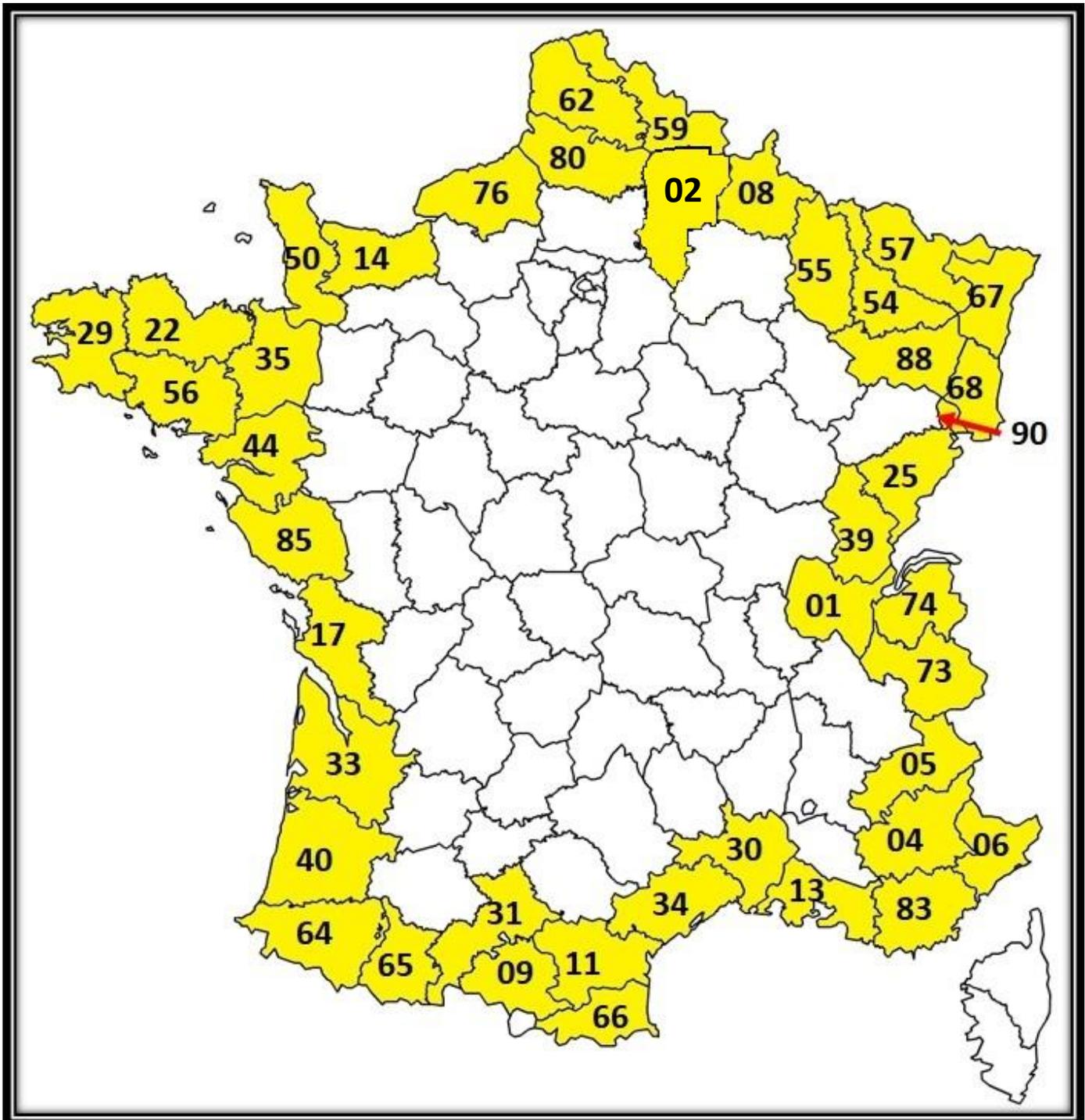


Tour de l'Hexagone

DÉBUT : 7 Mai 2018



FIN : 1 Juillet 2018

N° étape	Date	Distance	Dénivellé
1	07-mai	135,7	1159
2	08-mai	143,5	636
3	09-mai	105,5	382
4	10-mai	104,7	406
5	11-mai	126,3	510
6	12-mai	133,4	485
7	13-mai	134,7	574
8	14-mai	120,4	616
9	15-mai	111,3	882
10	16-mai	121,4	631
11	17-mai	113	822
12	18-mai	99	721
13	19-mai	125	1591
14	20-mai	129,7	1489
15	21-mai	116,6	673
16	22-mai	104,4	1156
17	23-mai	127,3	1611
18	24-mai	101,3	1182
19	25-mai	104	1012
20	26-mai	106	627
21	27-mai	106,3	689
22	28-mai	105,3	1118
23	29-mai	100	796
24	30-mai	103	499
25	31-mai	113,6	689
26	01-juin	103,3	1090
27	02-juin	105	868
28	03-juin	101,2	615

N° étape	Date	Distance	Dénivellé
29	04-juin	103,1	515
30	05-juin	117	504
31	06-juin	105,7	542
32	07-juin	102,5	1136
33	08-juin	113,9	1409
34	09-juin	121,7	1255
35	10-juin	118,6	1607
36	11-juin	114,2	2239
37	12-juin	99,6	1141
38	13-juin	116,5	1053
39	14-juin	108,4	1862
40	15-juin	135,2	1964
41	17-juin	124,2	3149
42	18-juin	107,4	2708
43	19-juin	103,7	2775
44	20-juin	110,5	2623
45	21-juin	111,9	1708
46	22-juin	115,1	673
47	23-juin	112,8	1594
48	24-juin	99,2	726
49	25-juin	120,4	170
50	26-juin	108	777
51	27-juin	124,8	2209
52	28-juin	122,6	2414
53	29-juin	106,3	1903
54	30-juin	95,65	3021
55	01-juil	109,1	2242
REPOS	16-juin		

Distance	
< 100 km	: 4
≥ 100 km < 110 km	: 22
≥ 110 km et < 120 km	: 13
≥ 120 km et < 130 km	: 11
≥ 130 km et < 140 km	: 4
> 140 km	: 1

Dénivellé	
< 500 m	: 5
≥ 500 m < 1000 m	: 21
≥ 1000 m et < 1500 m	: 12
≥ 1500 m et < 2000 m	: 8
≥ 2000 m et < 2500 m	: 4
≥ 2500 m et < 3000 m	: 3
≥ 3000 m et < 3500 m	: 2

Étape 7 : passage du Gois , marée basse à 10h17 et 22h43.

La Traversée se fait 1h30 avant jusqu'à 1h30 après soit de 8h47 à 11h47 ou de 21h13 à 0h13

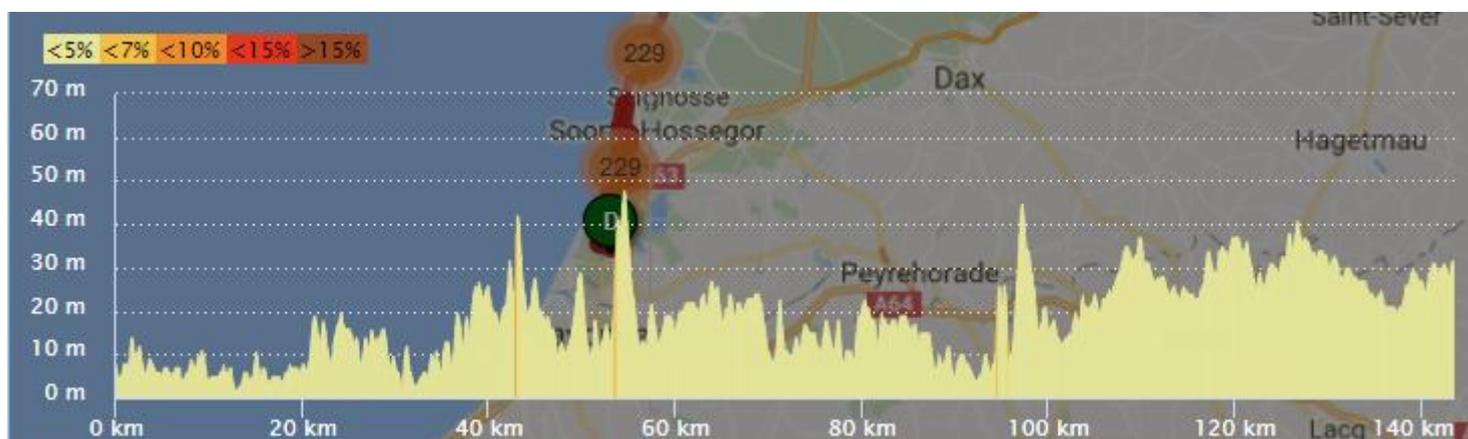
[Carnet de route.pdf](#)

Parcours Étape 1 8321318	Km Partiel	Km Total	Élévation Journalière	Élévation cumulée	Descente journalière
Oloron-D918 Tardets (28,6) -Mauléon (41,58)-D611 Viodos-D11-Saint Palais (64,51)- D2933 - D11 - Garris -D14 -Bonloc D22 - Hasparren (94,44) - D10 Labastide Clairence - D936 (108,5) - D123-Urt - D423 - D223- D257-D223-D261-D12-D74 (115,4) - Saint Laurent de Gosse - D126- St Martin de Seignanx-D54- D26 - D817 (127,2) - Ondres - Avenue Étienne Castaing - Chemin des Bros - Camping du Lac	135,7	135,7	1159	1159	1388



<https://drive.google.com/open?id=1OfrPnYqMNwHa4kERAOLbkeM6UT5tIGTZ&usp=sharing>

Parcours Étape 2 8323671	Km Partiel	Km Total	Élévation Journalière	Élévation cumulée	Descente journalière
Ondres - D26 (avenue de la Plage) - Piste cyclable - Chemin de Pip - Piste cyclable - Labenne (4,67) - Capbreton (avenue de l'Adour : 9,8) - Hossegor (canal d'Hossegor : 13,47) - Seignosse 🚰 D79 (21,9) - Vieux Boucau (33,3) - Messange - Moliets - Léon 🚰 D16 (45,9) - Saint Girons Plage - Contis (Phare : 77,2) - Mimizan Plage (pont boulevard des Pêcheurs ; OT : 92,8) Saint Eulalie en Born (Mairie : 107,1) - Parentis en Born (🚰 D652 : 124,2) - Biscarrose (Poste rue Jules Ferry : 133,4) - Biscarosse (lac de Cazaux-Sanguinet Camping Maguide 143,5)	143,5	279,2	636	1795	614



https://drive.google.com/open?id=19ZyKW_wQ8sNCSCuQFNiv_yQ_RYLivSOp&usp=sharing

Parcours Étape 3 8326062	Km Partiel	Km Total	Élévation Journalière	Élévation cumulée	Descente journalière
Biscarosse – La Teste de Buch (dune du Pyla  D218/D259 : 24,5) – Gujan Mestras (tennis Club : 33,8) – Le Teich (super U : 41,4) – Biganos (Point P avenue de la Côte d'Argent : 48,9) – Audenge - Lanton – Andernos les Bains (65) – Ares (D106) – Lège Cap Ferret (camping la Pinède : 73,75) - Le Porge (D107 : 82,13) – Saumos (91,13) – Saint Hélène (100,5) – Salaunes (Domaine du Plec : 105,4)	105,5	384,6	382	2177	365



