

MANCHE - ATLANTIQUE

Dimanche 8 mars 2020

Itinéraire	Routes	KMS	Heures	Informations Diverses
JUGON LES LACS	Ville	1 KM neutralisé	13 H 00	Départ – MAIRIE Place Martray
Rue de Penthièvre – Rue de la Petite Chaussée – Rue de Langouhèdre				
BOIS LEARD (sortie de la ville)	D.792	000	13 H 30	Km 0
LANGOUHEDRE	D.792	4,400	13 H 36	
PLENEE JUGON (entrée)	D.792	6,700	13 H 40	Rue République et Jules Ferry
PLENEE JUGON (sortie)	D.792	7,000	13 H 41	Rond Point
LE GOURAY	D.792	16	13 H 55	Rond Point
COLLINEE (rond point)	D.792	19,400	13 H 57	2 ^{ème} sortie vers D.792
SAINT GILLES du MENE	D.792	26,600	14 H 08	
PLEMET (entrée Rond Point à droite)	D.792	34,600	14 H 20	Rond Point 1 ^{ère} sortie vers D1
PLEMET (2 ^{ème} Rond point à droite)	D.1	37.700		Vers D.1 St Lubin St Sauveur le Haut
LA PRENESSAYE	D.14	40.00	14 H 26	La ville Roger
LA PRENESSAYE	D.14	41.200	14 H 30	Malabry -Pont de la N. 164
ROND POINT ANGLAIS	D.14	42.00		2 ^{ème} sortie D.14 / La Cheze
LA CHEZE (rue de Loudéac)	D.14	46.00	14 H 36	Direction D 778 les Forges
LA CHEZE (direction les Forges)	D.778			Rue de Josselin
ST ETIENNE du Gue de l'Isle	D.778	48.700	14 H 41	Ligne droite
Entrée dans le Morbihan Km 57				
LES FORGES	D.778	59.700	14 H 55	Direction PLEUGRIFFET
Direction PLEUGRIFFET	D.117			Vers RADENAC
Canal NANTES/BREST	D.117	62.00	14 H 59	Village Cadoret
Côte de CADORET	D.117	63.800	15 H 01	1^{er} GRIMPEUR Dénivelé 6% sur 1.5 Km
PLEUGRIFFET (1 ^{er} Rond Point)	D.117	65.900	15 H 05	Vers RADENAC D.117
PLEUGRIFFET (Sortie)	D.117	66.400	15 H 06	Vers RADENAC D.117
Traversée de la Départementale 11 (Réguiny / St Allouestre)				
RADENAC	D.117	68.700	15 H 11	D117- rue du stade / rue Anne de Bretagne –Vers MOREAC D.117
MOREAC (entrée)	D.117	77.700	15 h 25	A Gauche vers C.183
MOREAC (par une route communale).	C.183			
MOREAC (sortie)	D.181	78.400	15 H 26	Direction ZA le Bardeff
Ravitaillement sortie MOREAC sur 1,6 Km				
Entrée ZA LE BARDEFF à gauche	D.724	80,300	15 H 28	Direction St Allouestre à Gauche

CHATEAUBRIAND (Côte)	D.724	84,200	15 H 32	2^{ème} GRIMPEUR (Cécaliment) Dénivelé à 6% sur 1,5 Km
SAINT ALLOUESTRE	D.11	87,400	15 H 37	Traversée bourg vers St Jean B.
ST JEAN BREVELAY(Rond point)	D.1	97	15 H 50	Centre ville : Rue de Bignan - rue Jule Simon - rue de Rennes
ST JEAN BREVELAY (déviation vers Plumelec véhicules suiveurs)	D.778b	98	15 H 51	Rue de Rohan Rte de Vannes
Sortie de St Jean vers Plaudren	D182	98,500		Direction Plaudren/le Guerihuel
Direction PLAUDREN	C6			Rue des rah koed / le Vieux Pré /le Mene/ Chapelle Chaupas
Direction Plumelec - Cadoudal		107		rte de St Dugast/le Guer
Vers Plumelec par Cadoudal	D126	109		Cadoudal/la Claie
PLUMELEC (circuit ligne arrivée)	D.1	111	16 H 12	Ligne d'arrivée CADOUDAL
Circuit de PLUMELEC 6 Tours de 8 Km.	D.126			1^{er} passage 3^{ème} GRIMPEUR 4^{ème} passage 4^{èm}GRIMPEUR
ARRIVEE	D.126	158 Km	17 H 18	Côte de CADOUDAL

Heure de passage (vitesse 42 K/H) PLUS ou MOINS 10 Minutes suivant les intempéries (pluie-vent) et l'allure des coureurs.