



Cyclo Infos



Bulletin d'informations du Cyclo Club de Guipavas

1^{er} semestre 2019

VOTRE COMITE DIRECTEUR

Thierry KERMARREC	Président	François MINGANT	Vice - président Animation
Jean-Pierre GUEGUENIAT	Vice-Président, Ecole cyclo	Elisabeth GOUEREC	Trésorière-adjointe Déléguée féminines
Jean Claude JAFRENNOU	Secrétaire Troménies	Lisette MANDOTE	Secrétaire adjointe - Adjointe équipements
Jacques BOUGUEN	Trésorier	Noël BOULCH	Séjours - PBP BRM
Hélène JEZEQUEL	Responsable équipements	Robert VOURCH	Adjoint Animation Remorque
Jean -Yves CRENN	Circuits Ecole cyclo	Jean COAT	Doyen-Animation
Laurent COAJOU	Adjoint Ecole cyclo	Colette GUENVER	Animation - presse Adjointe circuits
Jean Paul GUYOMARC'H	Sécurité	David COUTURIER	Web Master Ecole cyclo
Jocelyne PASCO-MOYSAN	Animation équipements	Jean Yves SIMON	Ecole cyclo Délégué VTT

Le Mot du Président

"Offrez du vélo à votre santé", c'est une des idées fortes portée par notre fédération. Chaque pratiquant que nous sommes est bien conscient des bienfaits de notre sport. N'hésitez pas à faire partager votre passion avec vos contacts qui parfois se posent la question...suis-je capable ? Et oui, sauf contre-indication médicale, tout le monde peut pratiquer.

J'éprouve toujours une grande satisfaction à côtoyer le dimanche matin nos jeunes anciens, Laurent, Michel, René, François qui ont dépassé les 80 printemps et sont d'une vitalité que nous espérons tous.

Il n'y a pas de sexe, pas d'âge pour enfourcher un deux roues.

En cette fin d'année, je pense que c'est un beau cadeau que vous ferez à vos proches en leur proposant une activité propice à leur bien-être.

Bonnes fêtes

ORGANISATION ET PROJETS

Le fonctionnement des groupes

Pour vous permettre de mieux déterminer le groupe qui vous convient, voici à titre indicatif les allures de chacun et les kilométrages moyens par sortie suivant la saison :

- Groupe 1 : allure libre
- Groupe 2 : 27 à 29 km/h

- Groupe 3 : 25 à 27 km/h
- Groupe 4 : 23 à 25Km/h

- Groupe 5 : 22 à 24 km/h
- Groupe 6 : allure libre

- Groupe 7 : allure libre

- Groupe du samedi : allure libre

I - **Le groupe du samedi** se retrouve à 9h pour un circuit de 30 à 60 kms

II - **Les retraités** se retrouvent chaque mardi et jeudi à 13h35 pour une sortie commune

III - **Les dimanches matin et jours fériés** : 50 à 100 kms suivant les groupes.

Capitaines de groupes

Groupe 1 : Hubert Gouerec ; Gaëtan Menez Christian Deniel	Groupe 5 ; J. François Tanguy ; Laurent Coajou ; Rémy Jézéquel
Groupe 2 : Christian Lannuzel ; Marc Salou ;	Groupe 6 : Lisette et Hélène
Groupe 3 : Elisabeth GOUEREC ; François Mingant	Groupe 7 : Jean Coat ; Daniel Marrec
Groupe 4 : Annick Roudaut ; Yves Jaouen ; Jean Yves Crenn ; Henri Pailler	Groupe du samedi : toutes responsables

LES BONS REFLEXES

En cas d'accident : complétez une déclaration de sinistre fournie par le club et remettre une photocopie à "Monsieur sécurité" Jean Paul Guyomarc'h
Pour vous aider à remplir votre déclaration, contacter Jean-Pierre Guéguéniat.

La boîte à outils du club peut servir.
Voir avec Jean-Pierre Guéguéniat.

Calendrier des évènements 2018 et projets en cours

- 6 janvier : **Sortie inaugurale** : départ à **9h** pour tous de la **salle Jean- MONNET** - vers 11h30 : photos et pot de l'amitié.
- 15 janvier : galette des Rois de 16h à 18h30
- 24 mars brevet BRM de 200 **C. C. Guipavas**
- 27 avril brevet BRM de 300 **AC Milizac**
- 28 avril : sortie organisée par l'**ASTourbian** au profit du DON D'ORGANES AIRL
- 11et 12 mai : BRM de 400 **C. C. Guipavas**
- 1^{er} et 2 juin : B R M de 600 **G C BREST**
- 29 juin : "La Pierre Le Bigault à **Callac**
- 22 septembre : pédalons et marchons pour **Alzheimer**

Plusieurs autres organisations contribuent à la vitalité du club, les Troménies, et bien entendu les sorties extérieures à l'initiative de plusieurs de nos membres

- du 6 au 13 avril séjour à **Marrakech** avec SAMAD
- du 30 mai au 2 juin sortie de printemps à **Moëlan sur mer**
- séjour base VTT à déterminer
- avril : critérium départemental du jeune cyclotouriste à **Poullan/mer**
- mai : critérium régional du jeune cyclotouriste à **Ploërmel**
- semaine du 11 au 18 juin 2019 séjour départ et arrivée de **Monpellier**
- semaine nationale et européenne des jeunes à **La Flèche**
- du 4 août au 11 août : semaine Fédérale à **COGNAC** – Charente -

LES CIRCUITS 2019

Comme vous le verrez,
un planning de nettoyage du local a été mis en place.
Merci à ceux qui ne pourraient pas être présents au moment où ils sont prévus,
de se faire remplacer.

