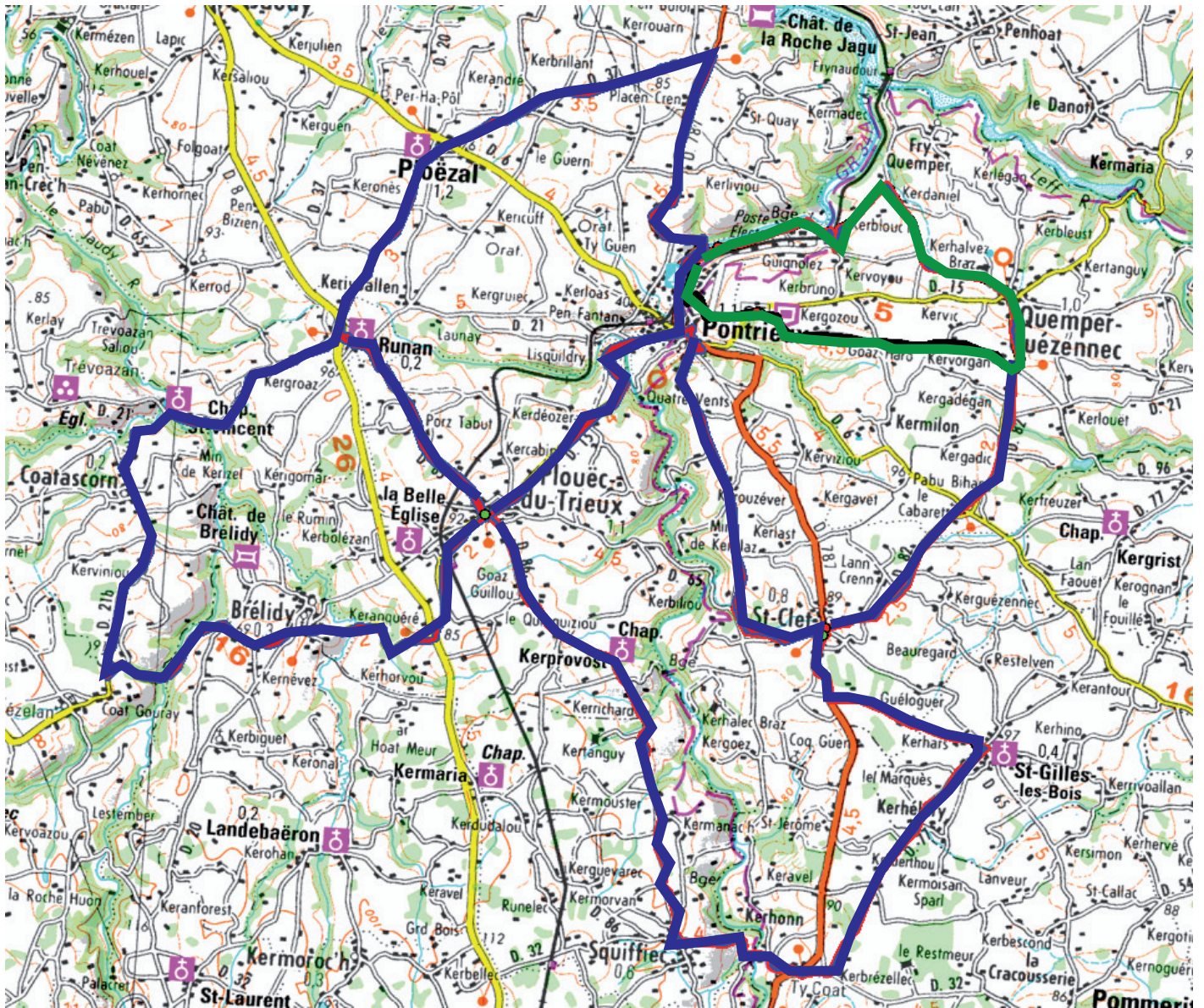
12h:58

14h:00

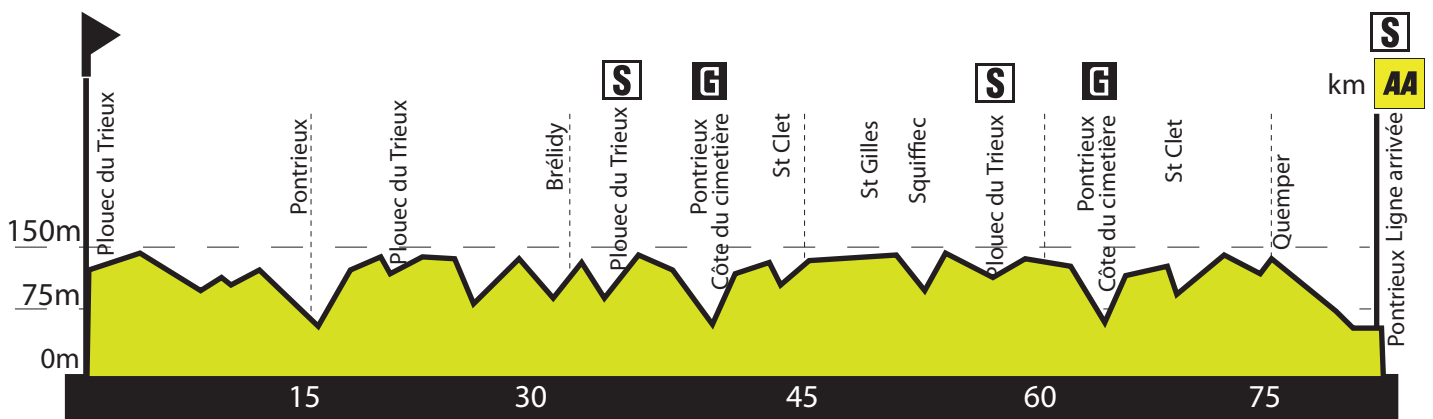
15h:01

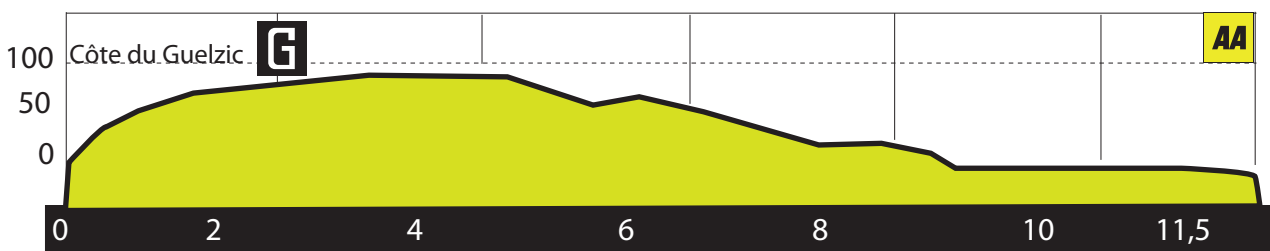
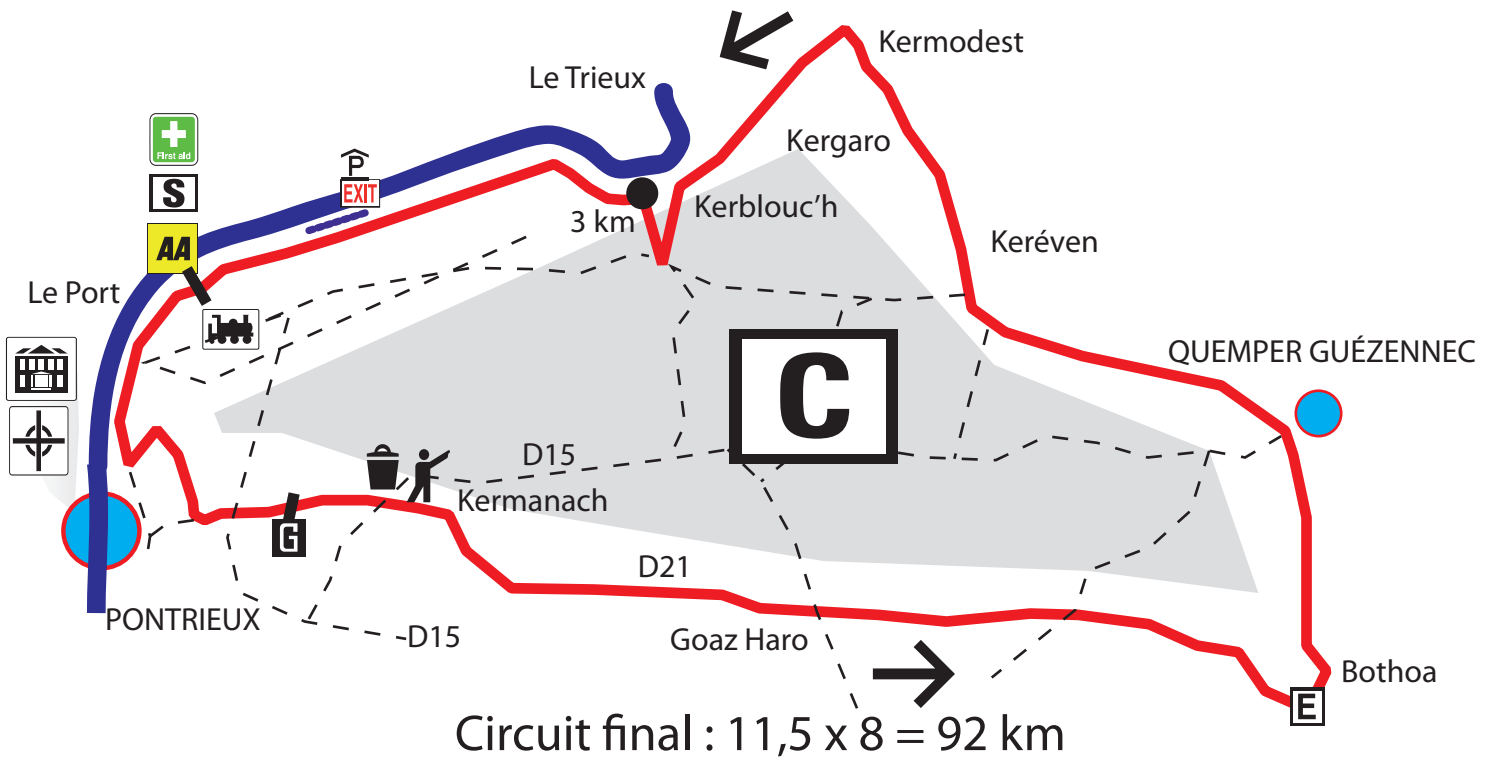
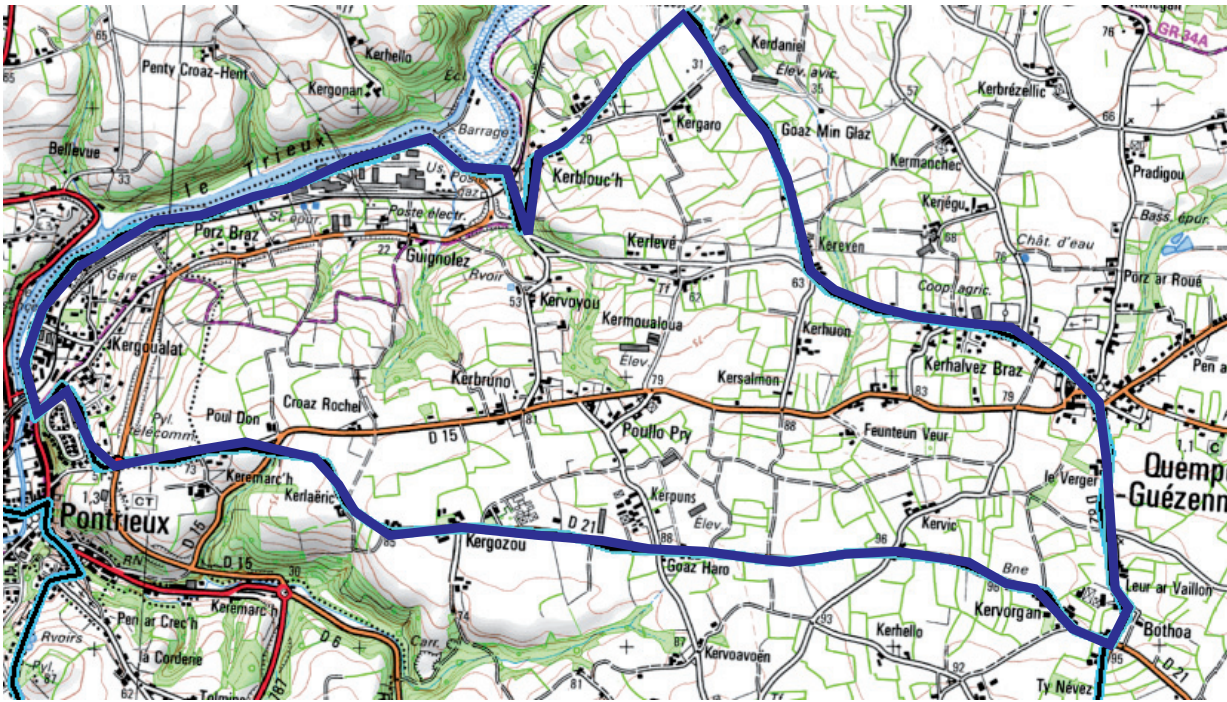
Déviation
Directeurs sportifs : 200 m
avant la ligne . côté droit