<https://drive.google.com/open?id=1dvzTdkmSBcHgr3cSzx9ogIATfe00JKH&usp=sharing>

Parcours Étape 4 8327080	Km Partiel	Km Total	Élévation Journalière	Élévation cumulée	Descente journalière
Salaunes – Cerillan (✘ D107 : 9,6) - Le Haillan (passage sous D 1215 : 17,2) – Bruges (pont Bordeaux Lac : 22,8) – Bordeaux (pont d'Aquitaine : 28,4) - Lormont (pont de Mireport passage sur A630 – passage sur N230 - Avenue de Paris passage sur A10 : 31,6) – Ste Eulalie (passage sous A10 – passage sous A10) – Ambarès (✘ D1010 : 37,8) - Cubzac les Ponts (pont Gustave Eiffel : 41,5)- Saint André de Cubzac (place de la Libération : ← rue du Commandant Cousteau D669 45,2) – Bourg (56,75) - Bayon sur Gironde – Roque de Thau (66,5) – Plassac – Blaye (← D937 - D255: 73) - Braud  et Saint Louis (mairie : ← D136E3 : 87,6) – Près de Saint Ciers sur Gironde (✘ ← D 23 : 93,3) Port de Vitrezay (104,7)	104,7	489.3	406	2583	451



https://drive.google.com/open?id=1sMJSHeOTmsyoxE_QyNIOj3kQ9Tcqitixx&usp=sharing

Parcours Étape 5 8327599	Km Partiel	Km Total	Élévation Journalière	Élévation cumulée	Descente journalière
Port de Vitrezay – Saint Romain sur Gironde - Mortagne sur Gironde (✕D6 ← Route du Pampin : 22,9) - Saint Seurin d'Uzet Talmont sur Gironde (pont D145B : 35,7) – Meschers (mairie : 41) – Saint Georges de Didonne – Royan (OT : 1 Boulevard de la Grandière : 54,6) – Saint Palais sur Mer – La Palmyre- Phare de la Coubre (78,2) – La Tremblade (pont sur la Seudre D 728E : 96,75) Marenes (D728E ↑ D728E : 100,2) – Rochefort (pont sur Charente D733 : 123,1) – Rochefort (Camping 3 Avenue de la Fosse aux Mâts : 126,3)	126,3	615,6	510	3093	509



https://drive.google.com/open?id=1mR9BcveNUwVCRMq7vGJlBxOCSuGC_zG3&usp=sharing

Parcours Étape 6 8329998	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
Rochefort (D5) – Breuil Magné (✕ D5/D116 ↗D116 : 9,17) - Ciré d'Aunis (D111 rue des Écoles : 15,2) – ✕ → D5 (15,76) – Aigrefeuille d'Aunis (mairie : 2 rue de l'Aunis : 22,6) - ← D204 (avenue des Maronniers : 25,53) - ← (28,46) - ✕ D939 → Avenue de la Libération – Croix Chapeau – Salles sur Mer – Angoulins (pont sur N 137 : 36,4) - Saint Jean des Sables – Angoulins – La Rochelle (parc des expositions : rue Jean Moulin : 50,25) – L'Aubréçay (D105 : 58,3) – Marsilly (D10) – Villedoux (D10 - D9 : 66,4) - Pont sur la Sèvre Niortaise (← piste : 74,21) – Saint Michel en l'Herm (D60 – piste : 92,47) - ✕ D46C ← - L'Aiguillon sur Mer – La Tranche sur Mer – Jard sur Mer (Camping la Pomme de Pin - Rue Vincent Auriol : 133,4)	133,4	749	485	3578	479



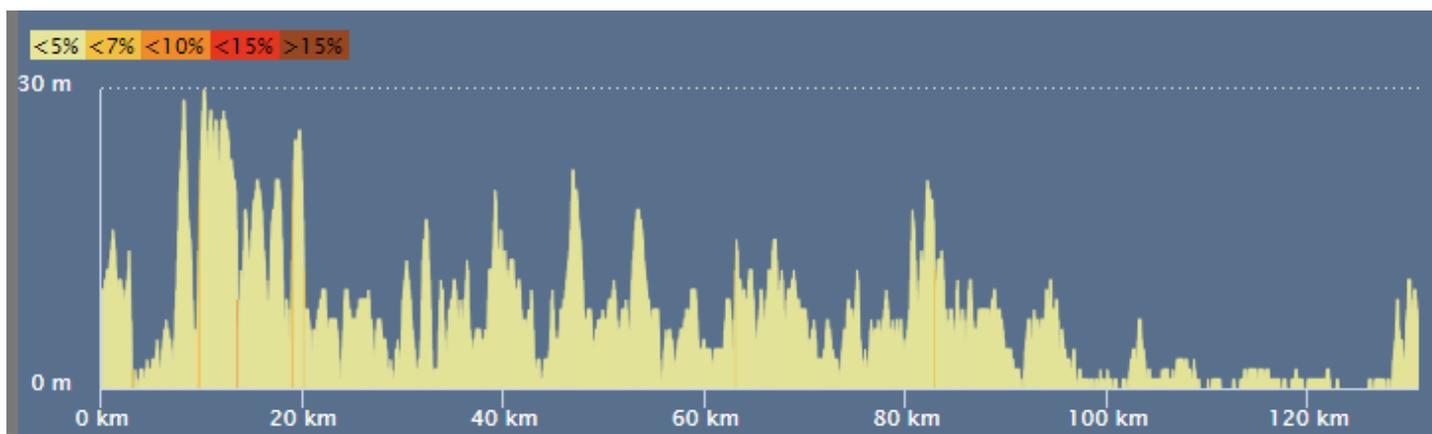
https://drive.google.com/open?id=1UKTLRdbz_8gdmIva8DHjN5lqtDvXaT1B&usp=sharing

Parcours Étape 7 8332529	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
Jard sur Mer – Talmont Saint Hilaire (OT 6, rue de l'hôtel de ville : 9,25) – Avenue des sports (Passage sous D949) - ✖ D2 ↙ D4 avenue de l'Atlantique - ✖ ↙ - 🚦 → D129 (14,7) – D328 – D32A – Les Sables d'Olonne (Piscine du Remblai : promenade de l'Amiral Lafargue : 26,85) – Brétignolles sur Mer (camping les Dunes : 46,42) - ↑ Allée des Bruyères – Saint Gilles Croix de Vie (D3B pont sur Vie : 60,75) – La Barre de Monts (D38 pont de Noirmoutier : 98,4) – Beauvoir sur Mer (D948 passage du Gois : 108,4) – Bourgneuf en Retz (OT : La Salorge - Route de Bouin : 132,1 ; Bourgneuf en Retz (Camping Les Chênes Verts-Route de Pornic : 134,7)	134,7	883,7	574	4152	577



<https://drive.google.com/open?id=1zhgLEcceg5HO-eDxfKmejrUWEVWHEkXr&usp=sharing>

Parcours Étape 7 Bis 8333607	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
Jard sur Mer – Talmont Saint Hilaire (OT 6, rue de l'hôtel de ville : 9,25) – Avenue des sports (Passage sous D949) - ✖ D2 ↙ D4 avenue de l'Atlantique - ✖ ↙ - 🚦 → D129 (14,7) – D328 – D32A – Les Sables d'Olonne (Piscine du Remblai : promenade de l'Amiral Lafargue : 26,85) – Brétignolles sur Mer (camping les Dunes : 46,42) - ↑ Allée des Bruyères – Saint Gilles Croix de Vie (D3B pont sur Vie : 60,75) – La Barre de Monts (🚦 route de la rive /D38 ↑ Route de la Darotte : 95,8) – ✖ route de la Darotte/D22 → D22 Pont sur la Taillée - Beauvoir sur Mer (🚦 D22/D948 ← D948 route du Gois : 104,1) – Bourgneuf en Retz (OT : La Salorge - Route de Bouin : 128,8 ; Bourgneuf en Retz (Camping Les Chênes Verts-Route de Pornic : 131,3)	131,3	1015	599	4751	562



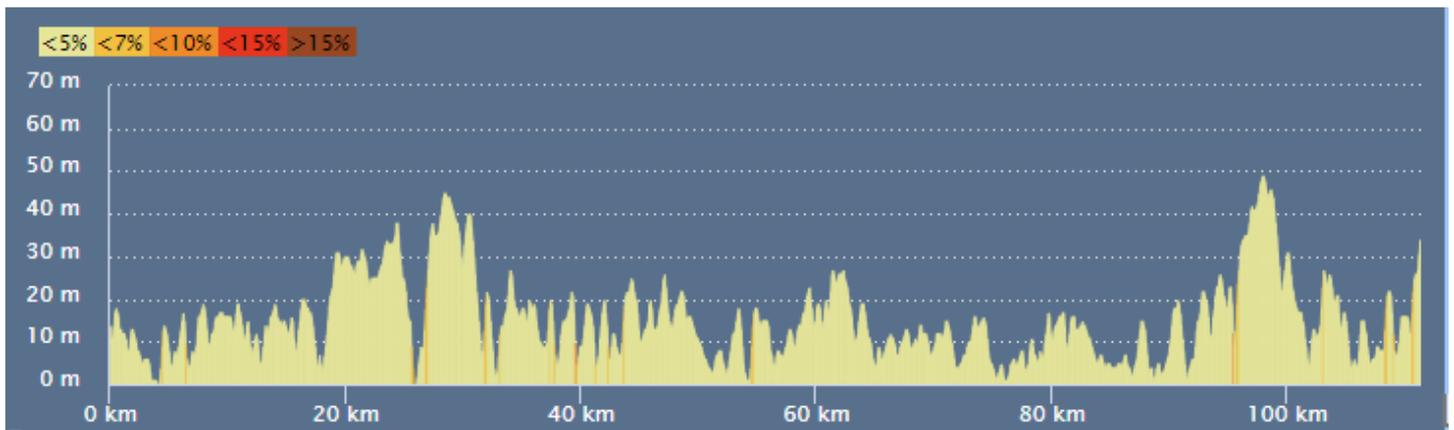
https://drive.google.com/open?id=18qGY1mqXRY9G33M02hFqb5zDjv_f084k&usp=sharing

Parcours Étape 8 8336619	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
Bourgneuf en Retz (D13) – Les Moutiers en Retz (✘ ← D97 rue de Prigny) – La Bernerie en Retz (D97) - ✘ D97/Avenue des Rives ← Avenue des Rives Rue des Goélants ... (9,35) – Pornic (✘ la Fontaine aux Bretons/D13 ← D13) – Pornic (du Général de Gaulle ← Pont du 8 Mai 1945 (16,66) – Saint Michel Chef Chef (camping du Bord de Mer 28,41) - Saint Brévin les Pins (de l’Océan : Casino 34,7) – Pont de Saint Nazaire (40,46) - Pornichet (boulevard des Océanides : Casino 64,39) – La Baule (casino Barrière : 69,38) – Le Pouliguen – Pointe de Penchâteau – Batz sur Mer (mairie : 80,83) – Route des Marais – Guérande (✘ Route des Marais /D92 ↑ D92 86,55) – Guérande (hôtel de ville : 91,57) Rue Bouton d’Or – D59 avenue du Général de Gaulle – La Turballe (🚰 OT : → Rue du Maréchal Juin 99,52) – Piriac (église : 105,6) – Mesquer (chapelle Saint Louis : 113,4) – Saint Molf (Camping domaine de Kernodet-route de Mesquer 120,4)	120,4	1117,4	616	5367	609