**ATTENTION : le départ se fera désormais avec
un intervalle de DEUX (2) minutes entre chaque groupe**

Mardi 1^{er} janvier

nettoyage : Jean-Yves Crenn et Jean Coat

- 1^{er} circuit : 70 Km **Groupes 1 et 2 : départ 9H (G1) - départ 9h02 (G2)**
Guipavas, Plabennec, Bourg-Blanc, « Trois curés », Milizac, Lanrivoaré, Pen An Dreff,
Plouguin, Bourg- Blanc, Plouvien, Plabennec, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 66 Km **Groupes 3 et 4 : départ 9H04 (G3) - départ 9H06 (G4)**
Guipavas, Plabennec, Bourg-Blanc, Coat-Méal, Milizac, Lanrivoaré, prendre D68, Brélès, St-
Renan, Milizac, Kérvivot , Kervalguen, Guesnou, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 52 Km **Groupe 5 – départ 9H08**
Guipavas, Plabennec, Le Leuhan, Ploudaniel, Chapelle de Locmélar, Plounéventer,
Trémaouézan, Auberge Neuve, St-Thonan, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 26Km – départ 9h00**
Guipavas, Plabennec, château du Leuhan, Lestanet, Le Drennec, Plabennec, Guipavas.

Dimanche 6 janvier

nettoyage : comité

**Inauguration de la saison (photo et pot à l'issue de la sortie)
Départ de la salle Jean Monnet à 9h00**

1^{er} circuit : 53 Km - Groupes 1 et 2
Guipavas, St-Thonan, Ploudaniel, St-Méen, Lesneven, Le Folgoet, Lanarvily, Chapelle de
Landouzen, Plouvien, Plabennec, Guipavas.

2^{ème} circuit : 45 Km – les autres groupes
Guipavas, St-Thonan, Ploudaniel, St-Méen, Lesneven, Le Folgoët direction Lanarvily, Le
Drennec, Le Leuhan, Kersaint, Guipavas.

Dimanche 13 Janvier

nettoyage : Jacques Bouguen et Hubert Gouérec

- 1^{er} circuit : 72 Km – dénivelé : 600m
Groupes 1 et 2 : départ 9H (G1) - départ 9h02 (G2)-

Guipavas, St Elven, Kersaint-Plabennec, Le Leuhan, Le Drennec (15), Lanarvily par Le Mingant, Kernilis, Le Grouannec, Plouguerneau, Lannilis, l'Aber-Vrach, Landéda, Lannilis, Tréglonou, Coat-Méal, Bourg-Blanc, Le Narret, Gouesnou, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 68 Km **Groupes 3 et 4 : départ 9H04 (G3) - départ 9H06 (G4)**
Guipavas, Gouesnou, Plouvien, Le Diouris (21), grèves du Vougot, Le Curnic, Guissény, Kerlouan, Lesneven, Ploudaniel, St Thonan, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 57 Km **Groupe 5 – départ 9H08**
Guipavas, St Divy, St Eloy, Plouédern, Plounéventer, Lesvéoc, St Derrien, Bellevue, Plounéventer, Chapelle de Locmélar, Ploudaniel, St-Thonan, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 23Km – départ 9h00**
Guipavas, fond de l'anse, La Forest Landerneau, D712, St-Divy, Guipavas.

Dimanche 20 janvier

nettoyage : André Blanchetière et Jean-François Le Strat

- 1^{er} circuit : 73 Km **Groupes 1 et 2 : départ 9H (G1) - départ 9h02 (G2)**
Guipavas, St Thonan, Ploudaniel, Lesneven, Plouider, Goulven, Plouescat, St-Vougay, Château de Kerjean, St-Derrien, Plounéventer, Plouédern, St-Eloy, St-Divy, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 68 Km **Groupes 3 et 4 : départ 9H04 (G3) - départ 9H06 (G4)**
Guipavas, Gouesnou, Le Narret, Plouvien, Tariec, Tréglonou, Saint-Pabu, Lampaul-Ploudalmézeau, Ploudalmézeau, Plouguin, Coat-Méal, Bourg-Blanc, Le Narret, Plabennec, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 58 Km **Groupe 5 – départ 9H08**
Guipavas, Plabennec, Chapelle St Jean (par le cimetière), Plouvien, Le Diouris, Kernilis, Le Folgoët, D32, Trégarantec, Kerongar, Ploudaniel, St-Thonan, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 20Km – départ 9h00**
Guipavas, Plabennec, château du Leuhan, Kersaint-Plabennec, Pen ar Forest, Guipavas.

Dimanche 27 janvier

nettoyage : Jean-Yves Simon et Charles Prigent

- 1^{er} circuit : 73 Km **Groupes 1 et 2 : départ 9H (G1) - départ 9h02 (G2)**
Guipavas, Gouesnou, Guilers, La Trinité Plouzané(25), Lamber, Plomoguer, Plouarzel, Bréles, Lanrivoaré, Milizac, Kerivot, Kervalguen, Gouesnou, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 66 Km **Groupes 3 et 4 : départ 9H04 (G3) - départ 9H06 (G4)**
Guipavas, Landerneau, Croix des Maltotiers, D32, Lesvéoc, St-Méen, Trégarantec, Ploudaniel, St-Thonan, Pen-ar-Forest, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 59 Km **Groupe 5 – départ 9H08**
Guipavas, Gouesnou, Kervalguen, Kérvot, Milizac, Lanrivoaré, Pen-an-Dreff, Menhir de Kervignen, St Roch, Ploudalmézeau, Plouguin, Coat-méal, Bourg-Blanc, Plabennec, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 28 Km – départ 9h00**
Guipavas, Gouesnou, D67, Kervalguen, D26, « Les 3 Curés », Bourg-Blanc, Gouesnou, Guipavas.

Dimanche 3 février

nettoyage : Henri Pailler et Gaby Bégoc

ATTENTION : changement de l'horaire des départs

- 1^{er} circuit : 72 km **Groupes 1 et 2 : départ 8H45 (G1) - départ 8h47 (G2)**
Guipavas, St-Divy, Landerneau, « le Keff » avant Sizun, Gare de Landivisiau, Landerneau, St-Divy, Guipavas

- 2^{ème} circuit : 70 km **Groupes 3 et 4 : départ 8H49 (G3) - départ 8H51 (G4)**
Guipavas, Gouesnou, Kervalguen, D26, Kerivot, Milizac, Lanrivoaré, Plourin, Ploudalmézeau, Tréglonou, Tariec, Plouvien, Gouesnou, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 60 Km **Groupe 5 – départ 8H53**
Guipavas, Plabennec, Chapelle St Jean, Loc-Brévalaire, Château de Penmarch, Guissény, Kerlouan, Kernouès, Lesneven (Chât. d'eau), Le Folgoët, Kérouant, Ploudaniel, St-Thonan, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 28Km – départ 9h00**
Guipavas, Plabennec, château du Leuhan, Lestanet, Le Drennec, Plabennec, Guipavas.