Nombre de tours circuit final
: 8 x 11,5 km

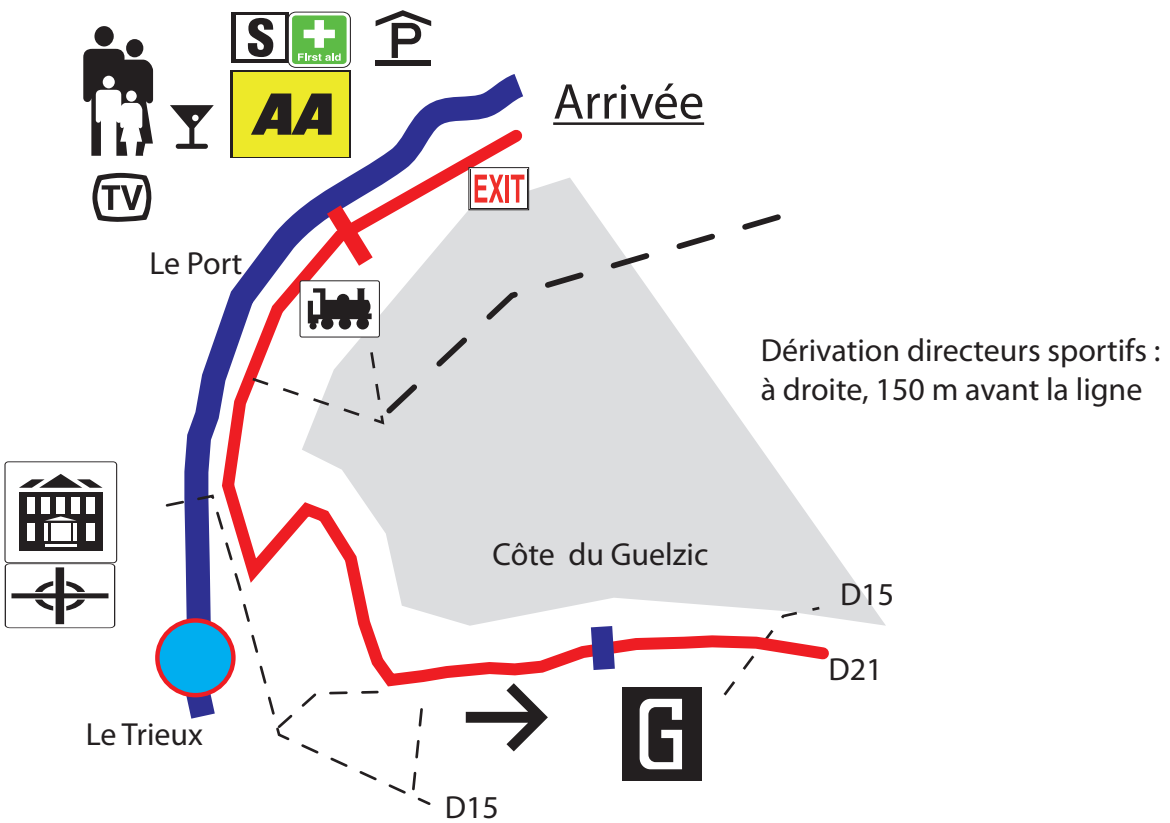
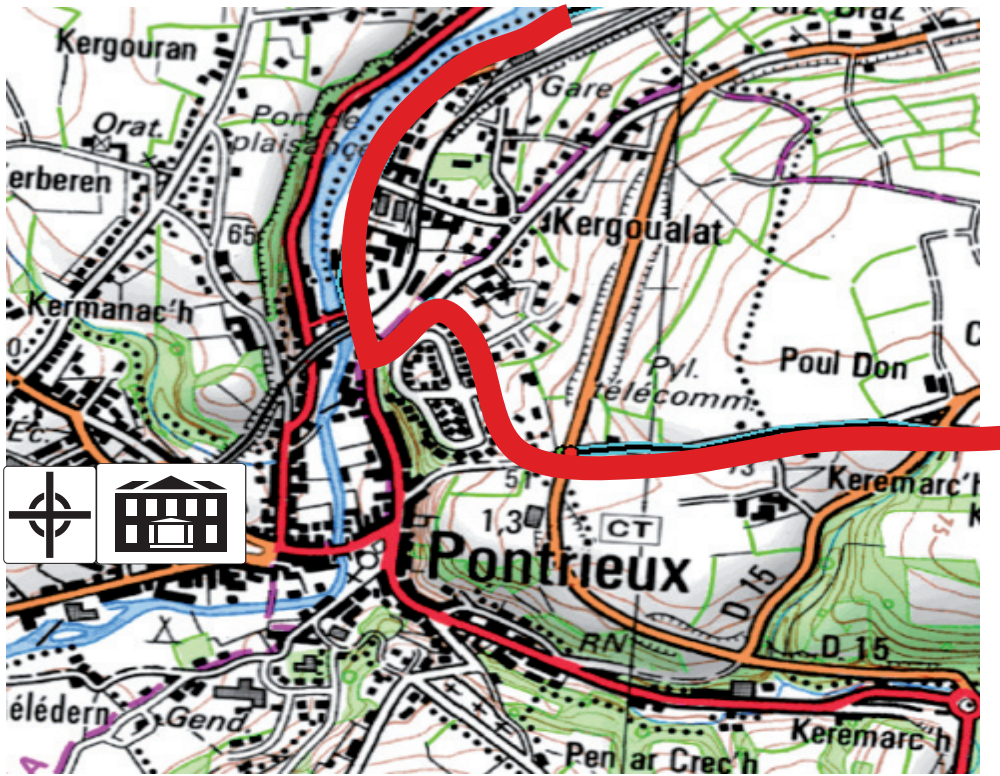


Profil des boucles



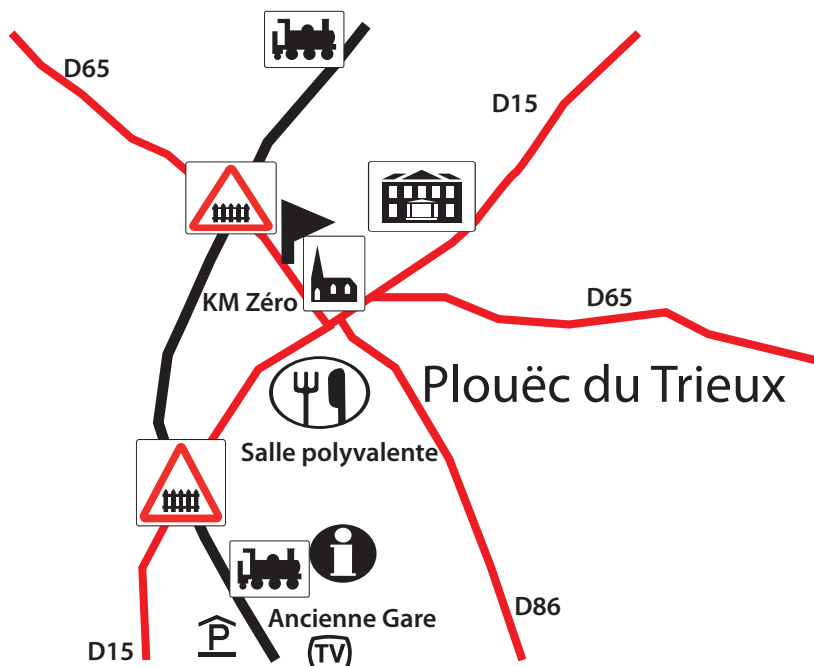
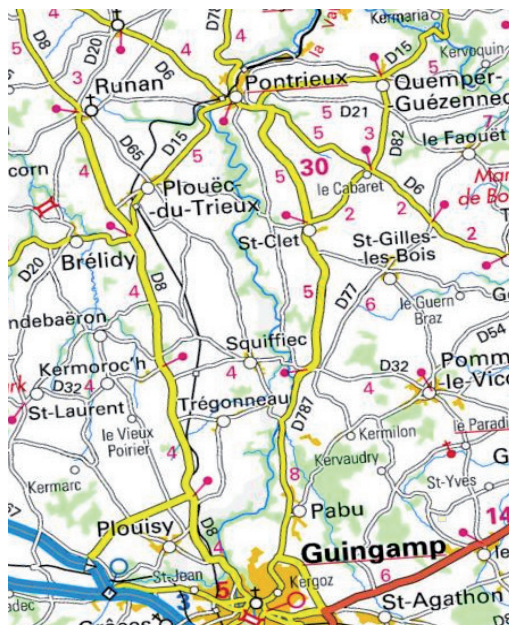


Profil circuit final



Profil des 3 derniers kilomètres





Informations pratiques sur l'étape

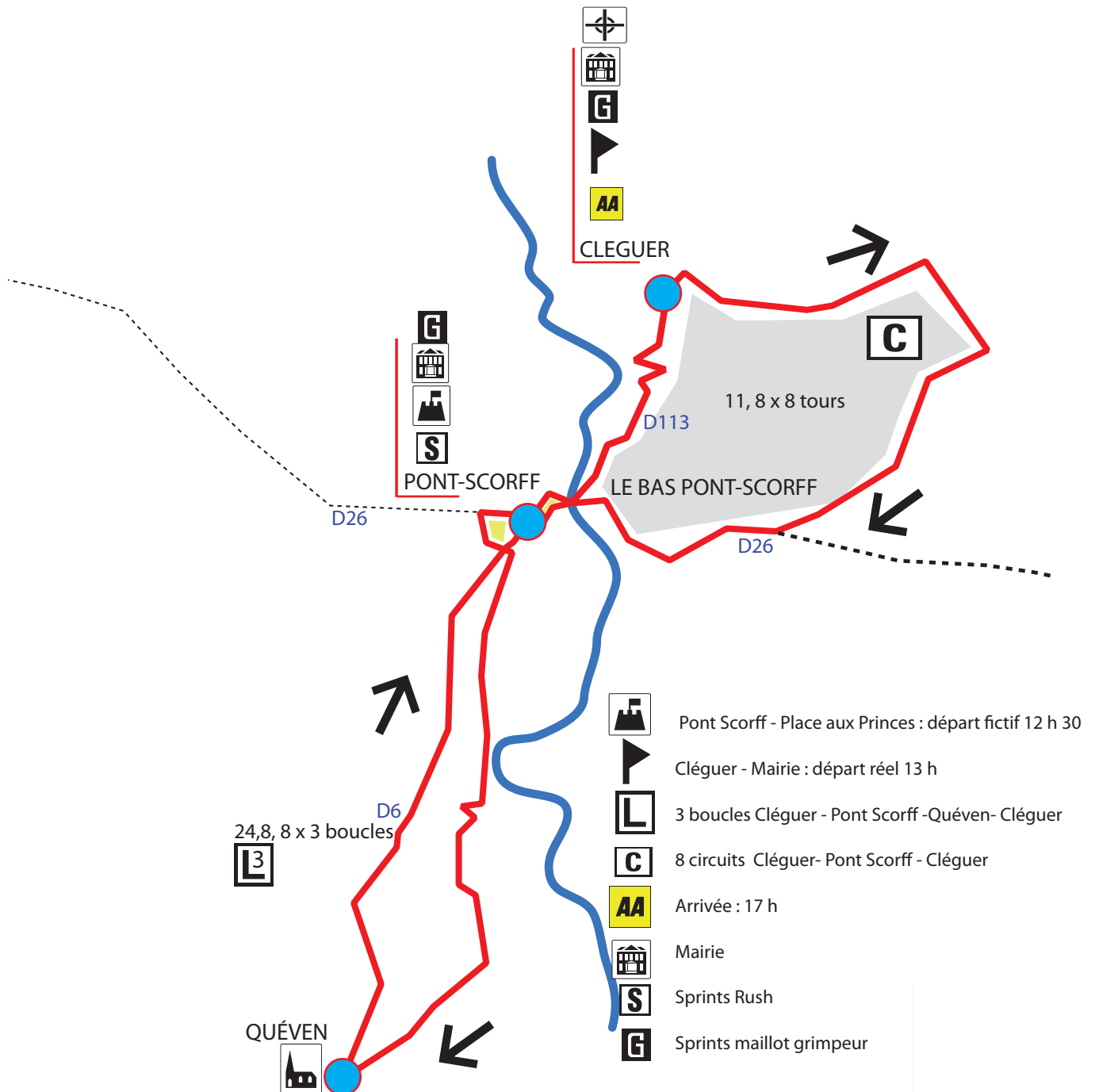
Course

réunion des directeurs sportifs à 10 h 45 : salle polyvalente de Plouëc du Trieux