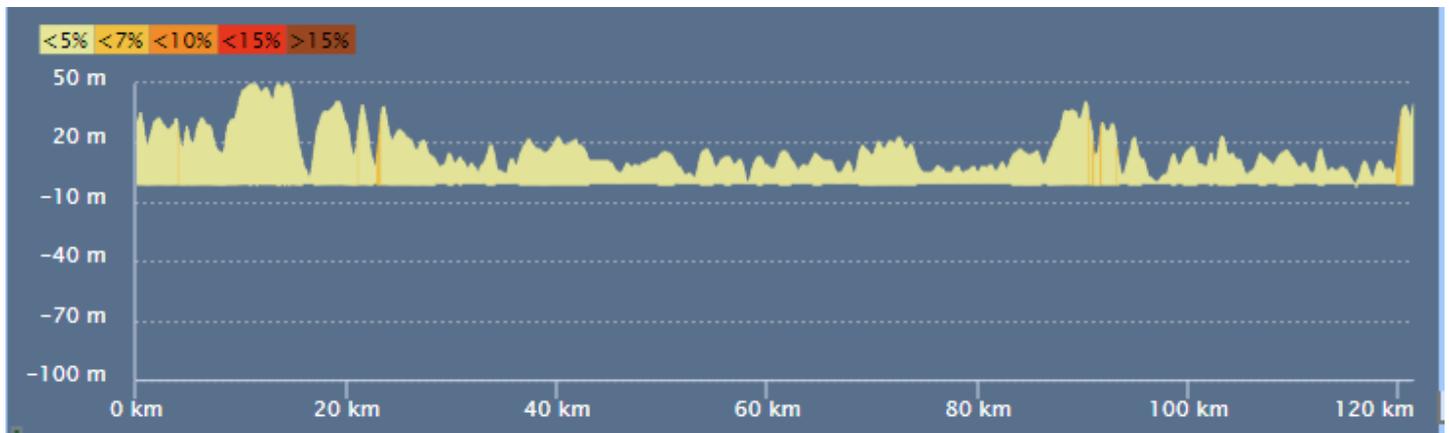
<https://drive.google.com/open?id=1cQQXE3ciVVz8UE1apwsC7CfQZhZBKx4p&usp=sharing>

Parcours Étape 9 8339322	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
Saint Molf (D52 – D33 4,78) - ✕D33-route de la Malabrie ← route de la Malabrie...) – Lieu-dit la Mesquery → D 282 (8,76) - ✕ D282-D82 ←D82 - D201 – Pénestin (OT : 17,12) - D201-D34 → D34 - D34 – D139 ← D139 (24,03) – Barrage d’Arzal Camoël- D139/D148 - ← D148 (rue de Bellevue) – Arzal (église : 28,7) - Billiers (mairie : 39,1) – Muzillac (D20 – rue de Bellevue) - D153 – Damgan (→ D140 : 51,07) – Ambon (← D20) – Surzur – Saint Amel (→ D780 : 68,17) – Lieu-dit le Poulfanc D779 Bis – Vannes (← rue Cousteau – rue de l’Hippodrome ...) – Pont avenue René de Kerviller (91,51) - D101 ← D101 – Baden (D101/D316 ↑ D316 (101,9) - Lamor Baden (106,6) - Baden (Camping Mane Guernehue , 42-52 Rue Mané er Groez : 111,3)	111,3	1228,7	882	6249	812



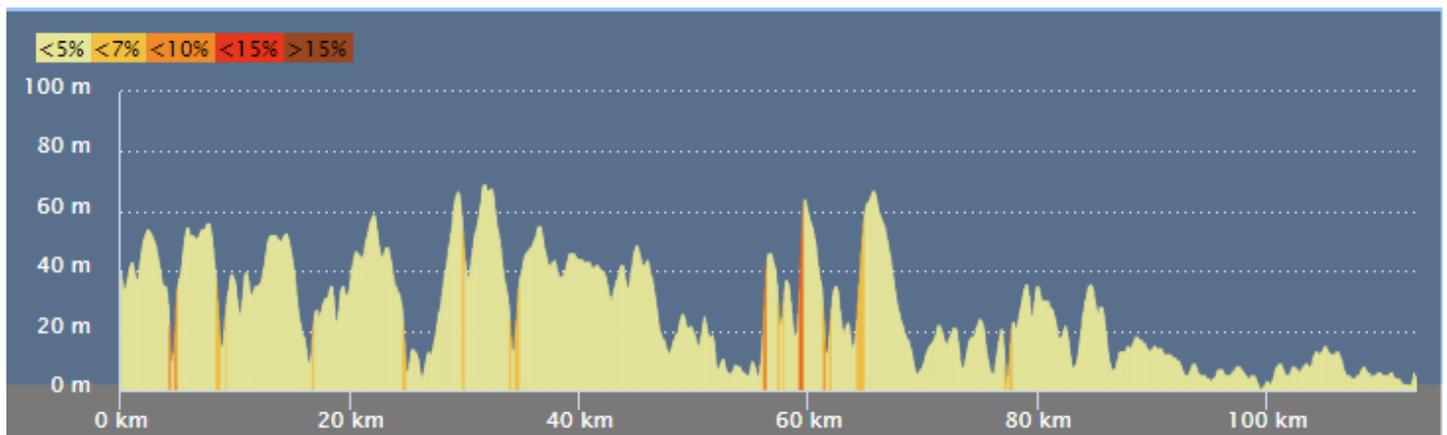
<https://drive.google.com/open?id=1LYbqf4dz1pahY5Q0rvzJ5RzkqYqBfUCh&usp=sharing>

Parcours Étape 10 8340418	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
Baden - ✕ D101 ← D101-Bono (pont sur le Bono 4,27) - Plumeret (↑ D17) - Sainte Anne d'Auray (OT 1, rue de Vannes : 12,46) - ½ tour D17 - ↑ D19- ✕D19/D120 ← D120- ✕D120/Rue Pierre Allio ← Rue Pierre Allio - Auray (D765-Avenue Wilson - Pont sur N165 - D28 - Saint Philibert (📍 D28/D781 → D781 : 29,45) - Pont de Kérisper - La trinité sur Mer (D781 pont Anse de Kerduel) - Carnac - Plouharnel (OT : 40,26) - Étel (D16 cours des Quais port d'Étel : 53,06) - 📍 D16/D781 ← D781 - Pont Rivière d'Étel - Port Louis (camping La Prairie Promenade Henri François Buffet) - D781 - 📍 D781/D194 ←D194 - Kervignac (pont du Bonhomme sur le Blavet : 91,26) - Lanester 📍 D194 ← Rue de Kermorvan ...) - Rue de Pen Mané surle Ruisseau du Plessis - Pont des Indes sur le Scorff - Lorient (📍 de Bir Hakeim ↑ D29 rue de Monistrol : 100,6) - Pont sur le Ter - D29-Larmor Plage (Rue de Kerpape - D152- Guidel Plage (Les Jardins de Kergal route des plages : 121,4))	121,4	1350,1	631	6880	625



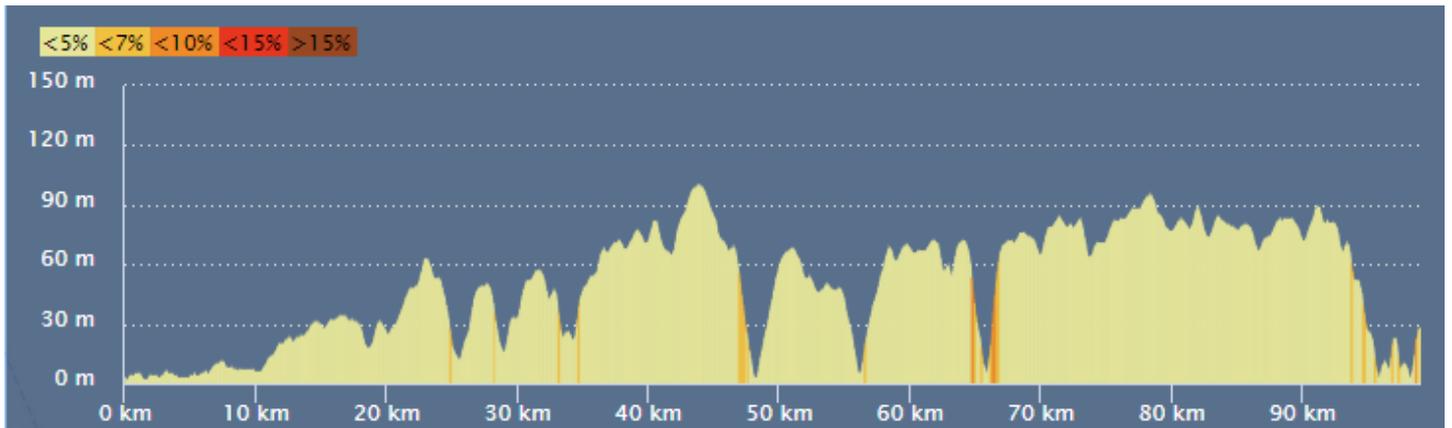
<https://drive.google.com/open?id=1zn5Hbzwlwq8Inx7ETK9ZaLfeXt-YKjVo&usp=sharing>

Parcours Étape 11 8344083	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
Guidel Plage –Guidel (✕D162 - ←D162) – Pont sur la Laïta –D224 Clohars Carnoët (↗ D224/D49 ←D49 : 7,32) – Camping du Poldu (← D24) - ↗ D24/D16 ← D16 (14,16) – Pont anse de Doëlan (sortie ← D316) - → Rue de Kérandoze ...(17,44) – Moëllan sur Mer (↗ D24 ← Rue de Bellevue Lann Vihan - ↗ D116← D116 - → Rue Marcel Gamat (23) - ✕ D24 ←D24- Rue de Moëllan – Riec sur Bellon (↗ D783 ←D783 Rue Alain Berthou (29,53) – Pont Aven (D783 pont dur l’Aven : 34,34) - ↑ Rue des Abbés Tanguy - ✕ D783 ←D783 Rue de Concarneau Croaz Sayé - ↗D783/D77 - ← D77 – Nevez ↗D77/D177 → D177 – Trégunc (✕D177/D783 ← D783 → Rue de la Gare : 45,63) – Concarneau (église notre Dame de Lorette rue de Lanriec - ✕ D783 → D783 – Pont sur le Moros - ↗ D783 ← Avenue de Bielefeld Senne ...suivre les quais – La Forêt Fouesnant (D44 OT : 61:9) – Fouessant (↗ D44/D45 ←D45-↗D45/D145→ OT D145 - ✕ D145/D134 →D134 - ↗ D134/D44 ← D44 : 71,79) – Bénodet - D44 Pont de Cornouailles (sur l’Odet) - ↗ D44/D785 - ← route de Quimper – Pont l’Abbé (OT : 11 Place Gambetta : 87,26) – ↗ D2 ↑ D2 – Loctudy –Rue des Tulipes (chapelle Saint Oual : 96,93) - Plobannalec-Lesconil (rue Éric Tabarly pont sur le Stêr : 100,3) – Guilvinec (↗ D57 ↘ Rue Jacques de Thézac) – Penmarch (Camping Municipal de Toul Ar Ster Rue de Toul ar Ster : 113)	113	1463,1	822	7739	859