Dimanche 10 février

nettoyage : Christian Lannuzel et Yves Jaouen

- 1^{er} circuit : 73 Km **Groupes 1 et 2 : départ 8H45 (G1) - départ 8h47 (G2)**
Guipavas, Kerhuon, Traouidan, Kerouézec, Leur ar Marc'h, Ste Christine, Kervivez Uhella, Bourg de Plougastel, Radar de Bretagne, Landerneau, St-Divy, Plouedern, Trémaouézan, Croas ar Ressioul, (prendre à gauche), Ploudaniel, St-Thonan, St-Elven, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 70 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H49 (G3) - départ 8H51 (G4)**
Guipavas, Gouesnou, Plouvien, Le Diouris(21), Le Grouanec, château de Penmarch, Le Folgoët, St Méen(39), Trémaouézan, Plouédern, Landerneau, St-Divy, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 63 Km **Groupe 5 – départ 8H53**
Guipavas, St-Thonan, Ploudaniel (3 km av), Auberge Neuve (av. à droite), Z I Trémaouézan, St-Meen, Querné, Plounéventer, Chapelle de Locmélar, Ploudaniel, St Thonan, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 25 Km – départ 9h00**
Guipavas, Gouesnou, D52, Plouvien, D58, Plabennec, Guipavas.

Dimanche 17 février

nettoyage : Yvon Jézéquel et Jean Claude Grall

- 1^{er} circuit : 79 Km **Groupes 1 et 2 : départ 8H45 (G1) - départ 8h47 (G2)**

Guipavas, St-Elven, St-Thonan, Lesneven, Pont-du-Château, Gare de Trévez, Lochrist, Plouescat, St-Vougay, Château de Kerjean, St-Derrien, Lesvéoc, Plounéventer, Pouédern, St Thonan, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 79 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H49 (G3) - départ 8H51 (G4)**
Guipavas, St-Divy, Landerneau, Sizun, D 764, D 18 sur 2,2 km, (direction St Sauveur)
Croas Cabellec, Locmélar (41), gare de Landivisiau, Landerneau, St Divy, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 62 Km **Groupe 5 – départ 8H53**
Guipavas, Plabennec, Moulin du Pont, Plouvien, Le Diouris, Lannilis, Landéda, Lannilis, vers déchetterie, St-Séverin, LocMaria, Pentreff, Le Leuhan, Kersaint, Lesquélen, Lanorven, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 30Km – départ 9h00**
Guipavas, Gouesnou, D67, Kervalguen, D26, « Les 3 Curés » D38, Milizac, D3, Beg-Avel, Kervalguen, Gouesnou, Guipavas.

Dimanche 24 février

nettoyage : Michel Marhadour et Marcel Léost

ATTENTION : changement de l'horaire des départs

- 1^{er} circuit : 76 Km **Groupes 1 et 2 : départ 8H30 (G1) - départ 8h32 (G2)**
Guipavas, St-Divy, Landerneau, Le Stum, La croix Neuve, Le Keff, La Martyre, Ploudiry, Loc-Eguiner, Landivisiau, La Croix des Maltoutiers, St-Servais, Plounéventer, Ploudaniel, St-Thonan, Kersaint-Plabennec, Guipavas

- 2^{ème} circuit : 75 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H34 (G3) - départ 8H36 (G4)**
Guipavas, St-Thonan, Lesneven, Plouider, Goulven, Plouescat, St-Vougay, Château de Kerjean, St-Derrien, Plounéventer, Plouédern, St-Eloi, St-Thonan, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 61 Km **Groupe 5 – départ 8H38**
Guipavas, Kersaint, Le Leuhan, Le Drennec, Loc-Brévalaire, Le Diouris, Lannilis, Tréglonou, Coat-Méal, Guipronvel, Kérambleau, « les 3 Curés », Bourg-Blanc, Plabennec, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 26 Km – départ 9h00**
Guipavas, D25, Pen-ar-Forest, Kersaint-Plabennec, château de Leuhan, (vers Ploudaniel), Ruat, D25, St-Thonan, Chapelle de Lanvélar, Pen ar Forest, Guipavas.

Dimanche 3 mars

nettoyage : Jacques Guézennec et Elisabeth Gouérec

- 1^{er} circuit : 78 Km **Groupes 1 et 2 : départ 8H30 (G1) - départ 8h32 (G2)**
Guipavas, St-Divy, Landerneau, L'hôpital, Pencran, Le Tréhou, Sizun, St-Sauveur, Lampaul-Guimiliau, Gare de Landivisiau, Landerneau, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 75 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H34 (G3) - départ 8H36 (G4)**

Guipavas, St-Thonan, Ploudaniel, Trégarantec, St-Méen, Traon Kerné, Croix des Maltotiers, Gare de Landivisiau, Loc-Eguiner, Ploudiry, La Martyre, La Roche Maurice, Landerneau, St-Divy, Guipavas .

- 3^{ème} circuit : 63 Km **Groupe 5 – départ 8H38**

Guipavas, Plabennec, Chapelle St-Jean, Loc-Brévalaire, Château Penmarch, Le Grouanec, Kernilis, Le Folgoët, Trégarantec, Kergongar, Ploudaniel, St-Thonan, Lannon, Keralias, Kersaint, Guipavas

- **Groupe 7 (dit promenade)** : 27Km – **départ 9h00**

Guipavas, fond de l'anse, La Forest Landerneau, Les 4 vents, St-Divy, Kersaint-Plabennec, D59, Kerdaniel, Guipavas.

