

PREMIERE ETAPE : 143KM - DIMANCHE 24 JUIN 2012

ST JULIEN-LES-VILLAS (AUBE) / LORMES (NIEVRE)

DENIVELE POSITIF : 1365M - DENIVELE NEGATIF : 1051M



***PARCOURS :** ST JULIEN LES VILLAS - ROSIERES (D109) - ST POUANGE (D109) - RONCENAY (D109) - ST JEAN DE BONNEVAL (D25) - LIREY (D108/D108A/D88A) - LONGEVILLE SUR M. (D88/D1C/D188/D1) - JEUGNY (D1) - FAY LA CHAPELLE (D1) - ST PHAL (D1) - CHAMOY (D1/D23) - LES BORDES AVREUIL (D23) - AVREUIL (D23) - VANLAY (D23) - BERNON (D23) - LIGNIERES (D89) «PRENDRE A DROITE AU CROISEMENT» - TRONCHOY (D89/D187) - CHENEY (D905/D43) «PRENDRE A DROITE DANS LE PAYS» - VEZINNES (D43) - JUNAY (D43) - TONNERRE (D43/D35) - YROUERRE (D944/D86) - NOYERS SUR SEREIN (D86) - TORMANCY (D86) - MASSANGIS (D86) - DISSANGIS (D86/D11) - *L'ISLE SUR SEREIN (D86) - PROVENCY (D86) - SAUVIGNY LE BOIS (D957) - AVALLON (D606/D944) - CHASTELLUX SUR CURE (D944) - L'HUIS RAQUIN (D944) - LA BASCULE (D944) - ST MARTIN DU PUY (D944) - RINCIEUX (D944) - LORMES.



***DEPART : 8H15**

***RAVITO KM 98,5 : L'ISLE SUR SEREIN «AU CAMPING» VERS 12H30 / 12H45**

***DEPART L'APRES-MIDI : 14H30**

***ARRIVEE A L'HOTEL : 16H45 / 17H00**



HEBERGEMENT : LORMES 58140
HOTEL : PERREAU - 8 ROUTE D'AVALLON
☎ 03 - 86 - 22 - 53 - 21

DEUXIEME ETAPE : 154KM - LUNDI 25 JUIN 2012

LORMES (NIEVRE) / LOUCHY-MONTFAND (ALLIER)

DENIVELE POSITIF : 939M - DENIVELE NEGATIF : 1070M



***PARCOURS : LORMES - DOUSSAS (D170) - VIRY (D170/D977BIS) - CORBIGNY (D977BIS/D958) «CENTRE VILLE / DIRECTION NEVERS» - BAILLY (D958) - LA COLLANCELLE (D958) - BAZOLLES (D958) - ST MAURICE (D958) - ST SAULGE (D958/D34) - LES TAILLIS (D34) - ROUY (D978/D34) - FRASNAY REUGNY (D34) - ANLEZY (D34) - VILLE LANGY (D34) - LA MACHINE (D34) - ST LEGER DES VIGNES (D34) - DECIZE (D981/D978A) - ST MAURICE (D116/D137) - COSSAYE (D137) - *LUCENAY LES AIX (D29/D137/D239) - CHEZY (D105) - LUSIGNY (D105) - MONTBEUGNY (D12/D105) «A DROITE» - NEUILLY LE REAL (D105/D31) - BESSAY SUR ALLIER (D300/N7/D32) - CHATEL DE NEUVRE (D31/D2009/D300) - VERNEUIL EN BOURBONNAIS (D280/D415) - SAULCET (D1/D46/D115) - LOUCHY MONTFAND.**



***DEPART : 8H30**

***RAVITO KM 90,5 : LUSSENAY LES AIX «AU STADE» VERS 12H15 / 12H30**

***DEPART L'APRES-MIDI : 14H00**

***ARRIVEE A L'HOTEL : 16H45 / 17H00**



HEBERGEMENT : LOUCHY-MONTFAND 03500

CHATEAU DE LA MOTTE

1 RUE DE LA BASCULE ☎ 04 - 70 - 47 - 14 - 65

REPAS AU RESTAURANT « LES 4 SAISONS »