Lieu de rassemblement des coureurs : ancienne gare de Plouëc du Trieux : prendre la D8 puis la D15 en provenance de Guingamp

Pont Scorff - Quéven - Cléguer

Deuxième étape : 12 août 2011
165,6 kilomètres



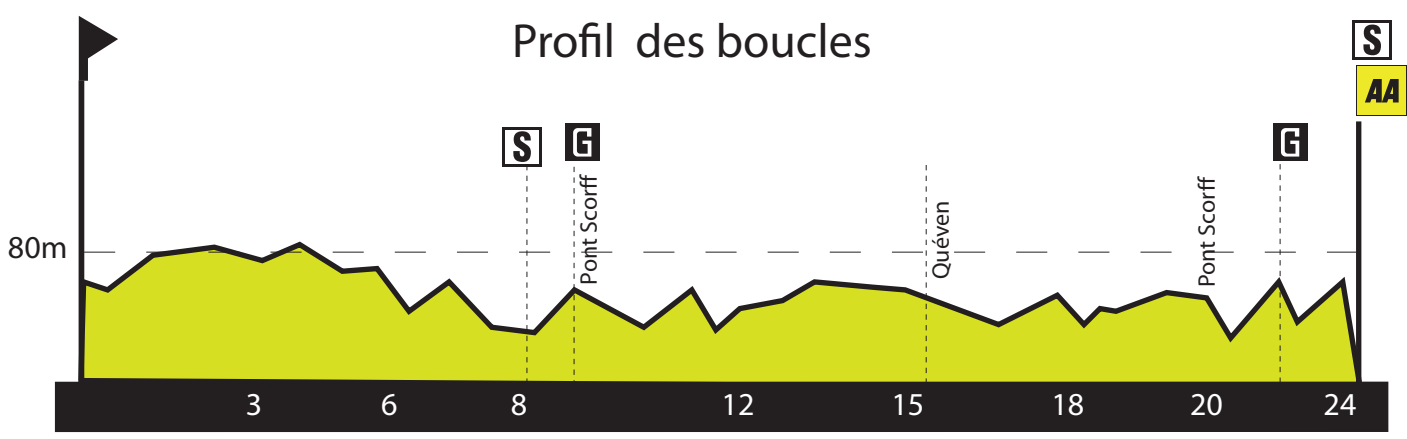
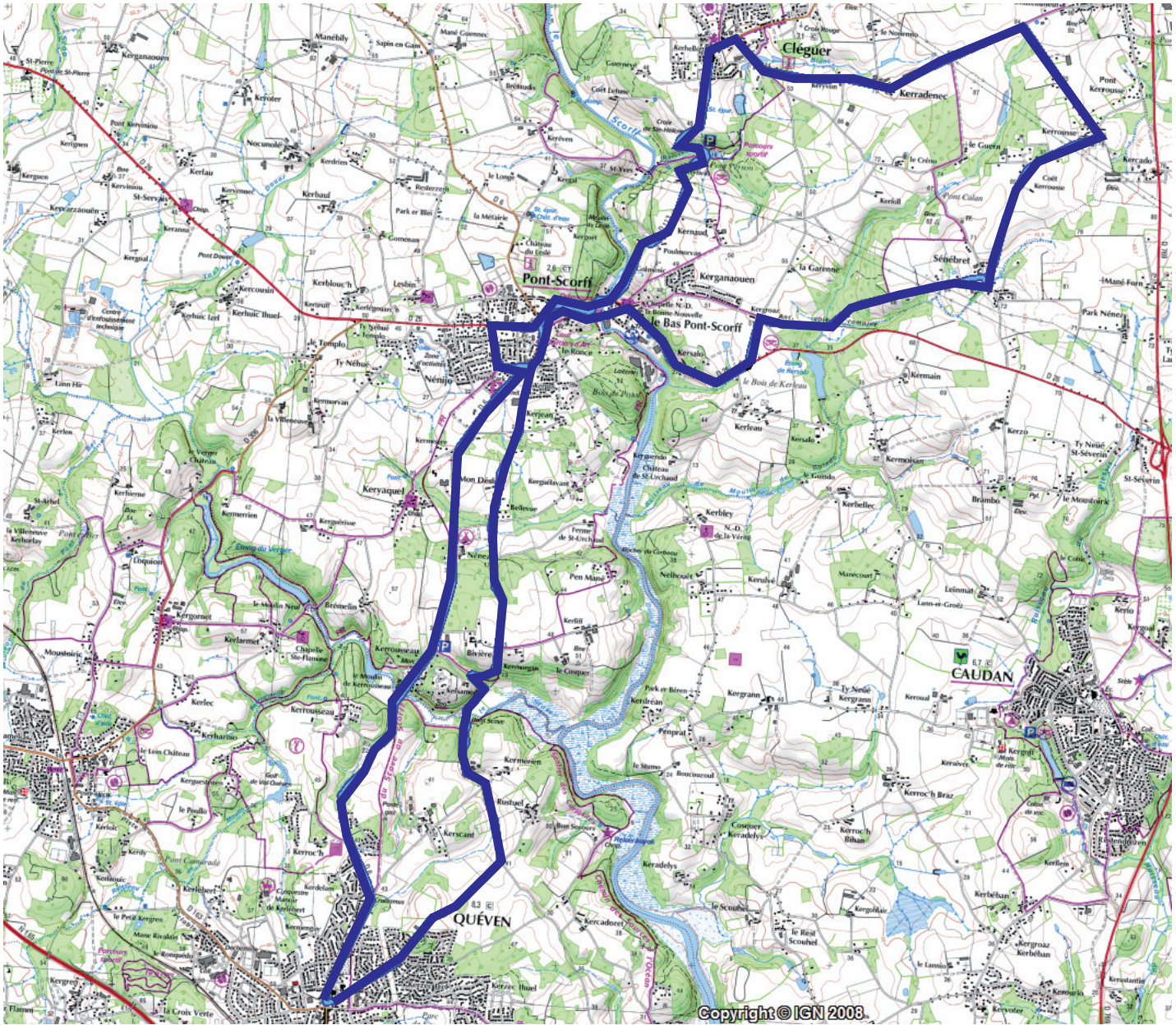
Horaires de passage

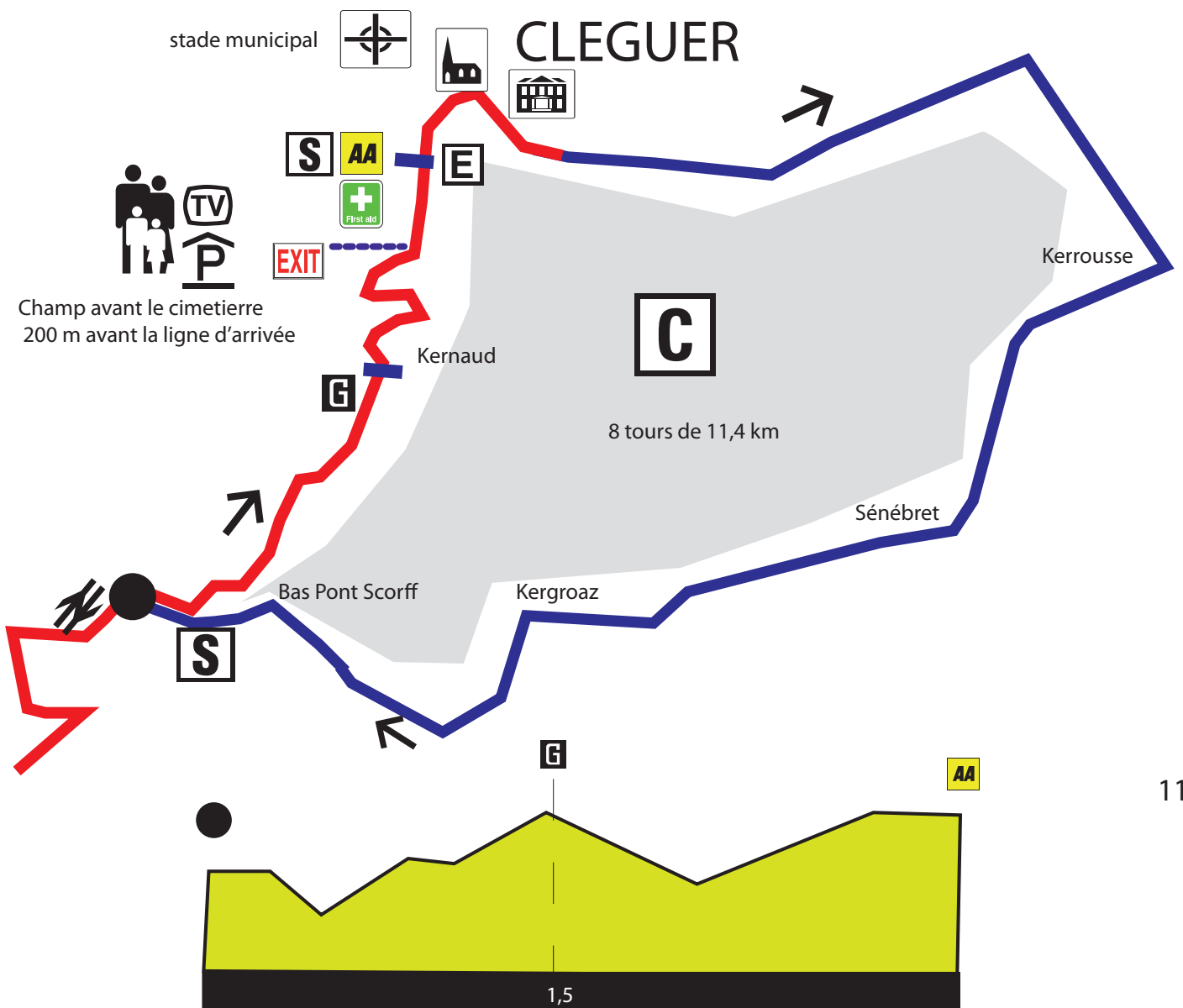
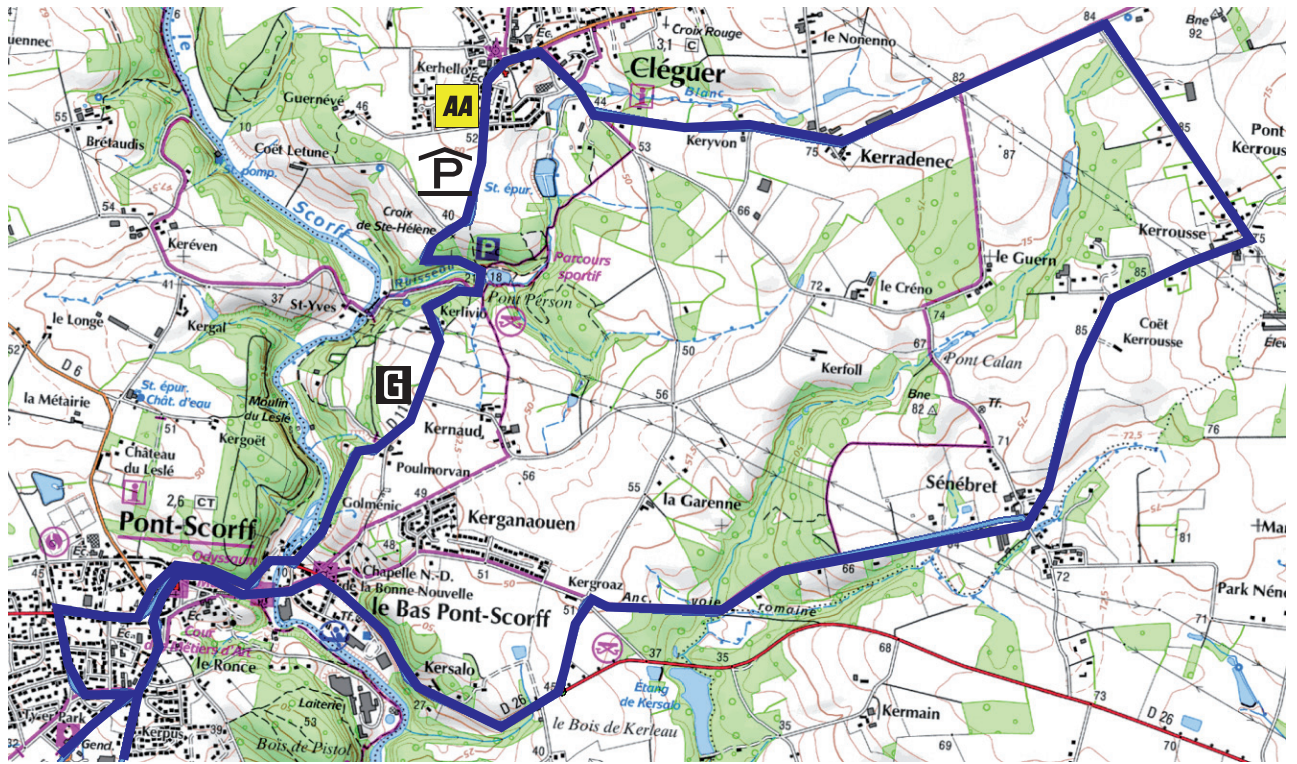
2ème étape