Dimanche 10 mars

nettoyage : Guy Lorient et André Le Roux

- 1^{er} circuit : 80 Km **Groupes 1 et 2 : départ 8H30 (G1) - départ 8h32 (G2)**

Guipavas, Gouesnou par le radar, Penfeunten, Kerivot, Milizac, St-Renan, Plomoguer, Plougonvelin, Le Trez-Hir, Porsmilin, Trégana, Lomaria-Plouzané, Plouzané, St-Renan, Milizac, Kerivot, Kervalguen, Gouesnou, Guipavas

- 2^{ème} circuit : 80 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H34 (G3) - départ 8H36 (G4)**

Guipavas, Gouesnou, Plouvien, Le Diouris, grèves du Vougot, Guissény, Kerlouan, Brignogan route touristique, Plounéour-Trez, Goulven, Lesneven, Ploudaniel, St-Thonan, St-Elven, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 63 km **Groupe 5 – départ 8H38**

Guipavas, St-Thonan, Ploudaniel, Lesneven, Plouider, Goulven, Kerlouan, Kernoues, Le Folgoët, Kérouant, Ploudaniel, St Thonan, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade)** : 33 Km – **départ 9h00**

Guipavas, Kervalguen, D67, Kerhuel, Coat Laëron, Pouliot, Milizac, Bourg-Blanc, Gouesnou, Guipavas.

Dimanche 17 mars

nettoyage : Bertrand Kérébel et Jean Yves Crenn

- 1^{er} circuit : 84 Km **Groupes 1 et 2 : départ 8H30 (G1) - départ 8h32 (G2)**

Guipavas, Gouesnou, Plouvien, Loc-Brevalaire, Lanarvily, Le Folgoët, Lesneven, Goulven, Guisseny, Le Curnic, Le Vougot, St-Michel, Plouguerneau, Lannilis, Tariéc, Plouvien, Plabennec, Guipavas

- 2^{ème} circuit : 75 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H34 (G3) - départ 8H36 (G4)**

Guipavas Gouesnou D13 à gauche après les Ets Lalouer-Boucher Kergamoc kerivot Milizac Trébaol St Renan Trébabu à gauche au bas du conquet direction Plougonvelin Saint Renan Milizac Kériverot Kervalguen Gouesnou Guipavas

- 3^{ème} circuit : 67 Km **Groupe 5 – départ 8H38**

Guipavas, Plabennec, St-Séverin, (G + 200m D.), Kergreach, Kérouzern, Le Diouris, Lannilis, Prat-ar-Coum, Landéda, Lannilis, Kernilis, Lanarvily, Le Drennec, Le Leuhan, Kersaint, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade)** : 22 Km – **départ 9h00**

Guipavas, Plabennec, Château du Leuhan, Kersaint-Plabennec, Pen ar Forest, St-Divy, Château de Lahaye, Lestaridec, Guipavas.

Dimanche24 mars : BRM de 200KM départ 7H00 de la HMN

Dimanche 24 mars

nettoyage : Denis Vavasseur et Patrick Sanquer

- 1^{er} circuit : 81 Km **Groupes 1 et 2 : départ 8H15 (G1) - départ 8h17 (G2)**

Guipavas, Kerhuon, Plougastel, Loperhet, Daoulas, Irillac, Hanvec, St-Eloy, Le Tréhou, Lanviguer, La Martyre, La Roche Maurice, Landerneau, La Forest-Landerneau, fond de l'anse, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 75 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H34 (G3) - départ 8H36 (G4)**

Guipavas, St-Thonan, Lesneven, Plouider, Goulven, Plouescat, St-Vougay, Château de Kerjean, St-Derrien, Plouneventer, Plouédern, St-Eloi, St-Thonan, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 64 Km **Groupe 5 – départ 8H38**

Guipavas, St Divy, St Eloi, Plouédern, Pont-ar-Bled, Croix des Maltotiers, Lesvéoc, Plouneventer, Trémaouézan, Kériel, St Eloi, St Thonan, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade)** : 27 Km – **départ 9h00**

Guipavas, Plabennec, Kergreach, Pellan, St-Jean, Balanant, Plouvien, Gouesnou, Guipavas.

Dimanche 31 mars

nettoyage : Thierry Kermarrec et Pronost Gérard

ATTENTION : passage à l'heure d'été

- 1^{er} circuit : 91 Km **Groupes 1 et 2 : départ 8H15 (G1) - départ 8h17 (G2)**

Guipavas, Gouesnou, Kervalguen, Plouguin, Port de St Pabu, (passer à proximité du quai du Stellach), Corn ar Gazel, dolmen de Pont ar Bleiz, Lampaul-Ploudalmézeau (direction des plages), port de Portsall, Kersaint-Landunvez, Larret, menhirs de Mesdoun, Lanildut, Brélès, St-Renan, Milizac, Bourg-Blanc, Pabennec, Guipavas.

- 2^{ème} circuit: 83 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)**

Guipavas, Gouesnou, « Lalouer-Boucher », Kergamoc, Kérivot, Milizac, St-Renan, Ploumoguier, Plouarzel, Brélès, Plourin, Lanrivoaré, Milizac, Bourg-Blanc, Plabennec, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 71 Km **Groupe 5 – départ 8H34**

Guipavas, Plabennec, Scaven, Leslevret, Plouvien, D59, Coat-Méal, Plouguin, Ploudalmézeau, St-Roch, Menhir de Kervignen, Pen-an-Dreff, Milizac, Bourg-Blanc, Plabennec, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 25 Km – départ 9h00**

Guipavas, St-Divy, Landerneau, Bel air, St-Eloy, St-Divy, Guipavas.

Dimanche 7 avril

nettoyage : Patrick Kerzulec et Remy Normant

- 1^{er} circuit : 73 Km

Groupes 1 et 2 : départ 8H15 (G1) - départ 8h17 (G2)

Guipavas, St-Thonan, Lesneven, Plouider, Goulven, Plouescat, St-Vougay, Château de Kerjean, St-Derrien, Plouneventer, Plouédern, St-Eloi, St-Divy, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 72 km

Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)

Guipavas St Divy Landerneau dir. Sizun Landivisiau Landerneau St Divy Guipavas

- 3^{ème} circuit : 71 Km

Groupe 5 – départ 8H34

Guipavas, Kersaint, Kéralias, Lannon, Ploudaniel, Plouneventer, Lesvéoc, Kerlaer, Kernoter, Languéoguer, Plougourvest, Plougar, Lesvéoc, Plouneventer, Trémaouézan, Kériel, Zone Industrielle, St-Thonan, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 33 Km – départ 9h00**

Guipavas, Kervalguen, D67, Kerhuel, Coat Laëron, Pouliot, Milizac, Bourg-Blanc, Gouesnou, Guipavas.