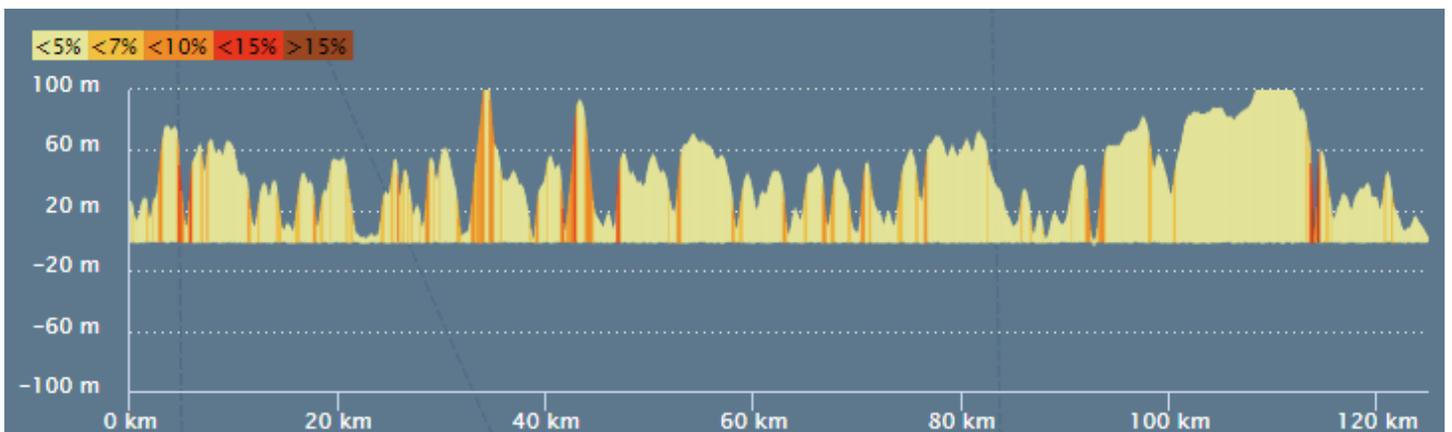
<https://drive.google.com/open?id=1AtR5iM8tiQ1df55Z3l2dMeKZHg9Z2p6D&usp=sharing>

Parcours Étape 12 8345115	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
Penmarch – Phare d'Eckmuhl – D80 - ✘ D80/D53 ↑D53- Musée de la Préhistoire Finistérienne (8,21) – Plomeur (☒ Kersiviny Vihan/D785 ←D785) - ☒D785/D57 ←D57 – Saint Jean Trolimon Ploumécour Lanvern (✘D57/Rue Miquel ←Rue Miquel-↔) Allée du Docteur Royer - ✘Allée du Docteur Royer/D2←D2 : 23,43 – Tréogat – Pouldreuzic – Plovézet (✘D2/D784 ↑D784 : 38,16) – Plouhinec – D784 Pont sur le Goyen - ☒ ←D784 – Audierne – Plogoff - Camping pointe du Raz : 62,86 - ✘D784/D607 ←D607 - ✘D607/D7→D7 - Beuzec Cap Sizun (OT : 81,9) - Poullan sur Mer (89,72) – Douarnenez (OT : 1 Rue du Dr Mevel ; Douarnenez (retour camping Camping Croas Men 27 bis Rue du Croas Men : 99))	99	1562,1	721	8460	696



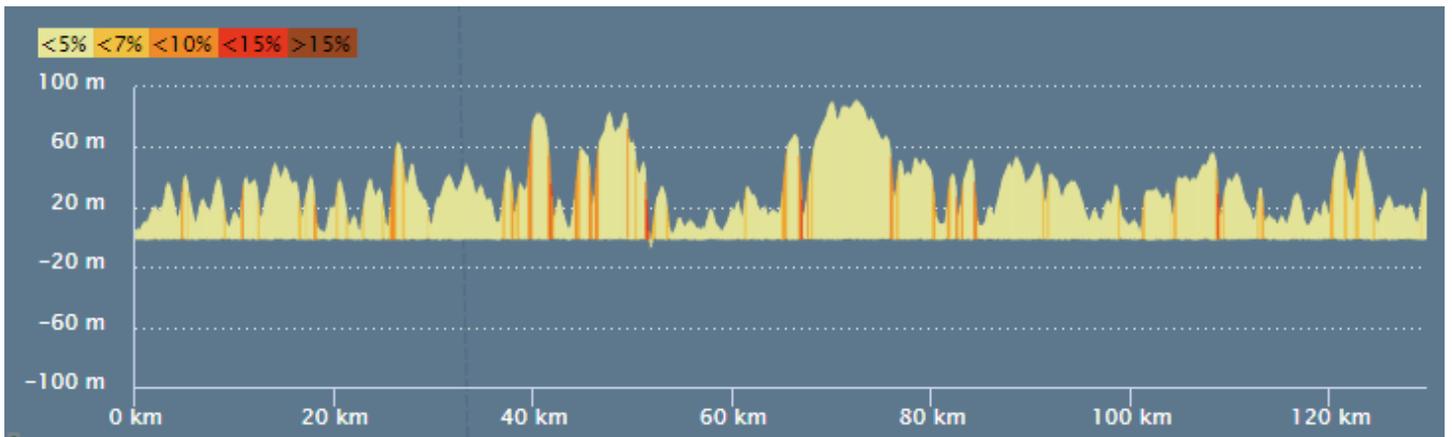
<https://drive.google.com/open?id=1Simlx3QTGfheGQaV15luTKAL4dxehk8q&usp=sharing>

Parcours Étape 13 8347377	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
Douarnenez (D207) – Pont - ✘ D207/Rue Yan Dargent← Rue Yan Dargent - →Rue Laennec - ← Allée de la Sainte Croix - ← D7 ← La Ry Huella (5,63) - Église Sainte Anne la Palud (13,49) – Camping de la plage du Tréguier – Crozon (Pont four à Chaud de Rozan : 38,81) – Crozon (entrée D887) – D255 – Crozon (lieu dit Saint Herot : 50,61) – Crozon (✘D8←D8 : 61,27) – Camaret sur Mer (OT : 70,12) – D8A - ✘D8A/D355 ←D355 – Près Pointe des Espagnols (82,17) – Roscanvel - ☒ D355/D55 ←D55 (90,78) – Landévéoc (☒D55/D63→D63) - Crozon (☒D63 /D887/ D791 ↗D791 : 102) – Pont du Terenez – Le Faou (☒ Place aux Foires)	125	1684,1	1591	10051	1615



<https://drive.google.com/open?id=16g5b3K6HQHkpgsatZdJKwrYXWnGaE25f&usp=sharing>

Parcours Étape 14 8349674	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
Le Faou (quai Quélen- Rue de la Rive....) - ✖D770 ←D770 : 6,24 – Hôpital Camfrout (pont sur le Camfrout : 9,29) - ✖D770/Route de Logonna ←Route de Logonna – Logonna Daoulas (roue du Menhir/D333→D333 – Daoulas (✖D333 route du Valy/Route de Loperhet←Route de Loperhet – Plougastel Daoulas (📍Route de Keralliou/D2165←D2165 Pont Albert Louppe : 51,08) - 📍 ↑ Boulevard Léopold Maissin – Rue de Palaren Brest (Traversée de Brest -📍Route de Kérourin/D789 ←D789 : 71,41) – Plougonvelin – Pointe Saint Mathieu (95,23) – Le Conquet – Passerelle du Croaë – Plouarzel (camping Municipal du Port de Sévigné : 113) – Lampaul Plouarzel - ✖D28←D28 : 123,4 - Breles (✖D28/D27←D27) – Lanildut (camping Le Tromeur 11 Route du Camping : 129,7)	129,7	1813,81	1489	11540	1466



<https://drive.google.com/open?id=1aeIT2ly6PmtkglvxzcRJEQtUVo6Ah9av&usp=sharing>

Parcours Étape 15 8353358	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Lanildut – D27 - ✕D27/Hent Mazou ←Hent Mazou : 3,95 - Porspoder (✕rue de Kéavel/D27←D27) – Landunvez (📍 D27/D68↔D27 : 7,9)- ✕D27/Hent Aot GwenTrez ← Hent Aot GwenTrez -←D27-✕D27/D127 - ←D127 – D27 – Ploudalmézeau (📍 D27/D168 →D168 - ✕D168/D26←D26 rue de l'Arvor - →Rue Docteur Amédée Le Meur → Rue Saint Vincent Ferrier → Rue Auguste Caroff OT : 20,83) – D28 – Tréglonou : ✕D28/D3←D28 : 30,55 – Lannilis (📍 D28/Le Douris centre de secours← Le Douris - Landeda (UCA Aber Wrac'h - D128 : 44,17) – Lieu dit Bel Air ✕D128/Kleuz Fos ←Kleuz Fos - 📍 Odet Bihan/D113←D113 – Lannilis (pont de Paluden sur l'Aber Vrac'h 49,83) – D113 - ✕D113/Kergonvel←Kergonvel – Plougueneau D71 - ✕D32↑ Saint Laurent - ✕D10←D10 - ✕D10/D52 ←D52 : 66,58) – Guisseny (✕D52/Route du Vougot)→Route du Vougot – Guisseny (bourg ✕D25/D10↑D10) - ✕D10/Bel-air ↑Bel-air← Kermarguel – Kerlouan (✕D10 ↑D10 : 83,24) – Plounéour Trez (📍 D10/D770 ←D770 – Brigognan Plage (✕D770/rue de l'Église →mairie rue de l'Église – Plouénour Trez (←OT D125) – Plouider (📍 D125/D10 ↑D10) – Goulven (📍 D10/D125 ←D125 : 99,03) – Plouescat (📍 D10/Rue de Brest ↑Rue de Brest ←Rue Moulin Saint Georges -✕ Rue de Pors ar Stréat/D10↑D10 – Plouescat (camping Municipal de Pouloëñ : 116,6)</p>	116,6	1930,41	673	12213	696



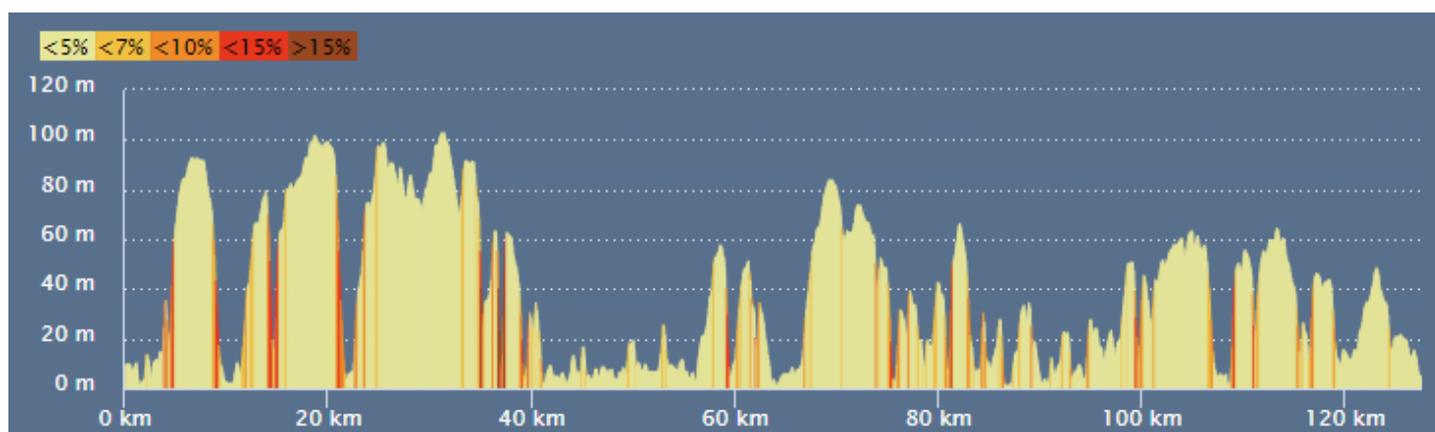
<https://drive.google.com/open?id=1 XpNkgcne aXhTpsi3Md4VZqUpBXiY1q&usp=sharing>