Kilométrage			Itinéraire			Horaire Course	
KM	Fait	A faire	Routes	Lieux		40	43
				Pont Scorff Place des Princes Départ Fictif		12:45	12:45
0	0	166		Départ Cléguer sur la ligne d'arrivée		13:00	13:00
9	9	157		Pont Scorff rue de Lorient		13:13	13:12
5,7	14,7	151		Queven		13:22	13:20
5,9	20,6	145		Pont Scorff Centre		13:30	13:28
2,4	23	143		Cléguer Grimpeur Kernaud		13:34	13:32
1,8	24,8	141	1er Tour	Cléguer ligne d'arrivée. Fin 1ère boucle		13:37	13:34
9	33,8	132		Pont Scorff rue de Lorient	G MG1	13:50	13:47
5,7	39,5	126		Queven		13:59	13:55
5,9	45,4	120		Pont Scorff Centre		14:08	14:03
2,4	47,8	118		Cléguer Grimpeur Kernaud		14:11	14:06
1,8	49,6	116	2ème Tour	Cléguer ligne d'arrivée. Fin 2ème boucle		14:14	14:09
8	57,6	108		Pont Scorff . Restaurant Le Fer à Cheval	S S1	14:26	14:20
6,7	64,3	101		Queven		14:36	14:29
5,9	70,2	95		Pont Scorff Centre		14:45	14:37
2,4	72,6	93		Cléguer Grimpeur Kernaud		14:48	14:41
1,8	74,4	91	3ème Tour	Cléguer ligne d'arrivée. Fin de la 3ème boucle	E	14:51	14:43
8	82,4	83		Pont Scorff . Restaurant Le Fer à Cheval		15:03	14:54
1,6	84	82		Cléguer Grimpeur Kernaud	G MG2	15:06	14:57
1,8	85,8	80	4ème Tour	Cléguer ligne d'arrivée. Fin du 1er tour circuit		15:08	14:59
8	93,8	72		Pont Scorff . Restaurant Le Fer à Cheval	S S2	15:20	15:10
1,6	95,4	70		Cléguer Grimpeur Kernaud		15:23	15:13
1,8	97,2	68	5ème Tour	Cléguer ligne d'arrivée. Fin du 2ème tour circuit		15:25	15:15
8	105,2	60		Pont Scorff . Restaurant Le Fer à Cheval		15:37	15:26
1,6	106,8	59		Cléguer Grimpeur Kernaud	G MG3	15:40	15:29
1,8	108,6	57	6ème Tour	Cléguer ligne d'arrivée. Fin du 3ème tour circuit		15:42	15:31
8	116,6	49		Pont Scorff . Restaurant Le Fer à Cheval		15:54	15:42
1,6	118,2	47		Cléguer Grimpeur Kernaud		15:57	15:44
1,8	120	46	7ème Tour	Cléguer ligne d'arrivée. Fin du 4ème tour circuit	S S3	16:00	15:47
8	128	38		Pont Scorff . Restaurant Le Fer à Cheval		16:12	15:58
1,6	129,6	36		Cléguer Grimpeur Kernaud	G MG4	16:14	16:00
1,8	131,4	34	8ème Tour	Cléguer ligne d'arrivée. Fin du 5ème tour circuit		16:17	16:03
8	139,4	26		Pont Scorff . Restaurant Le Fer à Cheval		16:29	16:14
1,6	141	25		Cléguer Grimpeur Kernaud		16:31	16:16
1,8	142,8	23	9ème Tour	Cléguer ligne d'arrivée. Fin du 6ème tour circuit	S S4	16:34	16:19
8	150,8	15		Pont Scorff . Restaurant Le Fer à Cheval		16:46	16:30
1,6	152,4	13		Cléguer Grimpeur Kernaud		16:48	16:32
1,8	154,2	11	10ème Tour	Cléguer ligne d'arrivée. Fin du 7ème tour circuit		16:51	16:35
8	162,2	3		Pont Scorff . Restaurant Le Fer à Cheval		17:03	16:46
1,6	163,8	2		Cléguer Grimpeur Kernaud		17:05	16:48
1,8	165,6	0	11ème Tour	Cléguer Arrivée	AA	17:08	16:51

Déviation
Directeurs sportifs :
200 m avant la ligne .
côté gauche

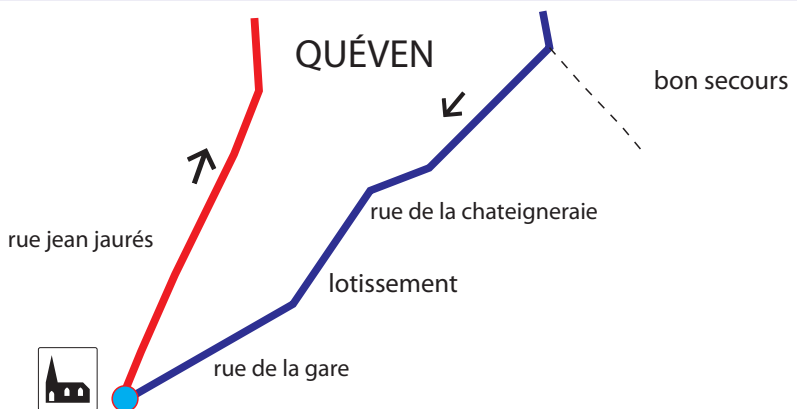
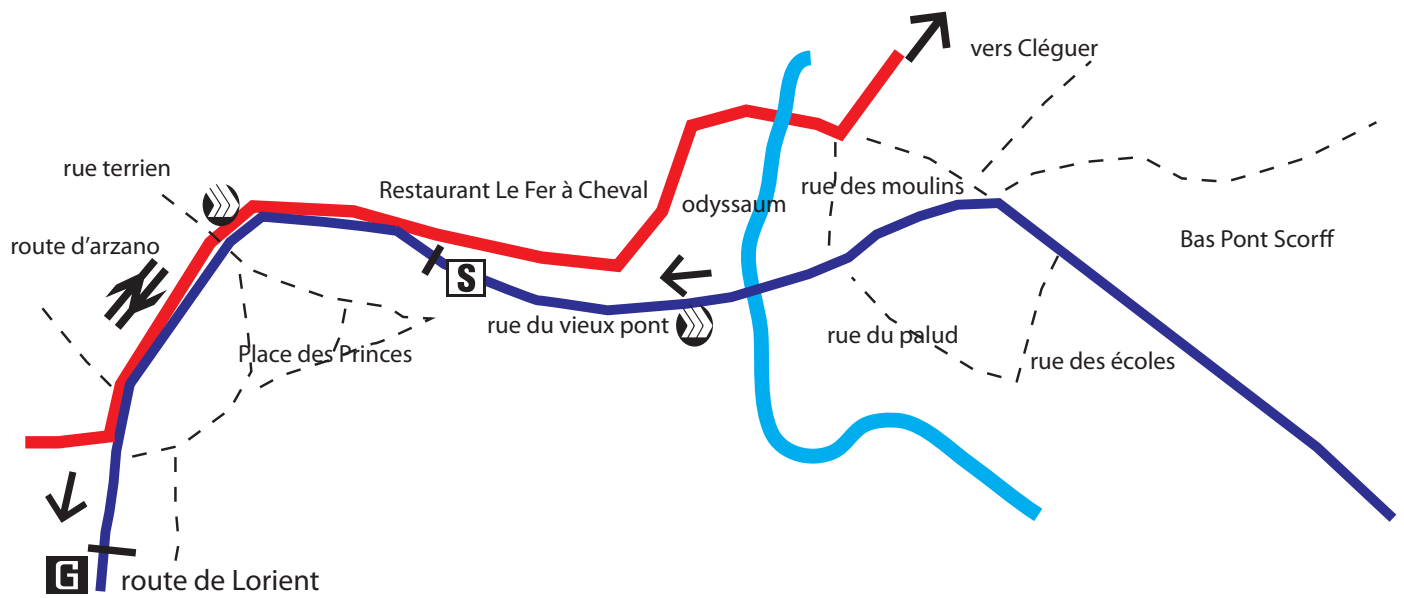
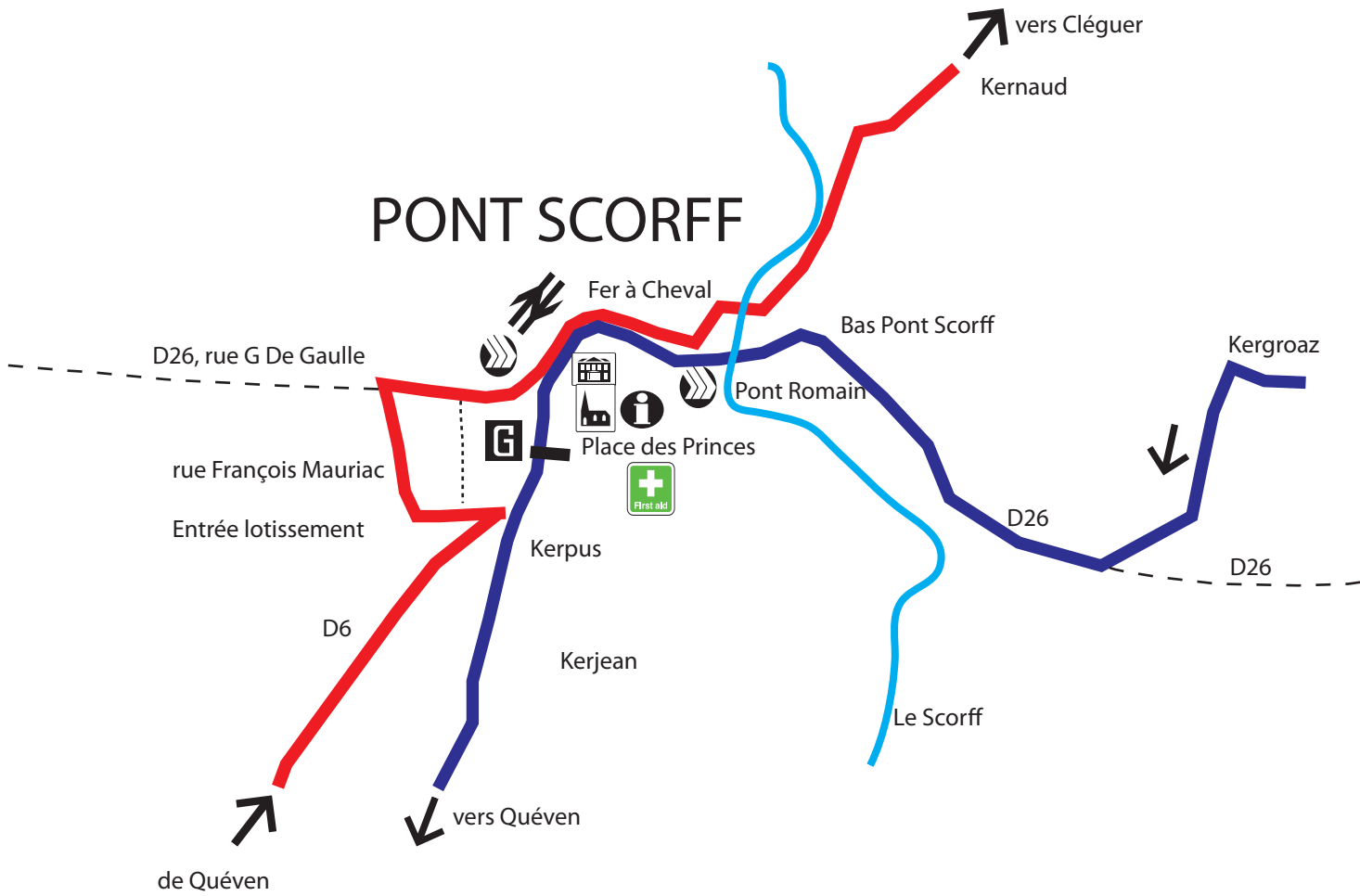
Nombre de tours circuit
final : 8 x 11, km