Dimanche 14 avril

nettoyage : Elisabeth Gouérec et Jean Yves Pronost

- 1^{er} circuit : 90 Km

Groupes 1 et 2 : départ 8H15 (G1) - départ 8h17 (G2)

Guipavas, Plougastel, Pointe d'Armorique, Le Caro, Ste Christine, Plougastel direction Pors Guen, puis à gauche St Claude, Loperhet, Dirinon(19), La Croix Neuve/ Antennes (23), St-Urbain, descente direction Irvillac, Le four à chaux, Tréflévéné (Bellevue), Le Keff, La Martyre, Ploudiry, Pont-Christ, Landerneau, St-Divy (61), Kersaint-Plabennec, Plabennec, gare puis route de Vourch vian, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 78 Km

Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)

Guipavas, Gouesnou, Kergamoc, Kérvot, Milizac, St-Renan, Brélès, Lanildut, Porspoder, Argenton, à gauche route touristique, Kersaint, Bar Al Lan, Ploudalmézeau, Tréglonou, Tariéc, Plouvien, Plabennec, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 68 Km

Groupe 5 – départ 8H34

Guipavas, Gouesnou, St-Renan, Ploumoguier, Plouarzel, Brélès, D 27, Lanrivoaré, Milizac, – Kerivot, Gouesnou, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 29 Km – départ 9h00**

Guipavas, St-Divy, St-Thonan, Lannon, Château de Keralias, Château du Leuhan, Plabennec, Route du Vourch, Guipavas.

Dimanche 21 avril

nettoyage : Jean Paul Roudaut et Laurent Coajou

- 1^{er} circuit : 91 Km

Groupes 1 et 2 : départ 8H15 (G1) - départ 8h17 (G2)

Guipavas, Gouesnou, Guilers, La Trinité, Porsmilin, Plougonvelin rond-point du Lannou à droite direction Ploumoguier, Plouarzel, Brélès, Plourin, sortie Kroaz Aoter (Prendre à droite), Lanrivoaré, Milizac, Bourg-Blanc, Le Narret, Plabennec, Guipavas

- 2^{ème} circuit : 84 Km

Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)

Guipavas, Gouesnou, Plouvien, Diouris Direction Vougot, Guissény, Kerlouan, Goulven, Gare de Tréfléz, D 129, Lanouharneau, Plounéventer, Plouédern, Landerneau, St-Divy, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 67 Km

Groupe 5 – départ 8H34

Guipavas, Plabennec, Bourg-Blanc, Coat-Méal, Milizac, Pen-an-Dreff, Plourin, D. D. Lanrivoaré, Pen-an-Dreff, Tréouergat, Guipronvel, Milizac, « 3 Curés », Bourg-Blanc, Plabennec, Guipavas

- **Groupe 7 (dit promenade) : 29 Km – départ 9h00**

Guipavas, Plabennec, château du Leuhan, (vers Ploudaniel), Ruat, D25, St-Thonan, Guipavas.

Lundi 22 avril

nettoyage : Jean Claude Jaffrennou et François Coquil

- 1^{er} circuit : 87Kms

Groupes 1 et 2 : départ 8H15 (G1) - départ 8h17 (G2)

Guipavas, La Forest Landerneau, Etang du Roul, Dirinon, Daoulas, Logonna, L'hôpital-Camfrout, Lanvoy, Le Faou, Rumengol, Hanvec, Irvillac, St-Urbain, Landerneau, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 76 km

Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)

Guipavas, St-Divy, Landerneau (15), Daoulas, L'Hôpital-Camfrout D 770 D18, Hanvec, Sizun, Landerneau, St-Divy, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 67 Km

Groupe 5 – départ 8H34

Guipavas, Plabennec, Plouvien, Le Diouris, Lannilis, Paluden, Lilia – Phare Ile Vierge, Plouguerneau, Le Grouanec, Kernilis, Lanarvily, Le Drennec, Le Leuhan, Kersaint-Plabennec, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 33 Km – départ 9h00**

Guipavas, Kervalguen, D67, Kerhuel, Coat-Laëron, Pouliot, Milizac, Bourg-Blanc, Gouesnou, Guipavas.

Samedi 27 avril

BRM de 300KM AC Milizac

Dimanche 28 avril

nettoyage : Noël Boulch – Laurent Bourhis

TOURBIAN (SORTIE ORGANISEE par l'ASTourbian pour le DON D'ORGANES)

- 1^{er} circuit : 88 Km

Groupes 1 et 2 : départ 8H (G1) - départ 8h02 (G2)

Guipavas, Gouesnou, Plouvien, Lavallot, Tréglonou, direction Ploudalmézeau à droite St-Pabu, Lampaul-Ploudamézeaul, Portsall, route touristique, Porspoder, Lanildut, Bréles, Lanrivoaré, St-Renan, Milizac, Kerivot, Kervalguen, Gouesnou, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 77 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)**

Guipavas, Gouesnou, Le Narret, Bourg-Blanc, Coat-Méal, Plouguin, Ploudalmézeau, Lanrivoaré, Milizac, Coat-Méal, Bourg-Blanc, Plouvien, Gouesnou, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 67 Km **Groupe 5 – départ 8H34**

Guipavas, Plabennec, Chapelle St-Jean, Loc-Brévalaire, Le Diouris, Kernilis, Vers D 32, Château Penmarch + 1G, Kéradennec, Kernouès, Le Folgoët, St Meen, Ploudaniel, St-Thonan, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 28 Km – départ 9h00**

Guipavas, St-Elven, St-Thonan, direction Ploudaniel, Lannouazoc, Chapelle Ste-Pétronille, Plabennec, Guipavas.