03500 SAULCET ☎ 04 - 70 - 45 - 32 - 69

TROISIEME ETAPE : 127KM - MARDI 26 JUIN 2012
LOUCHY-MONTFAND (ALLIER) / STE-FLORINE (HTE-LOIRE)
DENIVELE POSITIF : 962M - DENIVELE NEGATIF : 840M

***PARCOURS : LOUCHY MONTFAND - MONTORD (D115) - CHAREIL CINTRAT (D219/D35) - ETROUSSAT (D35) - CUEILHAT (D66) - ST GERMAIN DE SALLES (D66) - SALLES (D66) - JENZAT (D42) - SAULZET (D27/D117) - MONTEIGNET SUR L'ANDELOT (D117/D36) - BIOZAT (D36) - DENONE (D272/D437/D984) - EFFIAT (D93) «A GAUCHE» - BAS ET LEZAT (D93/D223/D91) - REGNAT (D91) - ST CLEMENT DE REGNAT (D91) - CLEMENTEL (D91) - LE COHAT (D91) - ST ANDRE LE COQ (D91) - PAGNANT (D91/D12A/D1093) - MARINGUES (D223) - LES GOSLARDS (D223) - CREVANT LAVEINE (D223) - BULHON (D223) - LEZOUX (D223/D229) «PAR CENTRE VILLE» - *MOISSAT (D229) - BILLOM (D229/D14) «A GAUCHE ET AU CENTRE VILLE A DROITE) - LA BEAUTE (D14) - MANGLIEU (D754/D225/D996) - SAUXILLANGES (D49/D214) - ST JEAN EN VAL (D214) - SARPOIL (D214/D999/D214) - BANSAT (D214) - FEROUSSAT (D214) - LAMONTGIE (D214) - AUZAT LA COMBELLE (D214) - JUMEAUX (D34) - BRASSAC LES MINES (D34) - STE FLORINE.**



***DEPART : 8H30**

***RAVITO KM 77,5 : MOISSAT «AU STADE» VERS 11H45 / 12H00**

***DEPART L'APRES-MIDI : 14H00**

***ARRIVEE A L'HOTEL : 16H30 / 16H45**



HEBERGEMENT : SAINTE-FLORINE 43250
HOTEL : LE FLORINA
PLACE HOTEL DE VILLE ☎ 04 - 73 - 54 - 04 - 45

QUATRIEME ETAPE : 121KM - MERCREDI 27 JUIN 2012
STE-FLORINE (HTE-LOIRE) / PONT-DE-GOURNIER (LOZERE)
DENIVELE POSITIF : 1855M - DENIVELE NEGATIF : 1212M



***PARCOURS : STE FLORINE - LEMPES SUR ALLAGNON (D651/D909) - LANAU (D909) - LE BABORY DE BLESLE (D909) - GRENIER MONTGON (D909) - MASSIAC (D909/D21/D55) «AU CENTRE VILLE A GAUCHE, DIRECTION CHAPELLE LAURENT ET A LA SORTIE DE MASSIAC A DROITE DIRECTION ST PONCY D55» - SARGUES (D55) - CHEYLADE (D55) - ST PONCY (D55/D10) «DIRECTION A75» - LOUBINET (D909) - VIEILLESPESE (D909) - LA FAGEOLE (D909) - COL DE LA FAGEOLE «1114M» (D909) - ST FLOUR (D909) - ST GEORGES (D909) - PONT DE GARABIT (D909) «A DROITE» - FAVEROLLES (D13) - AURIAC DE FAVEROLLES (D13) - *FRIDEFONT (D40/D440/D13) «APRES 5KM SUR LA D13 NE PAS PRENDRE DIRECTION CHAUDES-AIGUES / PRENDRE LA NOUVELLE ROUTE A GAUCHE. ATTENTION : PAS DE PANCARTE / EN FIN DE ROUTE, A DROITE D989, DIRECTION CHAUDES-AIGUES, PUIS APRES 3KM A GAUCHE PANCARTE LA BORIE» - LA CANCHE (D13) - LA FAJOLE (D13) - LA ROCHE CANILHAC (D13) - ST URCIZE (D13/D813/D112) «DIRECTION NASBINALS» - PONT DE GOURNIER.**