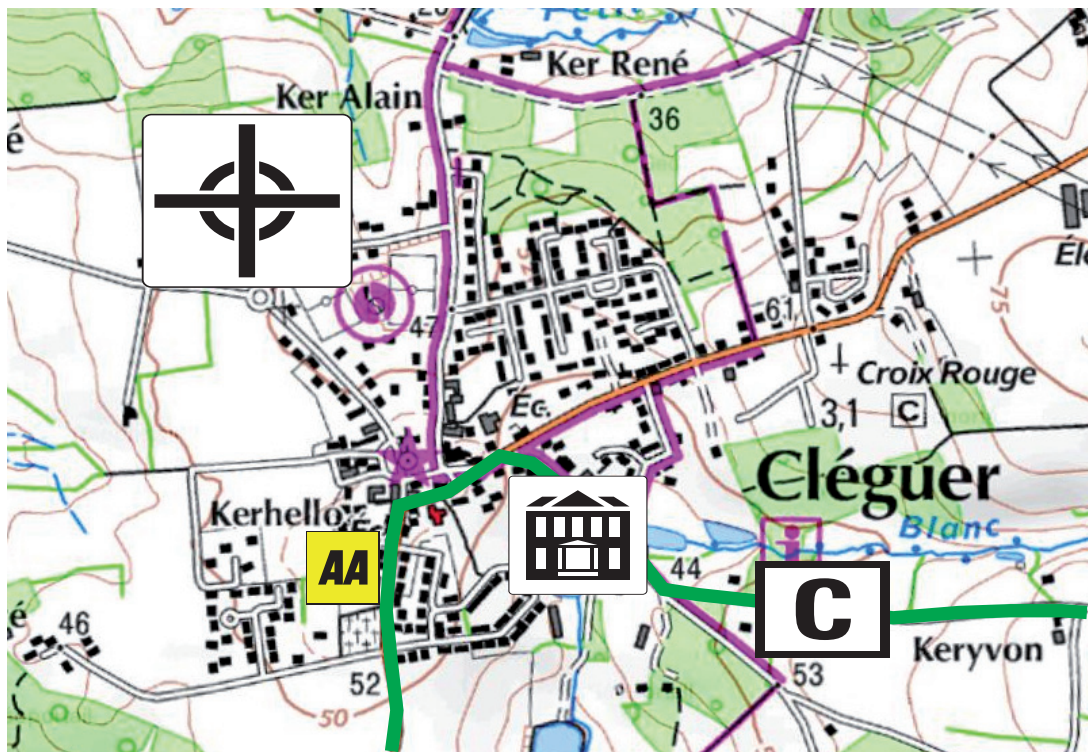
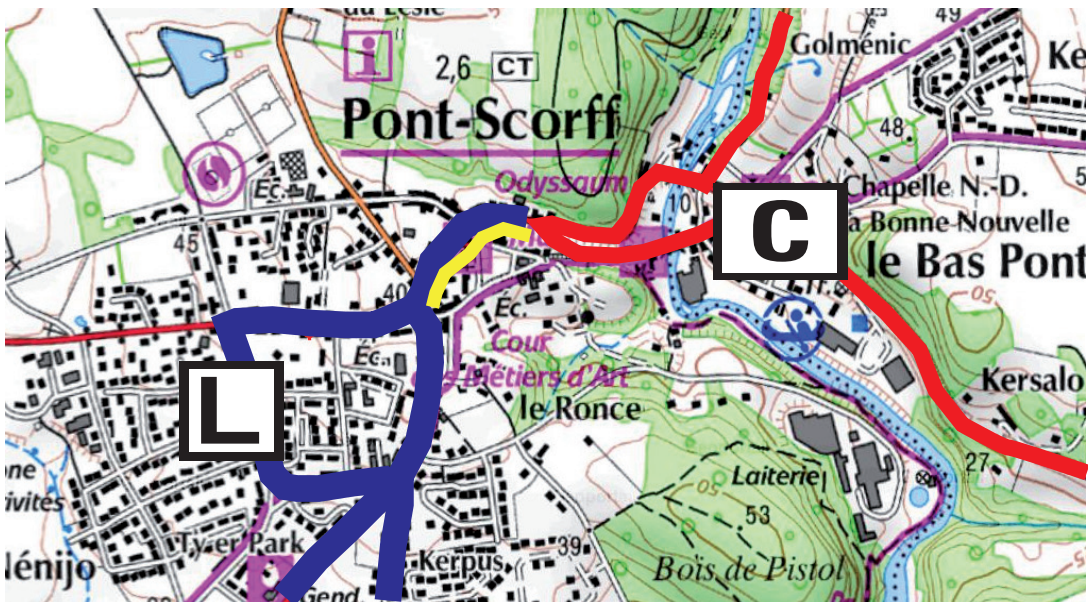




Profil des 3 derniers kilomètres

PONT SCORFF

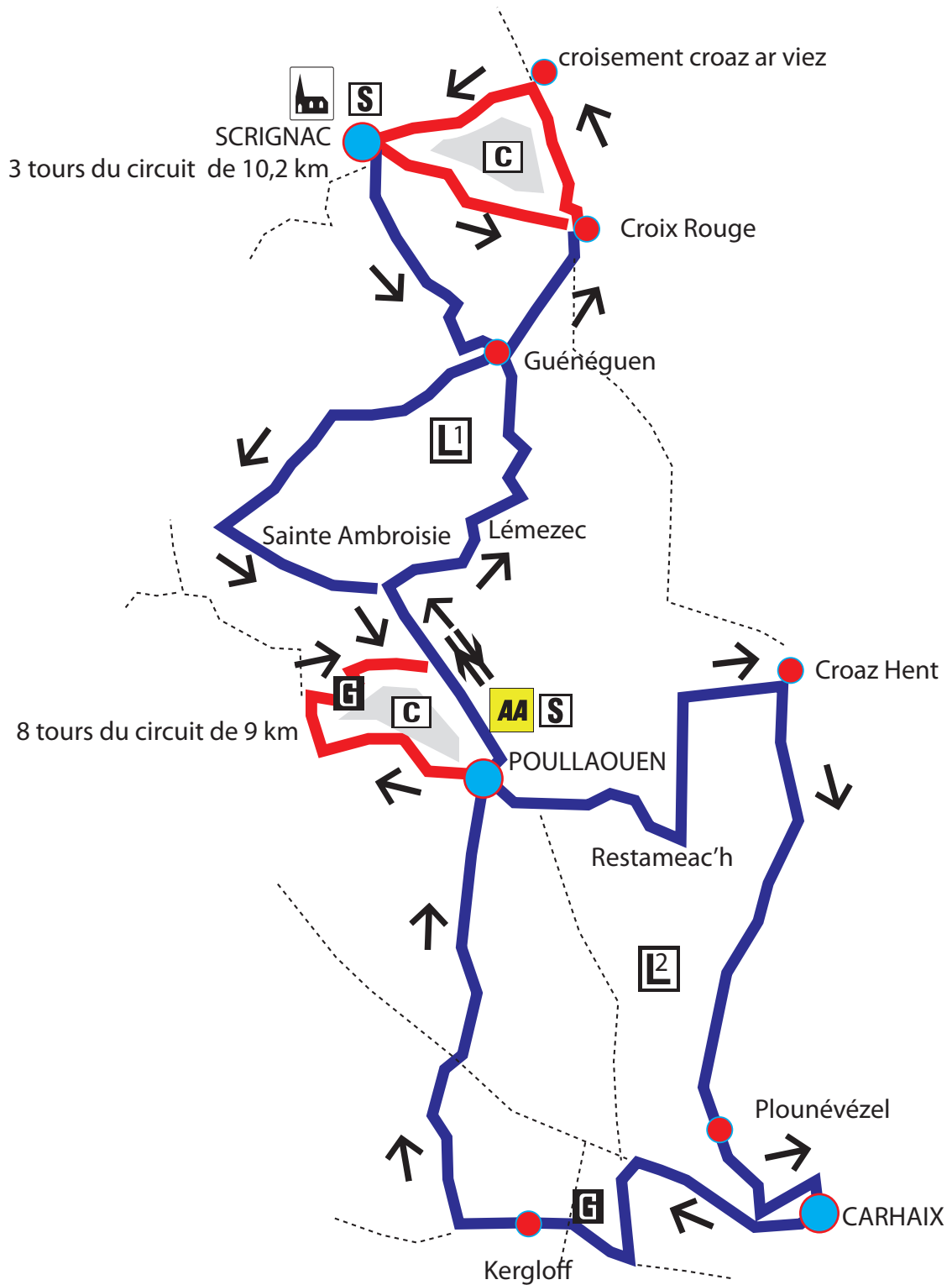




















Poullaouen - Scrignac - Carhaix-Poullaouen

Troisième étape : 13 août 2011

170 kilomètres



Horaires de passage 3ème étape

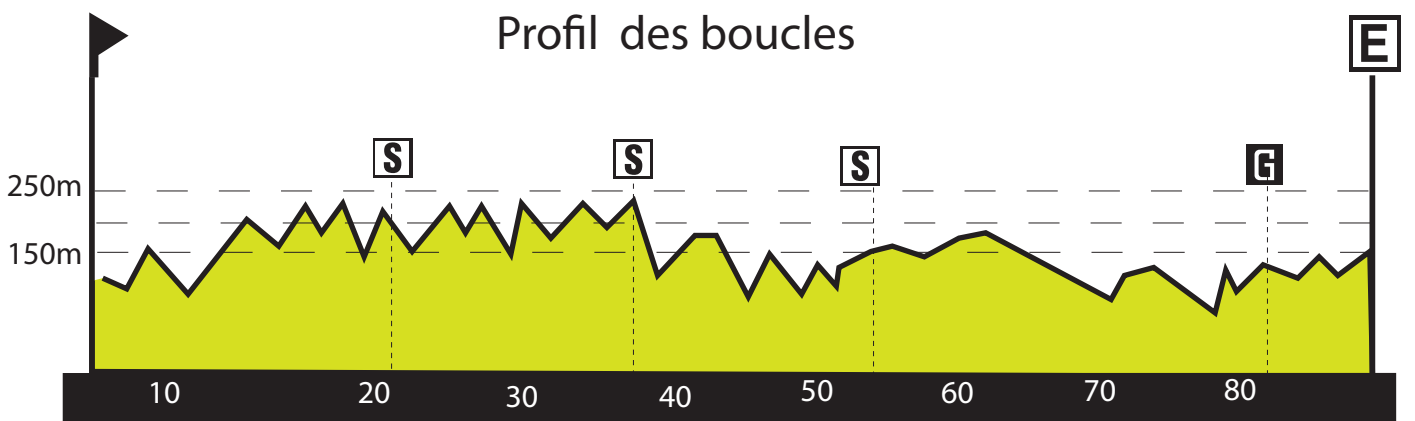
Kilométrage			Itinéraire			Horaire Course	
KM	Fait	A faire	Routes	Lieux		40	43
				Poullaouen . Départ fictif près de la Pharmacie		12:45	12:45
0	0	170	D 65	Départ Poullaouen Ligne d'arrivée en sens inverse		13:00	13:00
12,2	12,2	158	VC	Quénéguen		13:18	13:17
2,5	14,7	156	D 114 D 54	Croix Rouge		13:22	13:20
2,8	17,5	153	VC	Croisement croaz ar viez à gauche		13:26	13:24
3,2	20,7	150	D 42	Scrignac		13:31	13:28
3,8	24,5	146	rue calonnec	Croix Rouge		13:36	13:34
2,8	27,3	143	VC	Croisement croaz ar viez à gauche		13:40	13:38
3,2	30,5	140	D 42	Scrignac		13:45	13:42
3,8	34,3	136		Croix Rouge		13:51	13:47
2,8	37,1	133		Croisement croaz ar viez à gauche		13:55	13:51
3,2	40,3	130		Scrignac		14:00	13:56
4,9	45,2	125	D 114	Quénéguen		14:07	14:03
6,2	51,4	119	D 114	Saint Ambroisie		14:17	14:11
1,5	52,9	117	VC	Pont Ar Gorret		14:19	14:13
4,1	57	113	D769	Ligne d'arrivée Poullaouen		14:25	14:19
5,4	62,4	108	VC D 114	Croaz Hent		14:33	14:27
7,3	69,7	101	D 54	Sortie Plounévézel		14:44	14:37
1,8	71,5	99	VOIR PLAN	Entrée Carhaix		14:47	14:39
4,5	76	94	D 764	Sortie Carhaix		14:54	14:46
2	78	92		Entrée route forestière		14:57	14:48
3,4	81,4	89	D 48 D 236	Kergloff		15:02	14:53
8,3	89,7	81	D 764	Entrée circuit Poullaouen		15:14	15:05
8,5	98,2	72		Poullaouen . 1er passage sur la ligne		15:27	15:17
5	103,2	67		Côte de Lescom		15:34	15:24
4	107,2	63		Poullaouen . 2 ème passage sur la ligne		15:40	15:29
5	112,2	58		Côte de Lescom		15:48	15:36
4	116,2	54		Poullaouen . 3 ème passage sur la ligne		15:54	15:42
5	121,2	49		Côte de Lescom		16:01	15:49
4	125,2	45		Poullaouen . 4 ème passage sur la ligne		16:07	15:54
5	130,2	40		Côte de Lescom		16:15	16:01
4	134,2	36		Poullaouen .5 ème passage sur la ligne		16:21	16:07
5	139,2	31		Côte de Lescom		16:28	16:14
4	143,2	27		Poullaouen .6 ème passage sur la ligne		16:34	16:19
5	148,2	22		Côte de Lescom		16:42	16:26
4	152,2	18		Poullaouen .7 ème passage sur la ligne		16:48	16:32
5	157,2	13		Côte de Lescom		16:55	16:39
4	161,2	9		Poullaouen .8 ème passage sur la ligne		17:01	16:44
5	166,2	4		Côte de Lescom		17:09	16:51
4	170,2	0		Poullaouen . Arrivée		17:15	16:57