Parcours Étape 16 8358062	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
Plouescat – Roscoff (OT quai d'Auxerre : 24,24) - Saint Pol de Léon (OT : 3 place de l'Évêché 30,47) - D769 D769 - D769 (route de Morlaix 31,79) - D58 D58 pont sur la Penzé - D58/D173 D173 - D173/Route de Henvic Route de Henvic Carentec (Rue Dupin/Rue Albert Louppe D73 Rue Albert Louppe (41,25) - Locquemole – D73 - D769 – Passage sous N12 (52,91) – Morlaix (D769/D786 4 ^{ème} sortie D786 D786 /D76 D76 – Passage sous N12 – Plouezoc'h (D76/Rue du Port rue du Port 60,61) – Route du Dourduff...- D76 D76 – Plougasnou (D76/Route de Terenez Route de Terenez... - D46A2 Route de la Corniche – Plougasnou Bourg - D46A2 /D46 D46 - Chemin de Lézouzard/D79A D79A 80,11 - D79/ ?? ?? 83,6 – Grand Convent Ar Liors – ... - Guimaec (Chapelle du Christ de Guimaec) – Après chapelle 1 ^{ère} à gauche - D64A D64A – Locquirec (D64A/D64 D64 route de Morlaix) - D64/Rue de Kérael Rue de Kéral - Rue des sables blancs (94,03) - Rue des Sables Blancs/D64 nouvelle Côte D64 – Pont sur le Douron 98,71 - D142 – D42 – Plestring les Grèves D42/ Rue de Beg Douar Rue de Beg Douar - Rue de Poul Guioch - Rue de Poul Guioch/D42 D42 - D42/D786 D786 - Plestring les Grèves (Camping Municipal Saint-Efflam Rue de Lan Carré 104,4)	104,4	2034,41	1156	13369	1156



https://drive.google.com/open?id=1y0eHn2EUITiZrt_gyRst-cYy3bbYU2IX&usp=sharing

Parcours Étape 17 8370853	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
Pleisting les Grèves – D786 – Saint Michel en Grèves (✕D786/Rue de l'Église↑Rue de l'Église – Rue de la Voie Romaine - Rue de Toul ar Vilin - Trédrez Locquémeau (église Notre Dame : 5,36) - D88A - ✕D88A/ Rue Toull an Drask← Rue Toull an Drask - ✕D88/Route de Kerham←D88 Route du Port – Pointe de Séhar -1/2 tour - ✕D88/ Voie Communale Hent Gwaz ar Gouez← Voie Communale Hent Gwaz ar Gouez - Corniche de Notigou - Voie Communale Hent Lann Kerallig – Ploulec'h (✕côte de Pont Roux /D88A→D88A – Église Saint Pierre : 17,86 - ☑D88A/D786↖D786☑ ↑D786 – Lannion (pont sur le Léguer) - ☑D788 quai du Maréchal Joffre – Quai de la Corderie – Route de la Corniche - ✕D788/D21→D21 Route de Trébeurden - Route de Roudour - ↗D21 - ✕ Traverser D21 - Rue de Kerbabu – Rue du Calvaire ... - ✕ Chemin de Garenne Poull ar Rouz/Chemin Moulin à Vent → Chemin Moulin à Vent – Pointe de Bihit (36,77) – ½ tour ✕←D60 Trébeurden (✕rue de Kerellec/D788←D788) – Pleumeur Bodou-Trégastel (D788 : 52,69) – Perros Guirec (✕D788/Rue de a Clarté ←Rue de la Clarté – Rue de Tréguistel/D788←D788 boulevard de la mer - ☑D788/D6←D6 – Louannec (☑ ↑D6) - ☑ D6/D38 ←D3 route de Trevelern : 69,02 – Trevelern (✕D38/D73↑D38)- Trévou Tréguignec (✕D38/D75←D38) – Penvénan (✕D38/D74 →D74) - ✕D74/Chemin de la marine←chemin de la marine - Plougrescant (Manoir de Kergrec'h 98,49) – Plouguiel - ✕D8/ Garden Kerber↑D8 – Tréguier (Pont sur le Guindy D70 108,3) - ☑D70/ D786←D786 (pont sur le Jaudy) – Après pont ←1ère Rue du Vieux Port – OT rue Marcelin Berthelot → - ✕← - ✕← (110,4) - ✕↑ - ✕→ - Trédarzec (✕D20←D20 114,8) - ✕← 115,7 - Rue du Port – Kerbors (mairie ←Rue Enez Hyard 118,3) – Pleubian (✕← 119,7) – Pleubian (✕ rue du Port Béni/D20↑←D20 122,8) - D20 - ↑ D208 – Pleubian (Camping Domaine De Laneros - 85 Rue de Laneros 127,3	127,71	2161,71	1611	14980	1614



<https://drive.google.com/open?id=1nj0UxJ6WAc45fOqeuM-0oPAFg5Thil9x&usp=sharing>

Parcours Étape 18 8373663	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Pleubian – D208 - ← (0,74) - ← Rue Crech Catel (1,01) - ← (1,16) → (1,7) - ← (2,28) - ← (2,79) - ✕ → (3,14) - ↖ (3,76) - ← (4,57) - ←← (5,43) - Lanmodez ✕ D20 ← (6,14) - ✕ D20 ← 7 – Chapelle Saint Maudez de Kermouster – Rue de l'École - ✕ D20 ← 9,36 – D20 – Lézardrieux (📍 D20/D786 ← D786: 14,42) – Pont - ← aussitôt après pont route de Saint Julien - ← 16,21 - ✕ chemin des Trieux/Chemin des Bruyères ↗ Chemin des Bruyères : 17,83 - ← 19,39 - → Rpute du Cleuziat ← Route de Gélard - → Rue du Gélard – Rue de l'issue – rue du Roc'h Hir – Ploubazlanec (→ Rue du Porjou 21,99) - ✕ Rue du Pourjou/D15 → D15 Rue du Port de Loguivy - ✕ D15 Rue du Port de Loguivy/Rue des Deux Frères Denis ← Rue des Deux frères Denis - ✕ rue des deux frères Denis/Rue de Gouvern → Rue de Gouvern – Route de la Baie – Chemin de Caroline-Chemin de Dour Even - ✕ Chemin de Dour Even/route de Beg Nod ↑ Chemin de Goperec - ← Chemin de Kerliviou- Ploubazlanec (✕ Chemin de Kerliviou/Route de Lavénnez - ← Route de Lavénnez 25,84) - ✕ Route de Lavénnez /D789 ← D789 – route de l'Embarcadère – Route de la vielle côte - ✕ Route de Kerber/D789 ← D789 - Ploubazlanec (Mairie ← Rue de la Résistance 30,79) - 📍 ↑ D789 – Paimpol (📍 ← D15 33,9) - 📍 du Goëlo ← Rue des Goélettes-Quai Armand Dayot 📍 → Rue du Four à Chaud - ← Rue de la Tossen - → Hent Krec H Derrien - ← Chemin de Guilben- ← Rue de Kerno – Rue de Kerlegan - Chemin de Croas Guiguin – Rue du Billiec- ← rue de Cruckin ✕ ← D786 Rue de Beauport (37,98) - ↖ Rue de Sainte Barbe (38,76) - ✕ D786 ↖ Chemin de Kerquestel ← Rue du Boulgueff – Plouezec Rue Yves le Coq – Rue Hent Porzh ar Berezed - ↖ Rue de la Chapelle Saint Rion - ✕ D77 ↖ Rue de Larmor Izel (43,31) - → rue du Cosquer ✕ → Rue Porzh Donnant – rue Grav Louédec ← (46,2) - ✕ ← Route de Kervorn – Route de Minard - ✕ → Route de Minard - ✕ → - ✕ ← (49,98) - ✕ ← Chemin des galets Bleus – Rue Traou Kertanguy -50,86 - ✕ D54 ← D54- ✕ D54 ← Route de la Corniche – Plouhaa (✕ Route de la corniche/Kerflech ← Kerflech 56,68) - → 58,08 - ✕ ← le Pradou chapelle Saint Samson ✕ ↖ - ✕ ↑ - ✕ ← → - ✕ → (avant gîte des Falaises 60,93) - ✕ ← 61,64 - ✕ rue De Goas Vian ↑ Rue de Croas ar Breton - ✕ → Ty Losquet ✕ ← Kerlatoux - ✕ → Kertanguy - ✕ 2ème → - ✕ D32 route du Palus station d'épuration 65,25 ↑ Rugagal - ✕ D786 ← D786 – Tréveneuc (✕ D786/Rue de Kérezen ← Rue de Kérezen 68) – Rue de Kercadoret - ✕ → rue de Saint Marc - → Boulevard du Littoral - Saint-Quay-Portrieux (📍 Boulevard du Général de Gaulle : 71,91) Rue Jeanne d'Arc - → Rue Jeanne d'Arc - 📍 ↑ Rue du Maréchal Foch - → Rue André Malraux - ← Rue Joliot Curie - ← Rue Maréchal Foch - ↑ Rue du Maréchal Leclerc - → Rue du Chatelet- Rue du général de Castelnau – ↗ Rue du Président Sénécal - ↗ Rue du Maréchal Foch – rue de la Victoire - ↗ quai de la République (prendre le long de la plage) – Rue du port Es leu – ✕ chemin de la Corniche (74,75) – Avenue de la Plage du Moulin – Étable sur Mer (✕ Avenue de la plage du Moulin/D786 ← D786 Boulevard du Littoral 76,13) - 📍 ↑ D786 (78,49)- Binic - ✕ D786/rue de la Brise ← rue de la Brise → Rue de Bel Air - ✕ Rue de Bel/rue des Étoiles 2ème ← Rue de l'Étouble – rue des Marionnettes - ← Rue Francis Kéautret → Rue des Mouettes - ← Rue Jacques cartier (niveau camping des Fauvettes) - ← Rue de la Griselle – rue des falaises - ← Place du port - 📍 → quai de Courcy - 📍 ← - ✕ D786 ← (81,56) - ✕ D786/D10 ← D10 (Boulevard Clémenceau long de la plage) – Rue des Embruns - ↖ Rue Gasselín – Querré - ✕ → 83,71 – Pordic</p>					