***DEPART : 8H00**

***RAVITO KM 89 : FERME AUBERGE A FRIDEFONT VERS 12H45 / 13H00**

***DEPART L'APRES-MIDI : 15H00**

***ARRIVEE A L'HOTEL : 16H30 / 16H45**



HOTEL LE RELAIS DE L'AUBRAC

☎ 04 - 66 - 32 - 52 - 06

HEBERGEMENT : PONT-DE-GOURNIER 48260

CINQUIEME ETAPE : 122KM - JEUDI 28 JUIN 2012

PONT-DE-GOURNIER (LOZERE) / ST-AFRIQUE (AVEYRON)

DENIVELE POSITIF : 1812M - DENIVELE NEGATIF : 2540M



***PARCOURS : PONT DE GOURNIER - NASBINALS (D12/D987) «A DROITE» - COL D'AUBRAC «1340M» (D987) - AUBRAC (D987) - SALGUES (D987) - ST COME D'OLT (D987/D6/D206) «AU CENTRE VILLE A GAUCHE, TRAVERSER LE LOT» - COL COULEE DE LAVE (D206) - GABRIAC (D28) - LAISSAC (D28/D216/D95) - COL DE LA BURGUIERE (D95) - SEGUR (D95/D29/191) - *CURAN (D191/D911/D95) - BOULOC (D95/D993) - COL DE VERNHETTE «1029M» (D993) - MONJAUX (D993) - ST ROME DU TARN (D993) - SAINT AFRIQUE.**



***DEPART : 8H30**

***RAVITO KM 83 : CURAN «AU STADE» VERS 13H15 / 13H30**

***DEPART L'APRES-MIDI : 15H00**

***ARRIVEE A L'HOTEL : 16H45 / 17H00**



**HEBERGEMENT : ST-AFRIQUE 12400
HOTEL : CAP VERT - 1 RUE HENRI MICHEL**

☎ 05 - 65 - 98 - 23 - 41

SIXIEME ETAPE : 98KM - VENDREDI 29 JUIN 2012

ST-AFRIQUE (AVEYRON) / CLERMONT-L'HERAULT (HERAULT)

DENIVELE POSITIF : 1214M - DENIVELE NEGATIF : 1449M



***PARCOURS : ST AFRIQUE - LAPEYRE (D7) - VERSOLS (D7) - ST FELIX DE SORGUES (D7) - MONTAGNOL (D16) - CENOMES (D10/D52) - COL NOTRE DAME «664M» - CEILHES (D902) - AVENE (D8) - LES BAINS D'AVENE (D8) - LA ROBE BASSE (D8) - TRUSCAS (D8) - SERIEYS (D8/D35) - *LE BOUSQUET D'ORB (D35/D8) - CAUNAS (D8) - COL DE LA MERQUIERE (D8) - LA LIEUDE «MERIFONS» (D8) - SALASC (D8/D148) - LIAUSSON (D148/156) - CLERMONT L'HERAULT.**



***DEPART : 9H00**

***RAVITO KM 63,5 : LE BOUQUET D'ORB «FOYER MUNICIPAL»**
VERS 12H15 / 12H30

***DEPART L'APRES-MIDI : 14H00**

***ARRIVEE A L'HOTEL : 15H30 / 15H45**



HEBERGEMENT :

CLERMONT-L'HERAULT 34800

HOTEL : LA FONTAINE DE SARAC

BD PRESIDENT WILSON ☎ 04 - 67 - 88 - 57 - 81

REPAS AU RESTAURANT « LE SANGLIER »

34800 CABRIERES

☎ 04 - 67 - 96 - 24 - 66