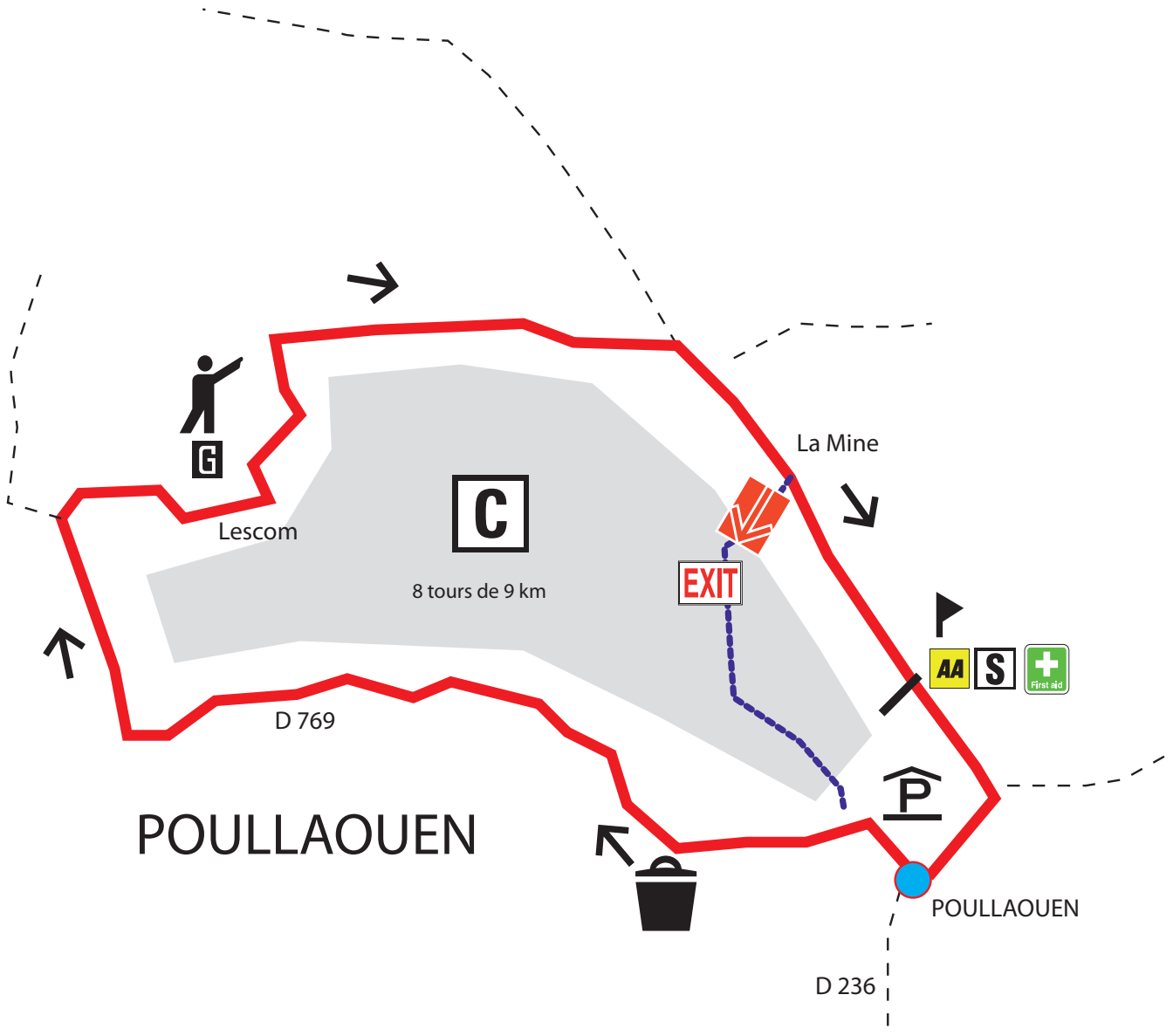
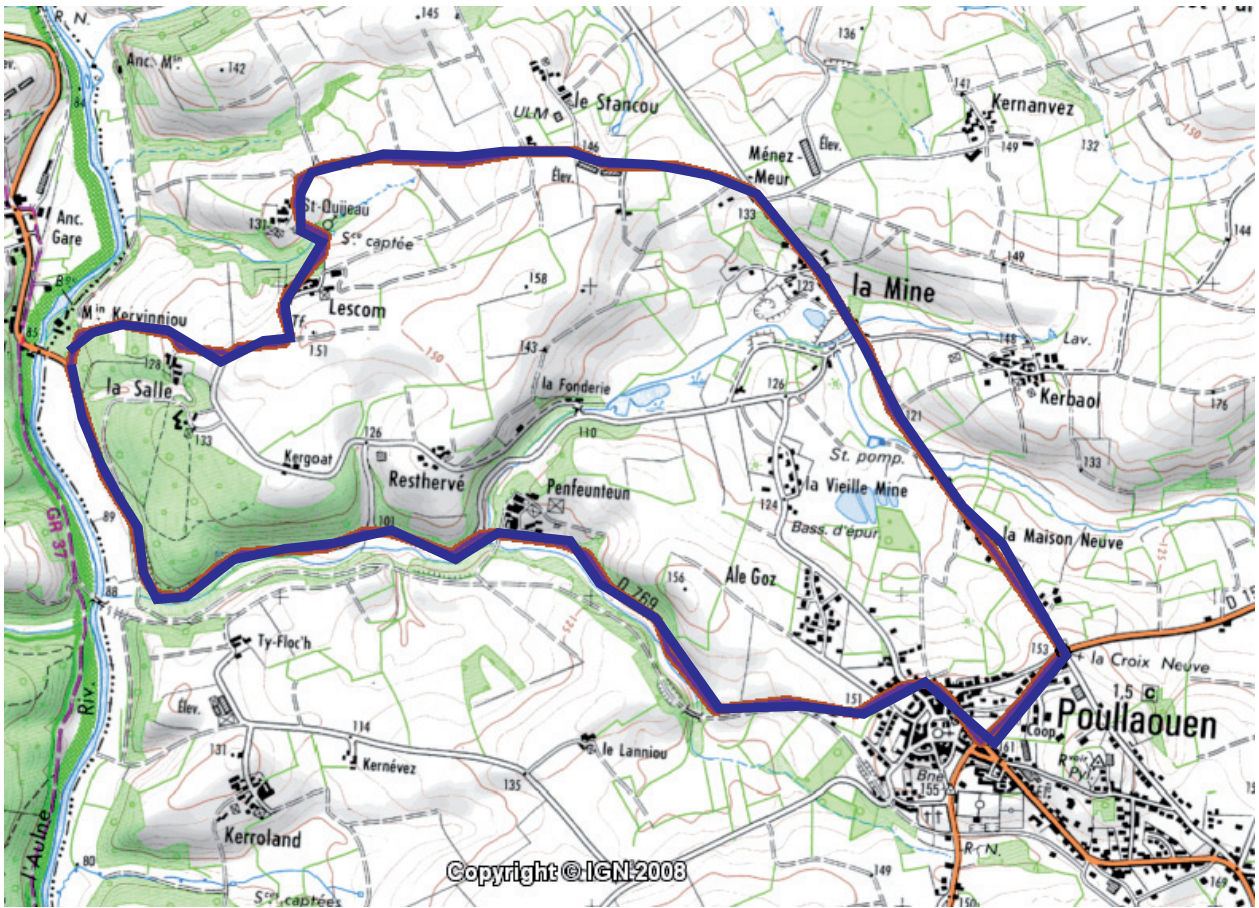
Déviation
Directeurs sportifs :
400 m avant la ligne .
côté droit

Nombre de tours circuit
final : 8 x 9 km

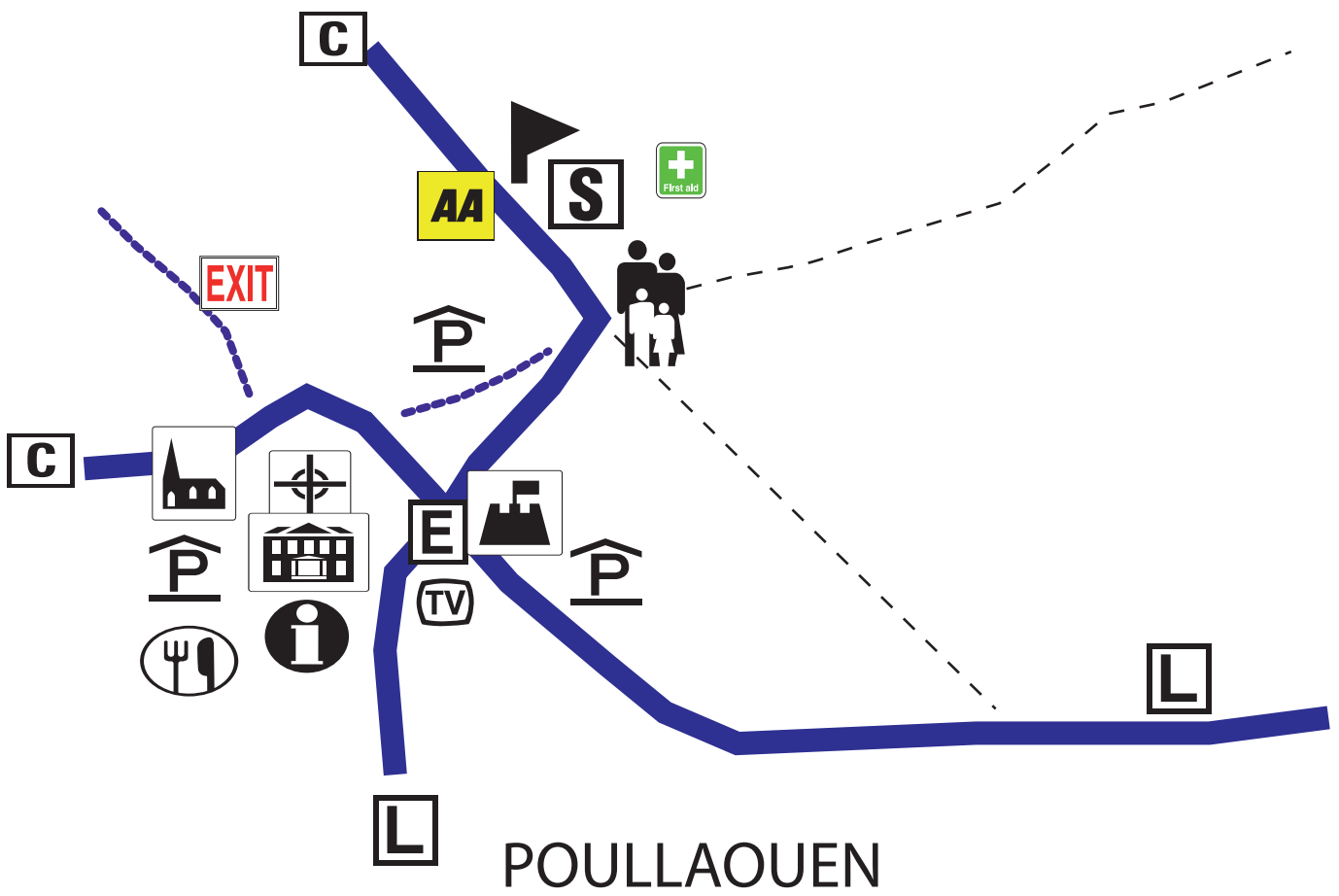
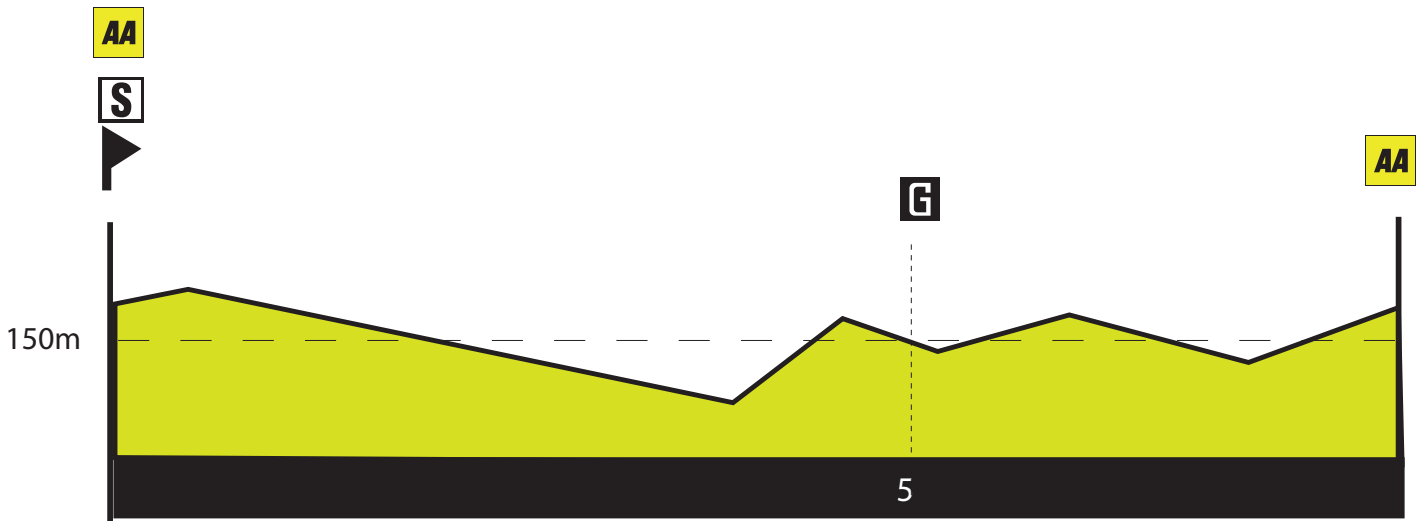
Déviation Directeurs sportifs : 200 m avant la ligne . côté droit

