



Parcours AOUT 2023

Mise à jour : décembre 2022

DEPART 8H

Dimanche 06 Août 105 Km D+1025m N°0236 881 88 92

Kerboulard, Elven, Saint Guyomard, Malestroit*, *dir Guer jusqu'à D8*, Ruffiac, Saint Martin sur Oust, Saint Congard, Pleucadeuc, Molac, Le Moulin de Larré, **Larré, La Vraie Croix, Sulniac, Laverdon, Le Rohic, St Avé.**

* **Raccourci** : 87 Km (D+871) N°0236Bis OP **159 33 856**
Malestroit ... Saint laurent sur oust ...Saint Congard.

Dimanche 13 Août 105 Km D+767m N°0302(Nouveau) 137 52 228

Plescop, Chanticoq, Plumergat, Pluvigner, Malachappe, Languidic (Direc Lanvaudan), Kerlino Izel (gauche), Penquesten, Hennebont (Kerpotence), Landévant, **Brandérion, Landaul, Brech, Ste Anne, Mériadec, Plescop, Le poteau, St avé.**

* **Raccourci** : 87 Km (D+719m) N° 0302Bis OP **159 32 764**
Languidic ... Brandérion.

Mardi 15 Août 106 Km D+1233m N°0241 887 95 92

Plescop, Grand-Champ, Camors, Baud, St Barthélémy, St Nicolas des Eaux, Castennec, Le Resto, Golf de Rimaison, Talvern Menez, Pluméliaou, Remungol, **Plumelin, La Barrière, Grand Champ, Coulac, Meucon, St Avé.**

* **Raccourci** : 91Km (D+1009m) N°0241Bis OP **159 34 369**
St Barthélémy ... Pluméliaou.

Dimanche 20 Août 98 Km D+1245m N°0238 887 94 87

Bellevue, Kerboulard, Elven, St Guyomard, Malestroit*, Missiriac, Monterrein, *direction Ploermel, 2km à gauche*, la Ville au Vy, Trivoléon, *à droite sous la voie express, ensuite à gauche*, Moulin de Bezon, Quily, Lizio, St Aubin, Callac, **Trédion, St Bily, Le Croiseau, Le Pavé, St Avé .**

* **Raccourci** : 84Km (D+1018m) N°0238Bis OP **159 34 389**
Malestroit ... La Chapelle Caro ... Le Roc ... Lizio.

Dimanche 27 Août 104 Km D+895m N°0265 107 71 882

Meucon, *dir St Jean à gauche Colpo*, Le Bézo, *à gauche Les Fontaines*, Locminé,*dir Remungol, à gauche Zi Koh Koed*, Côte de Manéguen, Guénin*, *dir Pontivy, St Barthélémy, St Adrien,D3 à droite puis à gauche La Gare de Baud*, Camors, **Bieuzy, Brandivy, Plumergat, Mériadec, Plescop, Le Poteau, St Avé.**

(Suite dimanche 27 Août)

* **Raccourci** : 89Km (D+859) N°0265Bis OP **159 34 838**
Guénin ... Baud ... Camors.