Mercredi 1^{er} mai

nettoyage : Annick Roudaut et Bernard Chaline

- 1^{er} circuit : 92 Km **Groupes 1 et 2 : départ 8H (G1) - départ 8h02 (G2)**

Guipavas, Plougastel, Loperhet, Dirinon, rond point du Stum, Kernoster, Kerglouaren, Le Keff, La Martyre, Ploudiry, Sizun, (41) St-Cadou, St-Eloy (56), Kerivoal, Malanty, Goasven, Daoulas (70), Keramprannou, Loperhet (76), Plougastel, Kerhuon, Le Moulin du Pont, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 94 Km **Groupes 3 et 4 : Départ 8h04 (exceptionnellement)**

Guipavas, St-Divy, Landerneau, Sizun, Commana, le Roch, Commana, Sizun, Landerneau, St-Divy, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 63 Km **Groupe 5 – départ 8H34**

Guipavas, Kerhuon, Plougastel, Loperhet, Dirinon, La Croix Neuve, Le Queff, Ploudiry, G Landerneau, St-Divy, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 40 Km – départ 9h00**

Guipavas, Gouesnou par le radar, Le Narret, Bourg-blanc, Plouvien, ST-Jean, Balanan, Plabennec, Kersaint- Plabennec par chez Goasduff, Guipavas.

Dimanche 5 mai

nettoyage : Charles Prigent et Jean Coat

- 1^{er} circuit : 96 Km **Groupes 1 et 2 : départ 8H (G1) - départ 8h02 (G2)**

Guipavas, Gouesnou, St Renan (18), Ploumoguier (27), Kerhornou, Pointe du Corsen, Porspaul, Le Gouérou, Milin An Aod, Porscave, Brélès (49), Lannildut, Porspoder, Argenton route touristique, Kersaint, viaduc, Bar al lan, Ploudalmézeau(68), Plouguin, Coat-Méal, Bourg-Blanc, Plabennec, Route de Vourch Vihan, Pen Ar Vern, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 88 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)**

Guipavas, St-Divy, Landerneau, Landivisiau, Keramat, Guimiliau, St Sauveur, Sizun, Le Keff, Landerneau, St-Divy, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 74 Km **Groupe 5 – départ 8H34**

Guipavas, Gouesnou, Lantel, D-G Kergontes, Penfeuntel, G. Keramoal, D26, Levir, Milizac, Pen-an-Dreff, Plourin, Landunvez, D 68, Lanrivoaré, Milizac, Bourg-Blanc, Plabennec, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade)** : 28 Km – **départ 9h00**

Guipavas, St-Divy, St-Eloy, Ploudaniel, St Thonan, Guipavas .

Mercredi 8 mai

nettoyage : François Mingant et Louis Saliou

- 1^{er} circuit : 100 Km **Groupes 1 et 2 : départ 8H (G1) - départ 8h02 (G2)**

Guipavas, Kersaint-Plabennec, château de Keralias, Le Drennec (15), Lesneven, Plouider, Goulven, Plouescat, Cléder, Tréflaouéan, Berven, Plouzévédé, Plougourvest, Bodilis, St-Servais, Moulin de Brézal, Landerneau, St-Divy, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 75 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)**

Guipavas, Gouesnou, Kervalguen, Plouguin, Ploudalmézeau, Lanrivoaré, Milizac, Coat-Méal, Bourg-Blanc, Pouvien, Gouesnou, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 69 Km **Groupe 5 – départ 8H34**

Guipavas, Kersaint, Keralias, Lannon, Ploudaniel, St-Méen, Querné, Lanhouarneau, Kerzinen, Vers D 788, St-Derrien, Bellevue, Locmélar, Trémaouézan, Kériel, St Eloi, St-Thonan, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade)** : 33 Km – **départ 9h00**

Guipavas, Gouesnou, Kervalguen, Coat-Méal, Bourg-blanc, Plabennec, Guipavas

Samedi 11 et Dimanche 12 mai : BRM de 400 km départ à 18h de la HMN

Dimanche 12 mai

nettoyage : Eric Robin et René Gaborel

- 1^{er} circuit : 88 km **Groupes 1 et 2 : départ 8H (G1) - départ 8h02 (G2)**

Guipavas, Plabennec, , Plouvien, Le Diouris, Le Vougot, Guisény, Kerlouan, Brignogan, Plounéour-trez, direction Keremma, Gare de Tréfléz, Lanhouarneau, Querné, St Méen, Trégarantec, Ploudanie I, Ruat, Chateau du Lehan, Kersaint, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 70 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)**

Guipavas, Plabennec, route du cimetière, Loc-Brévalaire, château de Penmarch, kerlouan, Brignogan, Plounéor-Trez, Goulven, Plouider, StMéén, Trégarantec, Ploudaniel, Ruat, Chateau du Lehan, Kersaint, Guipavas

- 3^{ème} circuit : 60 Km **Groupe 5 – départ 8H34**

Guipavas, Plabennec, D Goasduff, Pépinière Le Roy, Locmaria, Loc-brévalaire, le Diouris, Lannilis, Landéda, Lannilis, Route de la déchetterie, Saint Jean Balanant, Direction Plabennec, A3km à gauche, Pépinière Le Roy, Créach la Motte, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade)** : 29Km – **départ 9h00**

Guipavas, Gouesnou, D52, Plouvien, D38, St Jean Balanan, St Severin, Loc Maria, Poulmarch, D788, Plabennec, Guipavas.