Nombre de tours circuit final : 8 x 11,5 km



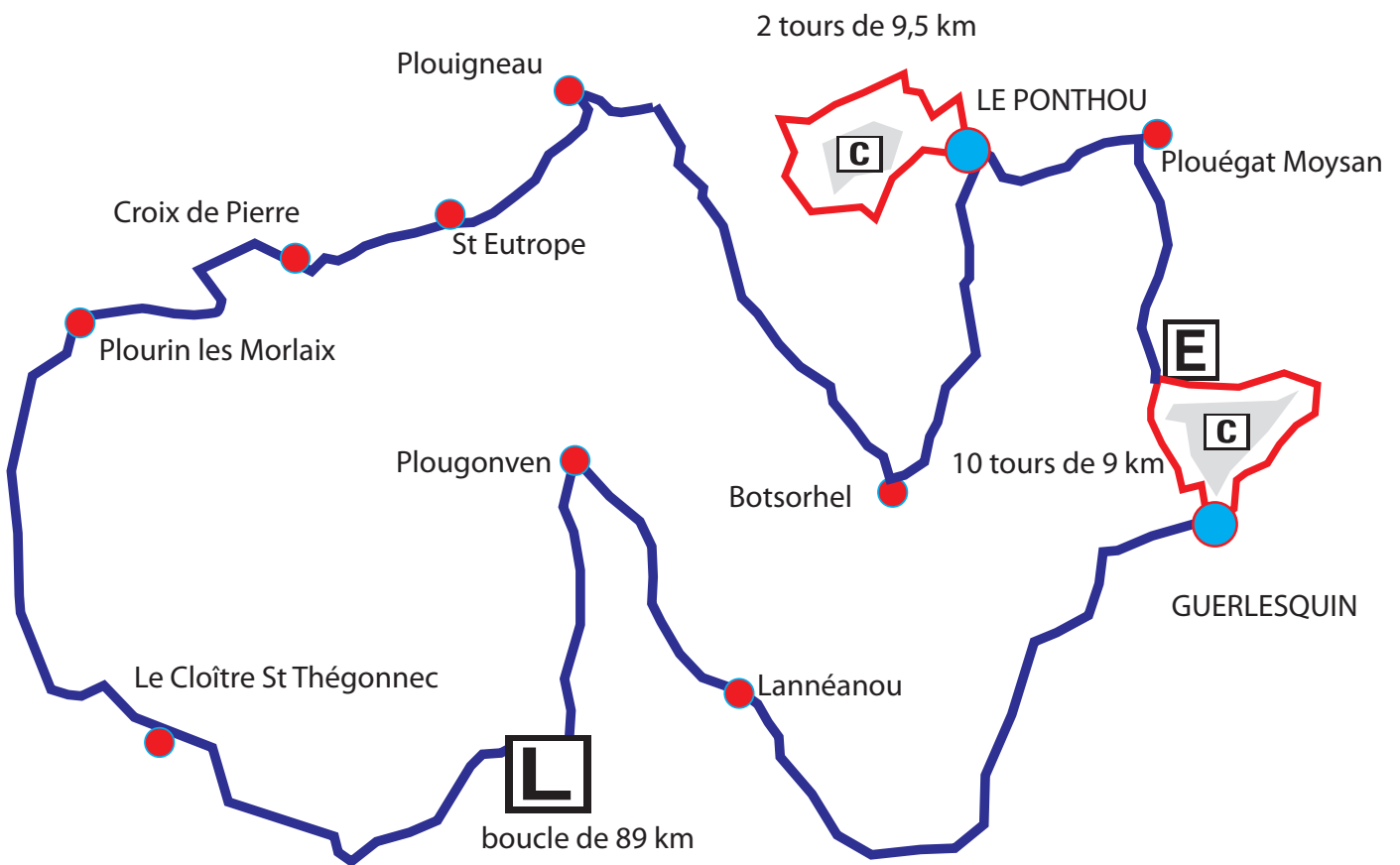


Profil circuit final
















Guerlesquin- Le Ponthou -Guerlesquin

Quatrième étape : 14 août 2011
179 kilomètres

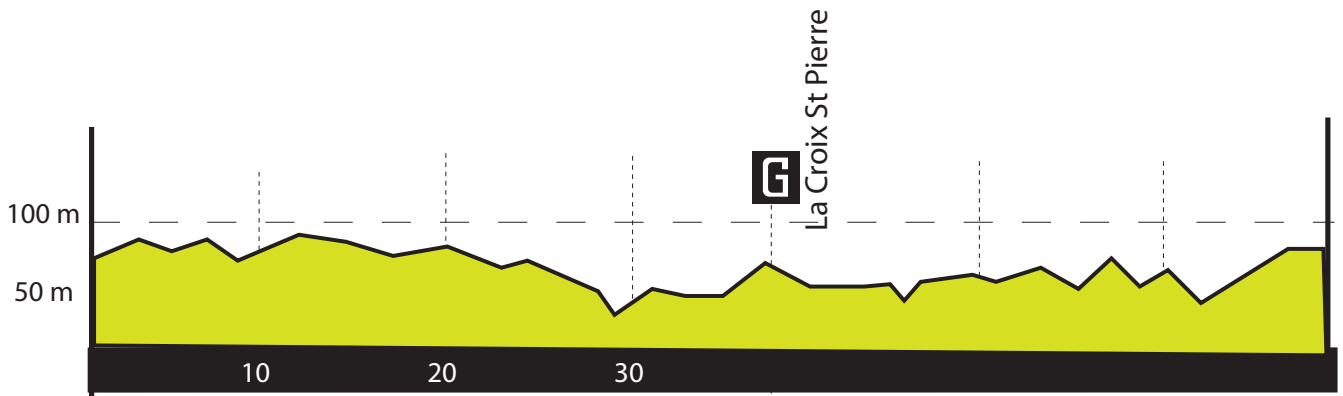
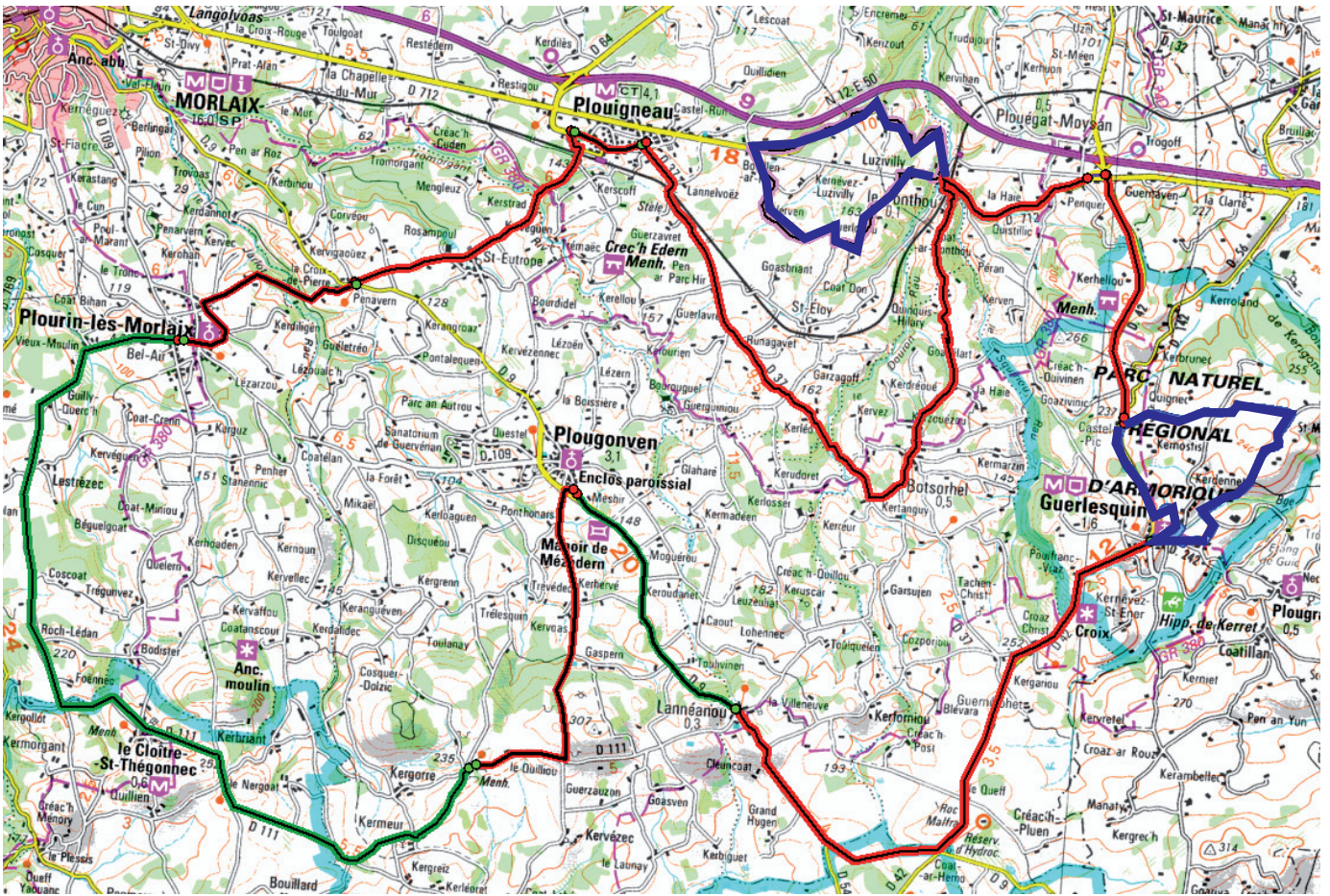