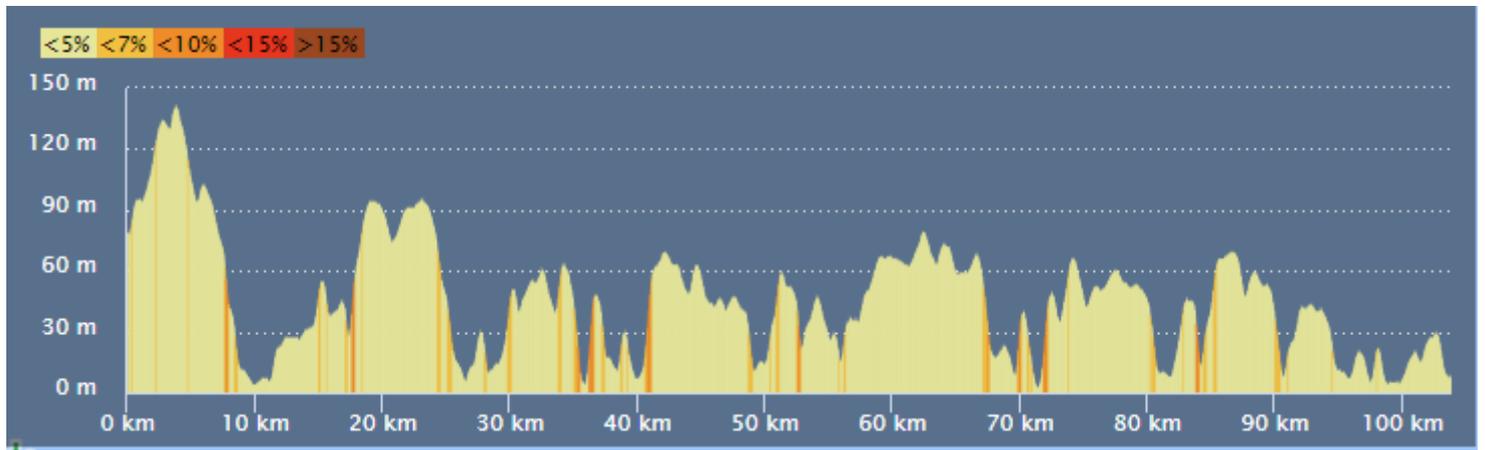
(Rue de la Ville Évêque) - ↔ Rue Pierre Roche - ✕ ← Rue de la ville Tréhen - ✕ → Rue Lamartine - ✕ ← Rue Pierre Loti - ✕ → Rue Chateaubriand - ✕ ← Rue de la fosse Argent – Rue Perrine- Plérin (Rue Ronsard) ✕ → rue de Tournemine - → → avenue Henri Barbusse - ↗ ↑ - pont sur N12 - ↗ ← Avenue du général de Gaulle - ✕ ↗ rue Fleurie → ← rue de l'Espérance - ← Rue de la Paix ↗ → Rue de la Croix - ✕ ↑ Rue du Rocher Cornet - ✕ ← Chemin de la Ville Gicquel (après grand parking du marché du porc breton) - ✕ → rue de la Ville Gicquel - ✕ → côte de bon repos - ✕ D786 ← rue du Viaduc (95,36)- ↗ → D24 rue du vieux Moulin **Saint Brieuc** ↗ → Pont de pierre (passage sur le Gouët) - ↗ → Rue du Légué ↗ ← Rue des 3 frères Le Goff - ↗ 2^{ème} → rue Saint Jacques – Place du Martray → de la préfecture ← Rue Henri Servain - ← Rue Poulain Corbion ← Rue de Rohan → **OT 7, Rue saint Gueno** - ← Rue Charbonnerie- → Rue de Houvenaglerue du Maréchal Foch - → Rue Mare au Coq – ← Rue Saint Benoit - ↗ 2^{ème} → Avenue des Promenades - ↗ ↑ Avenue des Promenades - ↗ ↗ Avenue de la Libération – Place du Guesclin - ↗ ↗ ↗ Boulevard Clémenceau - ↗ ↑ Rue Abbé Granier – Passage sous voie ferrée - ↗ ← Rue de Trégueux - ✕ Rue de Trégueux/Rue Paul Doumer → Rue Paul Doumer ← Chemin du Petit Pré **Saint Brieuc (Camping des Vallées - Boulevard Paul Doumer : 101,3)**

101,3 2263 1182 16162 1109



https://drive.google.com/open?id=1VaEOIztTX6KKfYk_WfhVQZJrArhIRVzs&usp=sharing

Parcours Étape 19 8399379	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Saint Briec – Chemin du petit pré - → Boulevard Paul Doumer - ✕↔ Rue de Trégueux - ☑ → D27 Rue de la roche Gautier - Passage sous D700 – Rue des Tuileries - ☑ ↑ D27 Rue des Tuileries ☑ ↑ D27 rue de l'Urne – Trégueux (☑ ← D10 Rue de l'Atlantique) - ☑ ↑ D10 Rue des Vallées - ☑ 2^{ème} → D10 (passage sous D22 7,37) - ☑ ↑ D10 rue des vallées (Caserne des pompiers) – Passage sous N12- ☑ ↑ D10 – Langueux (☑ → D712 rue du Général de Gaulle) Yffiniac (☑ ← D10 Rue des Grèves 9,20) - ↗ 9,58 – Hillion (← route des Grèves 10,38) - ✕ ↗ route des Grèves - ← rue des Marais 12,06 – Rue des Jardins - → D34 rue de l'hôtellerie (face médiathèque d'Hillion- Place de l'Église - → D34 rue de la tour du FA (au niveau de la mairie) - → D34 rue de la tour FA – D34 route de Grandville – Rue du Haut du Bois – Rue du Pont Rolland-Morieux (D34 rue du Pretanne 18,37) – Planguenoual (→ D34 route Morieux) - ← D34 (rue de la Mer) - ✕ ↗ D34 - Pléneuf-Val-André (✕ D34/Rue du Corps de garde ← rue du Corps de Garde 27,19) - ↗ rue de la Mare - → Avenue de la Guette - ← rue de Dahouet - ✕ D34 ← D34 – D34 (avenue amiral Charner) - ☑ → - ✕ ← D34 - ✕ → D58 rue Charles de Gannes- ☑ 2^{ème} → Avenue Jean Richepin-Rue des Pêcheurs - → Rue de la plage des Vallées - ✕ D58/Rue de la plage des Vallées ↖ D58 rue de la Mer 31,31 - ← Boulevard Kennedy – Rue de la Corderie – Le feu de Noël- route des Banches – Erquy (camping de Saint Pabu 35,98) – rue de Bicneu – route de Caroual Village – Avenue de Caroual - ☑ ↑ Avenue de Caroual - ← rue des Evettes – Rue des Sternes - ✕ D34 ← D34 Rue de la Corniche - ✕ ← D68 rue de la saline - → D68 boulevard de la Mer - → rue du Port - ☑ ← Rue du Tu es Roc – rue le Hamel – rue des grès Roses – rue des plages sauvages ↔ Rue des Moulins – rue des Landettes - → rue Saint Michel - ← Rue de Clairville - ← rue de la ville Ory - ✕ rue de la ville d'Ory/D786 Rue de Quélard ← D786 45,97 - ✕ D786/D34 ↖ D34- Fréhel - ✕ → D34 Boulevard de la mer – D34 Camping du Pont de l'Étang - ☑ ← D34A route du Cap – Phare du cap Fréhel 59,9 – ½ tour D34A ☑ ↑ D34 - ← 61,6 - ✕ D117 → D117 ✕ D34- D34 ← ← Le Grand Trecelin – Plévenon (→ La Vallée) – Fréhel (✕ D786 ← D786 69,61) - ← le Port à la Duc 69,82 – Pléboulle (✕ 786 ← D786) – Matignon (✕ D786/D13 ↗ D13 74,46) ☑ ↑ D13 - ☑ ↑ D13 - ☑ ↑ D13 - Saint-Cast le Guildo (Rue de la gare - ← Rue de la frégatte Laplace - ✕ → D13 80,34 - → D19 - ☑ → D19 ← Boulevard Duponchel – rue de la Bataille – Rue des tennis – Rue d'Armor - → Rue d'Alix - ← Boulevard de la garde - ☑ ← D19 Avenue de Pen Guen 83,56 – Boulevard de Verdun – Rue du combat des 5 Chemins ✕ D786 ← D786 87,07- ☑ ↑ D786 Rue de la Croix aux Merles – Notre Dame le Guildo – D786 – Pont sur l'Arguenon 90,73 – Trégon - ✕ D786/D62 ← D62 92,64 – Saint Jacut de la Mer – D62 (route du Guildo) - ☑ ↑ D62 (boulevard des dunes) - ☑ ↘ D26 (rue de Dinan) – Trégon (☑ ← D768 98,09) - ✕ D768 ← (face rue des marais 99,4) – Ploubalay (✕ D768 ← D768 101,2) – Lancieux (← Rue Julien Renault 103) - → Rue Jules Jeunet Camping Municipal Les Mielles 104)</p>	104	2367	1012	17175	1083



https://drive.google.com/open?id=14uJdgOuaP9pRX9zfDwNS85K45_sN_nvo&usp=sharing

Parcours Étape 20 8404294	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Lancieux – Rue Jules Jeunet -  → Boulevard de Buglais – ↑ Boulevard Masera - ✕ ← Rue de l'Islet (0,8) - ↑ Avenue de la côte Émeraude - ✕ D786 ← D786 (2,430) - Pont du Frémur - ← D786 (balcon d'Émeraude) – Saint Briac sur Mer (↑Boulevard de la Houle 4) – Hameau du Golf – Saint Lunaire (Boulevard de Longchamp) - ✕ D786/Boulevard du Général de Gaulle → D786 Boulevard du Général de Gaulle (6,65) - ✕ D64 → D64 Boulevard de Décolle - Rue de la Grève -  ↑ Place de Ponthual – Rue Victor Renaud – D786 – D786 Rue de la côte du Tertre – Rue de la Guériplais – Rue de la Fourberie – Dinard Rue de Stanberg - ↑ Rue de Saint Lunaire – Rue de Saint Énogat - ↖ Rue Sadi Carnot (11,41) - → Rue Yves Vernay - ← Rue Levavasseur - ✕ D266 → D266 Avenue Georges V – Avenue du Général Giraud – rue Français Libres -  ← D114 Place du Général de Gaulle - ↑ D266 Boulevard des Maréchaux - ✕ ← D114 Avenue de la Vicomte (13,29) – Avenue Albert Caquot – La Richardais D114 rue de la Gougeonnais - ↗ D114 rue de la Gougeonnais - ✕ D168 ← D114 Route du Barrage 15,5 – Barrage sur la Rance – Saint Malo ↗ D201 18,23 – Passage sous la D168- D201 Boulevard de la Rance -  ← Rue Maurice Nogues -  ↑ Rue Maurice Nogues - → Rue du Vau Garni 19,42 – Chemin du Vau Garni - ✕ Boulevard du Rosais ← Boulevard du Rosais -  ← Place du Poncel – Rue Pierre Certain - Rue Jeanne Jugan – → ← Place Mgr Juhel – Rue Dupéré - ↖ Rue du Pré Breceul - ✕ → Rue des Bas Sablons 21,73 – Rue de Siam – Rue de Gaspé - → Rue de Siam - ← Rue Georges Clémenceau -  du Naye ↗ Chaussée des Corsaires 22,47 -  des anciens d'Indochine ← Rue Louis Martin -  → Esplanade Saint Vincent – Quai Terre Neuve -  → Quai Duguay Trouin - ↑ Rue Théodore Botrel - ↑ Avenue du 47^{ème} régiment d'infanterie - ✕ D401 → D401 Boulevard Gambetta 25,89 -  ← Boulevard de l'Espérance -  →  du souvenir Français ← D301 Avenue du Maréchal Juin -  de la Libération ↑ D01 Avenue du Maréchal Juin -  des Français Libres ↑ D355 La Croix Désilles - ← La Ville Besnard 35,15 – Rue de la Vierge de Grâce – 2  ↑ Rue de Vieux Banc -  ↑ Rue de Vieux Banc – Avenue Colette - ✕ D201- → D201 Avenue John Kennedy 37,25 – Boulevard de Rotheneuf - → D201 Place du Canada - ↖ D201 Rue du Havre – Avenue de la Guimorais – Saint Coulomb (D 201 Route de Rotheneuf) – Rue de la Marette – ↗ D201 Le Terquetey – Cancale (boulevard de Koh Chang) – Avenue de la Côte Émeraude -  (camping Bel Air) ↑ D201 53,49 - ↑ Avenue de Scissy - ✕ ← D355 Avenue du Général de Gaulle - ↑ D355 Avenue du Général Leclerc - → D355 (OT 44 rue du Port : 49,97) - ✕ ← D355 Rue du Port -  → D276 quai Gambetta - ↙ D276 Quai Duguay Trouin – Quai John Kennedy – Rue Ernest Lamort – Passage sous D76 - ✕ ← Rue des Français Libres - ✕ D76 → D76 (52,2) – Saint Méloir les Ondes (✕ ← La Coudre 53,65) - ↗ - ✕ D155 ← D155 Le Buot – Les Nielles – Rue du Bord de Mer (camping municipal des Ondes : 57,97) – Hirel ( ↑ D155) – Le Vivier sur Mer (✕ ↑ D797 Rue de la Mairie 63,82) – Cherrueix (✕ D787 ↖ Route de la Saline 67,02) - ✕ D787 ← ↖ D82 rue du Lion d'Or - → D82 – Faire le tour de l'église - → Rue de l'Académie – Rue du Han – Les grandes Grèves Saint Broladre (✕ La Bouchonnerie ← 73,94) - ✕ D797 ← D797 (74,44) – Saint Macaran (D797) - Roz sur Couesnon (✕ D797 /D289 Rue du Moulin → D797 rue de la Poulrière 78,24) - ✕ D797/ La Rue ← La Rue 81,77) - ↖ (2^{ème} route 82,71) - ✕ → 84,42) – Beauvoir (✕ D478 → D478 (pont sur le Couesnon 88,13) - ✕ ← D776 Route du Mont saint Michel – </p>					