Dimanche 19 mai

nettoyage : André Lagathu et Yvon Le Saout

- 1^{er} circuit : 100 Km **Groupes 1 et 2 : départ 8H (G1) - départ 8h02 (G2)**

Guipavas, St-Divy, Landerneau, Landivisiau, Lampaul-Guimiliau, Loc-Eguiner, Plounéour-Ménez, Trédudon, Roc-Trévél, Sizon, Landerneau, St-Divy, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 86 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)**

Guipavas, Gouesnou, St-Renan, Ploumoguier, Plouarzel, Lanildut, Argenton, Kersaint, Bar Al Lan, Ploudalmézeau, Plouguin, Coat-Méal, Bourg-Blanc, Le Narret, Plabennec, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 72 Km **Groupe 5 – départ 8H34**

Guipavas, Gouesnou, Le Narret, Bourg-Blanc, Milizac, St-Renan, Bréles, Lanrivoaré, Milizac, Kerambléau, Bourg-Blanc, Plabennec, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade)** : 34 Km – **départ 9h00**

Guipavas, Pen ar Forest, St-Thonan, Lannon avant le Château de Keralias, à droite le Drennec, Le Leuhan, Kersaint-Plabennec, Guipavas.

Dimanche 26 mai

nettoyage : Hélène Jézéquel et Christian Griner

- 1^{er} circuit : 92 km **Groupes 1 et 2 : départ 8H (G1) - départ 8h02 (G2)**

Guipavas, Le Mendy, Car D59, (prendre en face) "Elevage Goasduff", Château du Leuhan, Le Drennec, Keralouet, Villafranca (prendre à droite), Lesneven, Plouider, Goulven, Plouescat, Cléder, Sibiril, St-Pol-de-Léon, Plouvorn, Plougourvest D35 Bodilis St-Servais, Plounerventer, Plouedern, St-Eloy, St-Divy, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 77 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)**

Guipavas, Plabennec, St Jean Balanan, Loc Brévalaire, Croissant de Penmarch, Guissény, Plouguerneau, Lannilis, Tariéc, Plouvien, Plabennec, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 71 km **Groupe 5 – départ 8H34**

Guipavas, Plabennec, Bourg-Blanc, Milizac, St-Renan, D27Brélez, Lanrivoaré, Pen-an-Dreff, Tréouergat, Guipronvel, Coat-Méal, Bourg-Blanc, Plouvien, Moulin du Pont, Plabennec, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade)** : 36 Km – **départ 9h00**

Guipavas, Gouesnou par le radar, Le Narret, Bourg-blanc, Plouvien, St Jean Balanan, Plabennec, Kersaint-Plabennec par chez Goasduff, Guipavas.

Jeudi 30 mai

nettoyage : Francis Auvigné et Remy Jézéquel

- 1^{er} circuit : 107 Km **Groupes 1 et 2 : départ 7H45 (G1) - départ 7h47 (G2)**

Guipavas, Gouesnou, Bourg Blanc, Tariec, Tréglonou, Coat Méal, Plouguin, Pen an Dreff, Lanrivoaré, Saint-Eloi, Plouarzel, Trézien, Corsen, Illien, Le Conquet, Pointe-St-Mathieu, Trez-Hir, St-Renan, Milizac, Kerivot, Gouesnou, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 80 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)**

Guipavas, St-Divy, Landerneau, Sizun, St-Cadou, Lac du Drennec, Sizun, Landivisiau, Landerneau, St Divy, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 69 Km **Groupe 5 – départ 8H34**

Guipavas, St-Divy, St-Eloi, Plouédern, Plounéventer, Lesvéoc, Plougar, Plougourvest, Langueoguer, Kernoter, Lesvéoc, Plounéventer, Ploudaniel, St-Thonan, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 32 Km – départ 9h00**

Guipavas, Gouesnou, Plouvien, Plabennec, Château du Leuhan, Kersaint-Plabennec, Pen ar Forest, Guipavas.

Samedi 1^{er} juin et dimanche 2 juin : BRM de 600 KM GCB

Dimanche 2 juin

nettoyage : PASCAL Mao et Jean Michel le Foll

- 1^{er} circuit : 104 km **Groupes 1 et 2 : départ 8H (G1) - départ 8h02 (G2)**

Guipavas, Gouesnou, St Renan, Ploumoguier, Kerhornou, Pte du Corsen, Porspaul, Le Gouérou, Milin An Aod, Brélès, Lanildut, Argenton, Landunvez, Kersaint, Viaduc, Bar ar Lann, Tréompan, Lampaul-Ploudalmézeau, St-Pabu, Tréglonou, Tariec, Plouvien, Gouesnou, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 80 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)**

Guipavas, Gouesnou, Plouvien, Loc-Brévalaire, château de Penmarch, Kerlouan, Guissény, Plouguerneau, Lannilis, Tariec, Plouvien, Gouesnou, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 68 Km **Groupe 5 – départ 8H34**

Guipavas, Plabennec, av Lanorven, D Goasduff, Le leuhan, G, Kerileau, vers D 788, Locmaria, Loc-Brévalaire, Ct Penmarch, Kerlouan, Ménéham, La Digue, Guissény, Kernouès, Lesneven, Ploudaniel, St-Thonan, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 29 Km – départ 9h00**

Guipavas, Gouesnou, D52, Plouvien, D38, St Jean Balanan, St Severin, Loc Maria, Poulmarch, D788, Plabennec, Guipavas.

Dimanche 9 juin

nettoyage : Joël Balcon et Bertrand Le Roux

- 1^{er} circuit : 104 Km **Groupes 1 et 2 : départ 8H (G1) - départ 8h02 (G2)**

Guipavas, St-Divy, Landerneau, Sizun, Commana, Le Roch, Commana, Sizun, Landivisiau, Landerneau, St-Divy, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 80 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)**

Guipavas, Kersaint-Plabennec, château du Leuhan, Le Drennec, Lanarvily (par le Mingant), Kernilis, Le Grouanec, Plouguernew Lanilis l'Aber Wrach Landéda Lannilis Tréglonou Coat Méal Bourg Blanc Le Narret Gouesnou Guipavas

- 3^{ème} circuit : 74 Km **Groupe 5 – départ 8H34**

Guipavas, St-Thonan, Ploudaniel, Lesneven, Plouider, Goulven, Kéremma, Tréfléz, La Gare, Lanhouarneau, Querné, Plounéventer, Trémaouezan, Auberge Neuve, Chateau d'eau, St-Thonan, Lannon, Keralias, Lesquélen, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade)** : 38 Km – **départ 9h00**

Guipavas, Fond de l'anse, La Forest-Landerneau, CD 712, St-Divy, Kersaint-Plabennec, Plabennec, Gouesnou, Guipavas.