Horaires de passage 4ème étape

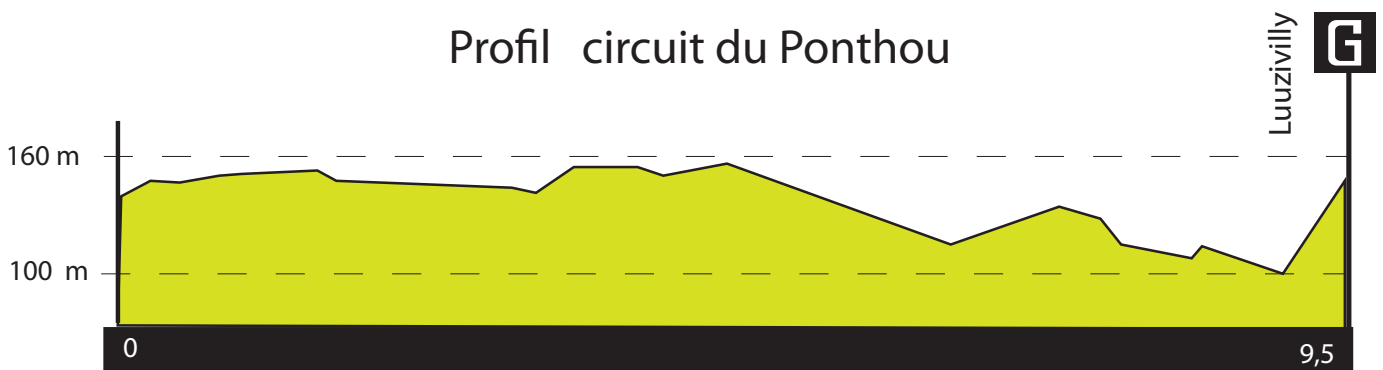
Kilométrage			Itinéraire			Horaire Course	
KM	Fait	A faire	Routes	Lieux		40	43
						13:15	13:15
0	0	179		Guerlesquin Place du Martray		13:15	13:15
6,2	6,2	173		Coat Ar Herno		13:24	13:23
4	10,2	169		Lannéanou		13:30	13:29
5	15,2	164		Plougonven		13:37	13:36
7,2	22,4	156	par VC 1	Kermeur		13:48	13:46
5	27,4	151		Le Cloître St Thégonnec		13:56	13:53
5,9	33,3	146		Plourin les Morlaix		14:04	14:01
5,2	38,5	140		La Croix St Pierre	 MG1	14:12	14:08
1,9	40,4	138		Saint Eutrope		14:15	14:11
2,9	43,3	136		Plouigneau		14:19	14:15
8,8	52,1	127	C 11	Botsorhel		14:33	14:27
4,7	56,8	122		Le Ponthou		14:40	14:34
9,5	66,3	113		Le Ponthou	 MG2	14:54	14:47
9,5	75,8	103		le Ponthou	 MG3	15:08	15:00
3	78,8	100		Plouegat Moysan		15:13	15:04
5	83,8	95		Guerlesquin entrée circuit		15:20	15:11
5	88,8	90		Guerlesquin 1 er passage ligne d'arrivée	 S1	15:28	15:18
2	90,8	88		Côte du Cimetière		15:31	15:21
7	97,8	81		Guerlesquin 2 ème passage ligne d'arrivée		15:41	15:31
2	99,8	79		Côte du Cimetière	 MG4	15:44	15:34
7	106,8	72		Guerlesquin 3 ème passage ligne d'arrivée		15:55	15:44
2	108,8	70		Côte du Cimetière		15:58	15:46
7	115,8	63		Guerlesquin 4 ème passage ligne d'arrivée	 S2	16:08	15:56
2	117,8	61		Côte du Cimetière		16:11	15:59
7	124,8	54		Guerlesquin 5 ème passage ligne d'arrivée		16:22	16:09
2	126,8	52		Côte du Cimetière		16:25	16:11
7	133,8	45		Guerlesquin 6 ème passage ligne d'arrivée	 S3	16:35	16:21
2	135,8	43		Côte du Cimetière		16:38	16:24
7	142,8	36		Guerlesquin 7 ème passage ligne d'arrivée		16:49	16:34
2	144,8	34		Côte du Cimetière		16:52	16:37
7	151,8	27		Guerlesquin 8 ème passage ligne d'arrivée	 S4	17:02	16:46
2	153,8	25		Côte du Cimetière		17:05	16:49
7	160,8	18		Guerlesquin 9 ème passage ligne d'arrivée		17:16	16:59
2	162,8	16		Côte du Cimetière	 MG5	17:19	17:02
7	169,8	9		Guerlesquin 10 ème passage ligne d'arrivée		17:29	17:11
2	171,8	7		Côte du Cimetière		17:32	17:14
7	178,8	0		Guerlesquin Arrivée		17:43	17:24

Déviation
Directeurs sportifs :
1 km avant la ligne .
voir plan

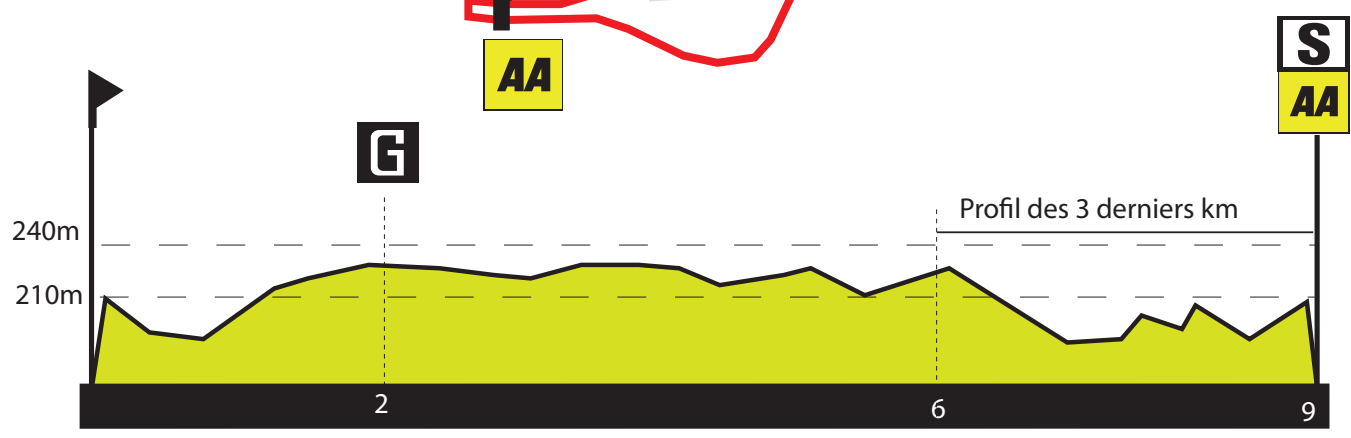
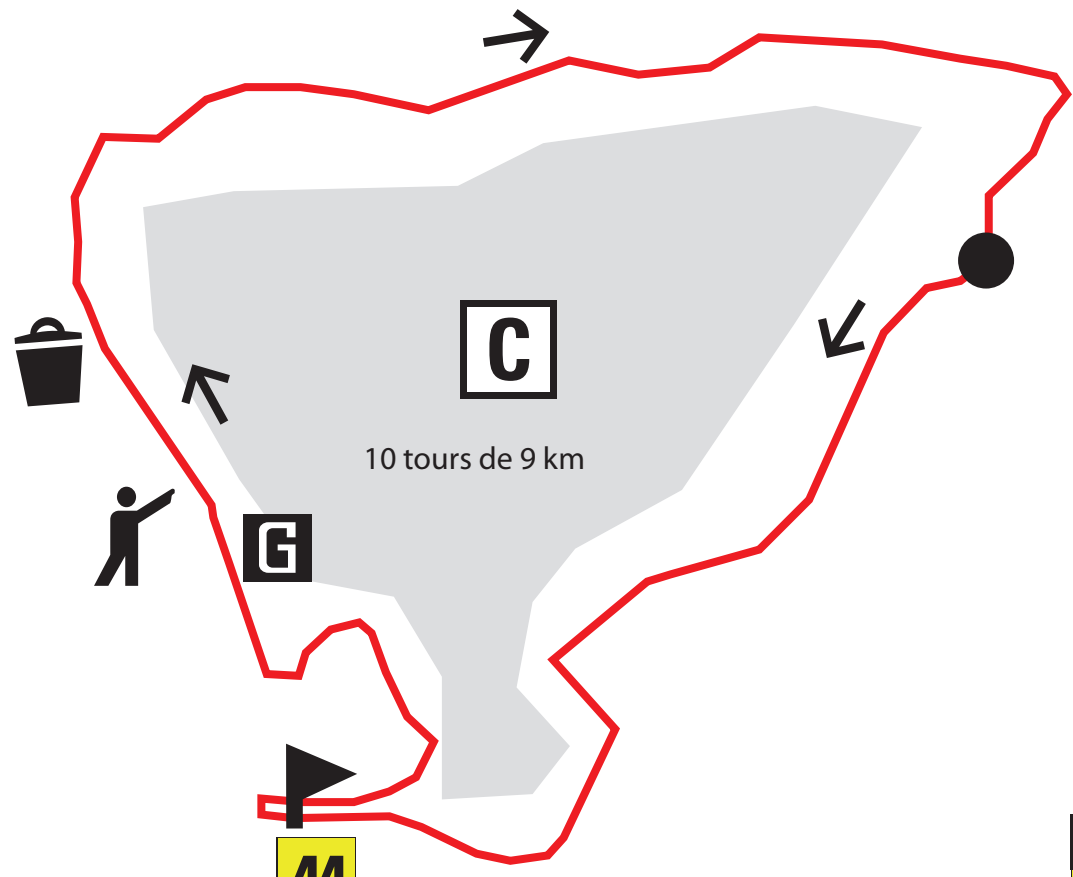
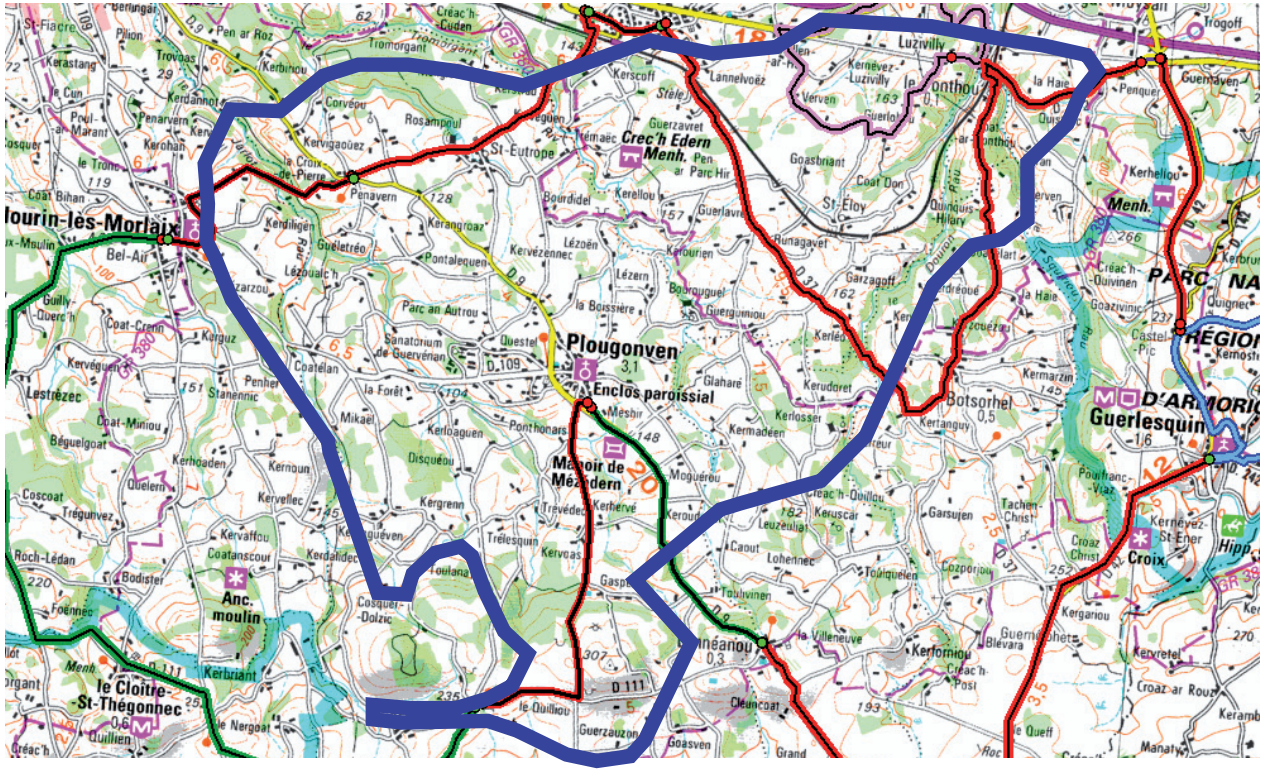
Nombre de tours circuit
final : 10 x 9 km



Profil de la bouche hors circuit du Ponthou



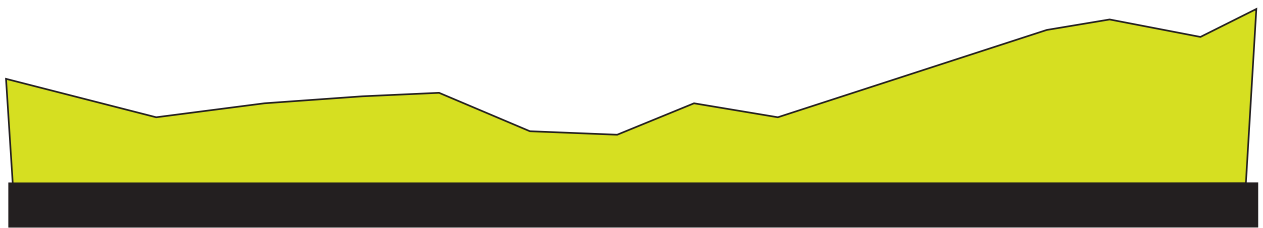
Profil circuit du Ponthou



Profil circuit final



Guerlesquin centre



Profil des 3 derniers kilomètres

Notes

Notes