D776 ↑ Le Bas Pays **89,5** – La Caserne – Barrage du Mont Saint Michel **90,55** – ½ tour ← La Jacotière d'Ardevon – **Pontorson** (×D275 ↑ D275 **91,79**) – **Courtils** (× D275/D75 ↑ D75 **96**) - △
 ×D75/D288←D288 Route de Roche Torin **97,2** - ×→ **98,74** – **Ceaux** (Polder Saint Michel) – D313E Le Marais - × D313E/D313
 ←Le Charbonnet **102,4** - ×D313 ←D313 Le Mézeray **104,2** – **Pontaubault (Camping de la Sélune 7, avenue du Maréchal Leclerc 106)**

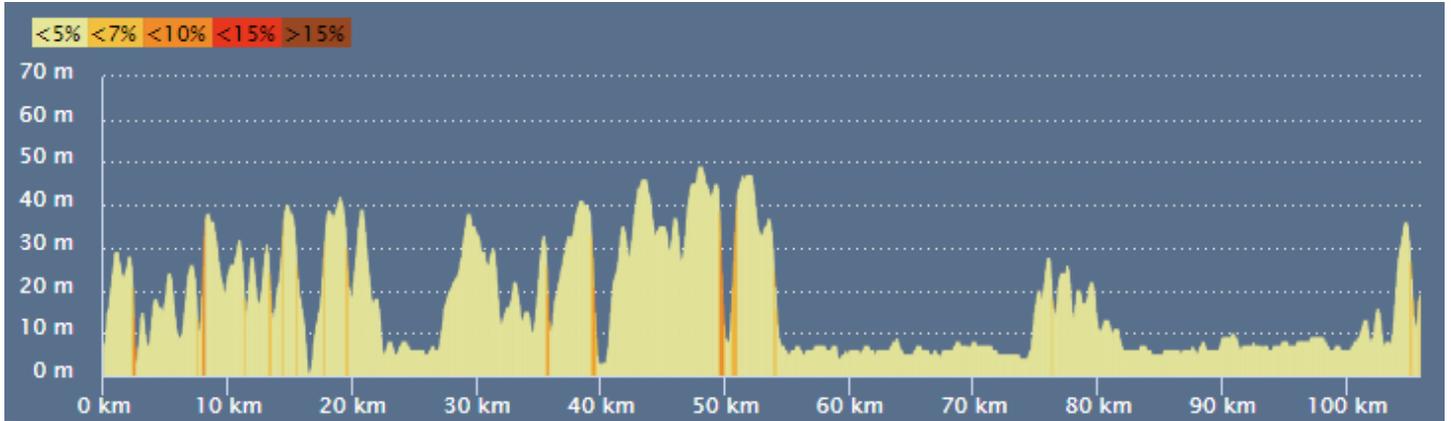
106

2473

627

17802

615



<https://drive.google.com/open?id=1kVlultEleCVFC9aNrSVT8FJFIJAFJcin&usp=sharing>

Parcours Étape 21 8407639	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Pontaubault – Rue du Maréchal Leclerc - ✕ Rue Maréchal Leclerc/D113 → D113- ← D43E2 – Pont sur la Sélune - ← Le Marais Gautier – Argennes – Le Val Saint Père ← Argennes - ← Argennes 2,55 - ✕ ▲ ↑ - ← Les Près du Pont (point P Matériaux de construction) - 🚦 ← La Basse Guette - ✕ ← 3,94 – Le Gué de l'Épine – Aéroclub des Grèves - ✕ ▲ D556 – Le Val Saint Père (✕ D556/D456 ← D456 9,78) – D456 Pont sur N175 – Avranches (✕ D456 ← D456 - 🚦 D456/D7 ← D7 Voie de la Liberté 12,34) - ↗ Rue Louis Millet - → Rue du Général de Gaulle (OT 2, rue du Général de Gaulle : 12,99) – ½ tour rue du Général de Gaulle - 🚦 ↗ 2^{ème} sortie D7 Voie de la Liberté - 🚦 ← D973 Moncreton – Passage sur la N175 - 🚦 ↑ D973 – Pont sur la Sée - 🚦 ← D911 Rue de la Côté - Marcey-les-Grèves (✕ D911/Chemin des Grèves ← Chemin des Grèves 16,67) – Vains (→ Le Poulet 17,66) - ✕ D591 ← D591 - ← Le Rivage 18,22 – La Rue Chevrel – La Vaquerie Le coin de la Carelle – Les Cosnets – Le Port de Gisort – Route du Routout – Écomusée de la Baie du Mont Saint Michel – D591E1 – Saint Léonard – La Grève – Le Grand Port - → Le Pré du Vernix 24,83 - ✕ D41 Le Pré du Vernix ← Voie du Bois des Meules- ← Chemin des Aubiers 26,74 – Rue aux Poivres – Rue des Granges Genêts (✕ D35E2 Rue Jérémie/D911 ← D911 27,59) - ✕ D911/Rue du Bec d'Andaine ← D35E1 Rue du Bec d'Andaine - ▲ ✕ Écurie du Bec D35E1- Après gîte Bec d'Andaine ✕ ▲ ↑ Le Bec d'Andaine - Dragey Ronthon (✕ D143 ↔ chemin Montois 32,21) – Saint Jean le Thomas (🚦 ← Route de Pignochet 34,09)- Plage de Pignochet - → Rue Saint Michel ← Boulevard Stanislas – Rue Gustave Belloir – D241 - → Allée Clémenceau - ✕ D911 avenue du Maréchal Leclerc ← 35,98 – Avenue de la Libération – Champeaux (D911 Route de la Chevalerie) – Carolles (✕ D911 /D61 ← D911 Rue de la Poste 40,4) - → D911 rue de la Poste - ← D911 Rue Division Leclerc - → D911 Route de la Plage- Jullouville (D911 Avenue de Vauban) – Avenue du Maréchal Leclerc - 🚦 ↑ Avenue du Maréchal Leclerc - Mairie 43,39 - 🚦 ↑ D911 Avenue de la Libération – D911 Avenue de Granville – Saint Pair sur Mer (D911 Rue de Tombelaine camping l'Albatros 45,84) - 🚦 ↑ Rue du Golf – Rue de la Grâce de Dieu – Rue Charles Mathurin - 🚦 D911/D21E2 Chapelle Saint André ↑ D21E2 Rue de Scissy 48,31 - ✕ D21 ← D21 rue de la Mairie - ↑ D911 - ✕ ← Place Général de Gaulle 48,70 - → Route de Granville - ✕ D911 ← D911 rue du Fourneau – Granville (🚦 ← D911 route de la Crête) - 🚦 ↑ D911 Rue Saint Gaud - 🚦 ↑ D911 Rue Saint Gaud – D975E5- Boulevard des Amiraux Granvillais - 🚦 ↑ D975E5 - 🚦 → D924 (rue Lecampion 52,36) - ✕ ↻ Rue du docteur Letourneur - → Rue Ernest Lafont- ← Rue Général Patton - ✕ → D971E5 Avenue de la Libération – Route de Coutances - 🚦 ↑ D971E5 Route de Coutances - 🚦 ↑ D971E5 Route de Coutances – Donville les Bains (🚦 ← Rue de la Vieille Église 56,18) – Rue Pasteur - ← Rue du Pasteur – Bréville sur Mer (→ La Bergerie – rue des Marais - ✕ D315E3 → D135E3 Rue Patrouillard 58,26 - 🚦 D135 - ← D135 – La Belle Croix – Coudeville sur Mer (✕ D135/D351- ← D351 60,41) - 🚦 → Avenue des Sapins 62,45 - Rue de Pontesrocs – Bréhal (✕ 592 - ↑ Avenue du Docteur de la Bellière 63,39) – Suivre ▲ rue des Moulières Golf de Bréhal - ↻ rue du Golf - ← Rue des Gabions – Le Marais – Camping de la Vanlée – Bricqueville sur Mer (route des dunes) - ✕ → route submersible - ← D442 Route des Salines 66,96 - ↑ D442E – D278 Rue du Moulin - ✕ D278/D298E1 ← D298E1 Rue des Salines - ✕ ↑ Rue des Salines – Lingreville</p>					

(✕Rue des Salines/Rue Jouvin ←Rue Jouvin **70,48**) - → Rue des Maraîchers - ✕→ Rue des Verrouis - ← Rue des Chouers - ✕Rue des Chouers /D220 Rue de Chausey ← D220rue de Chausey - → Rue du Passevin (**71,98**) – Rue des Matelots - → Rue des Peupliers - ← Rue des Matelots – Rue Meautis – **Hauteville sur Mer** (✕ Rue des Mautis/D356 rue de la Mer ←D356 **74,42**) - → Chemin des Souvilles - ✕ D76 - ←D76 - ↗ Quitter D76 vers camping les Jonquets – **Montmartin sur Mer** (→ Rue des Marais **76,36**) - ✕ Rue des Marais/D73 → D73 Rue du Marais – Pont sur canal du Passerin - ← D156 – **Regneville sur Mer** (✕ D156/D49 ←D49 Rue du Port **79,36**) – Camping le Ruet - ✕D49/D156←D156 route de la Miellette - ✕↖ D156 Rue de la Trancardière - ✕D156/D156E1 - ← D156E1 Rue bas de la Rue **81,78** - → - ✕→ - ✕Route de l'Épine - ← D249 Route du Prey – Suivre ⚠ D249 - ✕→ D249 ✕D249/D156 ←D156 Route d'Inceville **84,05** – Route d'Urville – **Montchaton** (✕D156/D49 ←D49 **86,66**) - ✕D49/D20 ←D20 – D20 Rue du Mesnil – Pont sur la Sienna – **Heugueville sur Sienna** (D650 Pont sur la Soulle) – rue du Pont de la Roque - ⚡↑ D650 – Rue du Grand Douit – **Tourville sur Sienna** (✕D650/D72 →D72 puis ½ tour après terre-plein sur D72 - ✕D72/D650 ↑D72 **92,07**) - ✕D72/D44 ← D44 Route du Pont - ⚡←D72 Rue du Pont –**Agon Coutainville** (D72 Rue de la rue d'Agon) - ⚠ prendre ← Rue du Sémaphore **94,45** - ↖ Rue Charrière de la Haule - → Rue du Grand Large – Rue Gaillard d'Avant – Rue de la Grosse Ronde – Rue de la basse Eau- Place du Général Leclerc - → D44Avenue du Passous - ← Rue des Amandiers – Rue Dramard - ✕Rue Dramard/Avenue de la Mer ↑ ⚡⚡ Rue Dramard - → D272E2 - ← Rue Siméon Luce – Rue Leverrier - → - ⚡←D651 Golf Club de Coutainville **98,42** – **Agon Coutainville** (Collège les Embruns **99,49**) – **Blaville sur Mer** (Camping la Melette) - ⚡↑ D651 **101,6** **Gouville sur Mer** (✕D651/D650 ←D650 **103,7**) - ⚡← D268 Rue de la Mer - → **104,6** – **Gouville sur Mer Camping 76 Rue du Beau Rivage 105,3**