Lundi 10 juin nettoyage Robert Vourch et Alex Croguennec

- 1^{er} circuit : 111 Km **Groupes 1 et 2 : départ 7h45 G1) - départ 7h47 (G2)**

Guipavas, Plougastel, Daoulas, Le Faou, Pont-de-Buis, Port-Launay, Chateaulin, Stang ar Garront, Pont-de-Buis, Le Faou, Daoulas, Landerneau, St-Divy, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 84 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)**

Guipavas, Gouesnou, St-Kergamoc, Kerivot, Milizac, St-Renan, Brélès, Lanildut, Argenton, route touristique, Kersaint, Bar-ar-Lan, Ploudalmézeau, Plouguin, Coat-Méal, Bourg-Blanc, Le Narret, Gouesnou, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 74 Km **Groupe 5 – départ 8H34**

Guipavas, "Chiens de défense", Plabennec, Bourg-Blanc, Coat-Méal, Ploudalmézeau, Bar-ar-Lan, Chapelle St-Samson, Plourin, Pen-an-Dreff, Kerambléau, "3 Curés", Bourg-Blanc, Plabennec, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade)** : 30 Km – **départ 9h00**

Guipavas, St-Thonan, Ploudaniel, Kergoat, Kervillard, Le Drennec, Plabennec, Guipavas.

Dimanche 16 juin Nettoyage : Noël Boulch et Abdessamad El Hachadi

- 1^{er} circuit : 113 Km - dénivelé 1100m

Groupes 1 et 2 : départ 7H45 (G1) - départ 7h47 (G2)

Guipavas, St-Divy, St-Eloi, Plouédern, Plounéventer, St-Servais(25), D30, Bodilis, Plougourvest, Plouvorn (39), Croas-ar-born(42), Keramat, St Jacques, Lampaul-Guimiliau, St-Sauveur, Sizun(69), Le Keff(79), Kernoster, Le Stum(85,) Dirinon, Home évangélique de Linglaz, Radar de Bretagne(93), Plougastel, Kerhuon, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 80 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)**
Guipavas, Gouesnou, Plouvien, Loc-Brévalaire, Lesneven, Plouider, Goulven, Kerlouan, Guissény, Plouguerneau, Lannilis, Tariec, Plouvien, Plabennec, Guipavas.

- 3^{ème} circuit: 70 Km **Groupe 5 – départ 8H34**
Guipavas, Plabennec, Chapelle St-Jean, Loc-Brévalaire, Ct Penmarch (G + 1 D), Guissény, Kerlouan, Cremiou, Ménéham, Kerlouan, Kernouès, Lesneven, Le Folgoët, Ploudaniel, St-Thonan, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 41Km – départ 9h00**
Guipavas, Gouesnou, Beg Avel, Milizac Bel Air Lanrivoaré (faire 1 Km sur D168 puis tourner à droite) Pen ar Dreff vers Milizac Croas ar Roué Milizac Kerivot Gouesnou Guipavas.

Dimanche 23 juin

nettoyage Jean-Pierre Guéguéniat et Lissette Mandote

- 1^{er} circuit : 112 Km **Groupes 1 et 2 : départ 7h45 G1) - départ 7h47 (G2)**
Guipavas, D712, Landerneau, Sizun, Barrage du Drennec, Commana, D11, D785, Botmeur, Litziez, La Feuillée, Trédudon, Le moine, Le Relecq, Plounéour-Ménez, Loc-Eguiner, Guimiliau, Lampaul-Guimiliau, gare de Landivisiau, Landerneau, St-Divy, Guipavas.

- 2^{ème} circuit : 80 Km **Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8H32 (G4)**
Guipavas, St-Divy, Landerneau, Sizun, Hanvec, direction Le Faou, L'Hôpital-Camfrout, Daoulas, Le Stum, Landerneau, St-Divy, Guipavas.

- 3^{ème} circuit : 71 Km **Groupe 5 – départ 8H34**
Guipavas, St-Divy, St-Eloi, Plouédern, Plounéventer, Lesvéoc, St-Derrien, Ch. Kerjean, (G + 200m D – 2^e a D) St-Laurent, G, Plouzévéde, St-Vougay, (Rd Pt G), Landivisiau+3D, Plougar, Lesvéoc, Plounéventer, Trémaouézan, Kériel, Rd pt St Eloi, ZI, St-Thonan, Guipavas.

- **Groupe 7 (dit promenade) : 36Km – départ 9h00**
Guipavas, Le Drennec, direction Loc-Brévalaire, Coat-eozen, D38, Plouvien, Gouesnou, Guipavas.

Dimanche 30 juin

nettoyage : Pierre Le Roux et Jean yves Simon

1^{er} circuit : 87 km **Groupes 1 et 2 : départ 8H30 (G1) - départ 8h32 (G2)**

dénivelé 1035 m

Guipavas, La Forest-Landerneau, Landerneau, Etang du Roual, Dirinon, Daoulas, Logonna-Daoulas, L'Hôpital Camfrout, Lanvoy, Le Faou, Rumengol, Hanvec, Irvillac, St Urbain, Landerneau, St Divy, Guipavas.

2^{ème} circuit : 86 km **Groupes 3 et 4 : départ 8H30 (G3) - départ 8h32 (G4)**

Guipavas, St Thonan, Ploudaniel, Lesneven, Plouider, Goulven, Plouescat, St Vougay, Bodilis, croix des Maltotiers, Landerneau, St Divy, Guipavas.

3^{ème} circuit : 69 km **Groupe 5 - départ 8h30**

Kersaint, Keralias, Lannon, Ploudaniel, Chapelle de Locmélar, Bellevue, St Derrien, Kerizinel, Lanouharneau, Kerné, Plonéventer, Ploudaniel, Direction le Leuhan, G kersaint, Guipavas.

Groupe 7 (dit promenade) 30 Km- départ 9h00

Guipavas, Le Mendy à gauche Quillien à gauche Mémorial 39-45 Gare de Plabennec, Goasduff, Le leuhan, Saint Pétronille, Saint Thonan, Guipavas.