105,3	2578,3	676	18478	689
-------	--------	-----	-------	-----



<https://drive.google.com/open?id=1tTpyFRjbu4wM0uA6FtBomK1eIPypeWB4&usp=sharing>

Parcours Étape 21bis 8407969	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Pontaubault – Rue du Maréchal Leclerc - ✕ Rue Maréchal Leclerc/D113 → D113- ← D43E2 – Pont sur la Sélune - ← Le Marais Gautier – Argennes – Le Val Saint Père ← Argennes - ← Argennes 2,55 - ✕ ▲ ↑ - ← Les Près du Pont (point P Matériaux de construction) - 🚦 ← La Basse Guette - ✕ ← 3,94 – Le Gué de l'Épine – Aéroclub des Grèves - ✕ ▲ D556 – Le Val Saint Père (✕ D556/D456 ← D456 9,78) – D456 Pont sur N175 – Avranches (✕ D456 ← D456 - 🚦 D456/D7 ← D7 Voie de la Liberté 12,34) - ↗ Rue Louis Millet - → Rue du Général de Gaulle (OT 2, rue du Général de Gaulle : 12,99) – ½ tour rue du Général de Gaulle - 🚦 ↗ 2^{ème} sortie D7 Voie de la Liberté - 🚦 ← D973 Moncreton – Passage sur la N175 - 🚦 ↑ D973 – Pont sur la Sée - 🚦 ← D911 Rue de la Côté - Marcey-les-Grèves (✕ D911/Chemin des Grèves ← Chemin des Grèves 16,67) – Vains (→ Le Poulet 17,66) - ✕ D591 ← D591 - ← Le Rivage 18,22 – La Rue Chevrel – La Vaquerie Le coin de la Carelle – Les Cosnets – Le Port de Gisort – Route du Routout – Écomusée de la Baie du Mont Saint Michel – D591E1 – Saint Léonard – La Grève – Le Grand Port - → Le Pré du Vernix 24,83 - ✕ D41 Le Pré du Vernix ← Voie du Bois des Meules- ← Chemin des Aubiers 26,74 – Rue aux Poivres – Rue des Granges Genêts (✕ D35E2 Rue Jérémie/D911 ← D911 27,59) - ✕ D911/Rue du Bec d'Andaine ← D35E1 Rue du Bec d'Andaine - ▲ ✕ Écurie du Bec D35E1- Après gîte Bec d'Andaine ✕ ▲ ↑ Le Bec d'Andaine - Dragey Ronthon (✕ D143 ↔ chemin Montois 32,21) – Saint Jean le Thomas (🚦 ← Route de Pignochet 34,09)- Plage de Pignochet - → Rue Saint Michel ← Boulevard Stanislas – Rue Gustave Belloir – D241 - → Allée Clémenceau - ✕ D911 avenue du Maréchal Leclerc ← 35,98 – Avenue de la Libération – Champeaux (D911 Route de la Chevalerie) – Carolles (✕ D911 /D61 ← D911 Rue de la Poste 40,4) - → D911 rue de la Poste - ← D911 Rue Division Leclerc - → D911 Route de la Plage- Jullouville (D911 Avenue de Vauban) – Avenue du Maréchal Leclerc - 🚦 ↑ Avenue du Maréchal Leclerc - Mairie 43,39 - 🚦 ↑ D911 Avenue de la Libération – D911 Avenue de Granville – Saint Pair sur Mer (D911 Rue de Tombelaine camping l'Albatros 45,84) - 🚦 ↑ Rue du Golf – Rue de la Grâce de Dieu – Rue Charles Mathurin - 🚦 D911/D21E2 Chapelle Saint André ↑ D21E2 Rue de Scissy 48,31 - ✕ D21 ← D21 rue de la Mairie - ↑ D911 - ✕ ← Place Général de Gaulle 48,70 - → Route de Granville - ✕ D911 ← D911 rue du Fourneau – Granville (🚦 ← D911 route de la Crête) - 🚦 ↑ D911 Rue Saint Gaud - 🚦 ↑ D911 Rue Saint Gaud – D975E5- Boulevard des Amiraux Granvillais - 🚦 ↑ D975E5 - 🚦 → D924 (rue Lecampion 52,36) - ✕ ↗ Rue du docteur Letourneur - → Rue Ernest Lafont- ← Rue Général Patton - ✕ → D971E5 Avenue de la Libération – Route de Coutances - 🚦 ↑ D971E5 Route de Coutances - 🚦 ↑ D971E5 Route de Coutances – Donville les Bains (🚦 ← Rue de la Vieille Église 56,18) – Rue Pasteur - ← Rue du Pasteur – Bréville sur Mer (→ La Bergerie – rue des Marais - ✕ D315E3 → D135E3 Rue Patrouillard 58,26 - 🚦 D135 - ← D135 – La Belle Croix – Coudeville sur Mer (✕ D135/D351- ← D351 60,41) - 🚦 → Avenue des Sapins 62,45 - Rue de Pontesrocs – Bréhal (✕ 592 - ↑ Avenue du Docteur de la Bellière 63,39) – → rue de la Passerelle (64,09) D345 – Pont sur le Havre de la Vanlée - ✕ D345/D135 ← D135 (66,01) - ✕ D135/D375 ← D375 - → D442 Route des Salines 67,94 - ↑ D442E – D278 Rue du Moulin - ✕ D278/D298E1 ← D298E1 Rue des Salines - ✕ ↑ Rue des Salines – Lingreville (✕ Rue des Salines/Rue Jouvin ← Rue Jouvin 71,45)</p>					

- → Rue des Maraîchers - ✕ → Rue des Verrouis - ← Rue des Chouers - ✕ Rue des Chouers /D220 Rue de Chausey ← D220 rue de Chausey - → Rue du Passevin (72,94) – Rue des Matelots - → Rue des Peupliers - ← Rue des Matelots – Rue Meautis – **Hauteville sur Mer** (✕ Rue des Mautis/D356 rue de la Mer ←D356 75,38) - → Chemin des Souvilles - ✕ D76 - ←D76 - ↗ Quitter D76 vers camping les Jonquets – **Montmartin sur Mer** (→ Rue des Marais 77,33) - ✕ Rue des Marais/D73 → D73 Rue du Marais – Pont sur canal du Passerin - ← D156 – **Regneville sur Mer** (✕ D156/D49 ←D49 Rue du Port 80,33) – Camping le Ruet - ✕D49/D156←D156 route de la Miellette - ✕↻ D156 Rue de la Trancardière - ✕D156/D156E1 - ← D156E1 Rue bas de la Rue 82,75 - → - ✕ → - ✕ Route de l'Épine - ← D249 Route du Prey – Suivre ⚠ D249 - ✕ → D249 ✕D249/D156 ←D156 Route d'Inceville 85,05 – Route d'Urville – **Montchaton** (✕D156/D49 ←D49 87,62) - ✕D49/D20 ←D20 – D20 Rue du Mesnil – Pont sur la Sienna – **Heugueville sur Sienna** (D650 Pont sur la Soulle) – rue du Pont de la Roque - ↗ ↗ D650 – Rue du Grand Douit – **Tourville sur Sienna** (✕D650/D72 →D72 puis ½ tour après terre-plein sur D72 92,99 - ✕D72/D650 ↗D72) - ✕D72/D44 ← D44 Route du Pont - ↗ ←D72 Rue du Pont – **Agon Coutainville** (D72 Rue de la rue d'Agon) - ⚠ prendre ← Rue du Sémaphore 95,42 - ↗ Rue Charrière de la Haule - → Rue du Grand Large – Rue Gaillard d'Avant – Rue de la Grosse Ronde – Rue de la basse Eau- Place du Général Leclerc - → D44 Avenue du Passous - ← Rue des Amandiers – Rue Dramard - ✕Rue Dramard/Avenue de la Mer ↗ ⚠ Rue Dramard - → D272E2 - ← Rue Siméon Luce – Rue Leverrier - → - ↗ ←D651 Golf Club de Coutainville 99,39 – **Agon Coutainville** (Collège les Embruns 100,5) – **Blaiville sur Mer** (Camping la Melette) - ↗ ↗ D651 102,6 **Gouville sur Mer** (✕D651/D650 ←D650 104,7) - ↗ ← D268 Rue de la Mer - → 105,6 – **Gouville sur Mer Camping 76 Rue du Beau Rivage 106,3**

106,3	2579,3	689	18491	702
-------	--------	-----	-------	-----



<https://drive.google.com/open?id=1jJMx-Ui576X9JmCiJbZNaauF98ZoAdVt&usp=sharing>

Parcours Étape 22 8410671	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Gouville sur Mer → - ← Piste sable (0,53) - ← Piste (1,35) - → Piste – Annemille sur Mer (× ← Route 2,27) – Camping le Grand Large - × D74 → D74 - × D74/D650 ← D650 (3,62) – Pirou (↕ ↑ D650 : 7,95) – Créances (↕ ↑ D650 : 11,69) – Passage sur l’Ay – Saint Germain sur Ay (← 14,71) - × D306E2 ← D306E2 15,81 - × D306E2/D72 ← D72 Rue de Mézières 16,57 - × D72/D306 ← D306 Rue de l’Église : 17,02 – × D306/D72 △ D306 - Rue du Corps de Garde - → Rue de la Gaverie Boulangerie Pâtisserie 18,65 - × Rue de la Gaverie/D650 ← D650 – Rue de Focherville - Surville (× D650/D526 ↑ D650 château : 24,94) – Saint Lô d’Ourville (× D650/D72E1 ↑ D650 30,23) – Passage sur l’Olonde ↕ ← D15 Rue du Père Albert 31,62 – Portbail – Pont – Port de plaisance - → Chemin de la Traverse (34,59) - ↑ Piste ← rue Joly → Avenue Pasteur - → Mielles de Rambut - → Mielles de la Cosnadière - △ △ ↑ - ↖ 37,86 - × D324 ↑ 38,81- Saint Georges de la Rivière (× D132 ↑) – Chemin de Coutances – Golf de la Côte des Isles – Avenue des Bosquets – Barneville Carteret (× Avenue des Bosquets/D130 → D130 Avenue de la Mer 42,20) Rue Hauvet - ↕ ← D903E Rue des Halles 43,7 – (DT 15 rue Guillaume le Conquérant) - ↕ ← D902 Avenue de la République - × place du Terminus ↗ D201 - × D201/D425 ↖ D201- Les Moitiers d’Allonne (× D201/D242 → D242 Rue du haut Hameau 49,16) - × D242/D201 ← D201 50,43 – Baubigny (× D201/La Vallée de Baubigny ← La Vallée de Baubigny 51,64 – La Rue Bazin- Les Mares aux Vannaux - → 52,64 - × La Hurette - ↑ - × D131 54,51 → D131 – Camping Bel Sito - ↖ D201 - × D201 ← La Roquette - △ suivre route- ← Piste Route de la Chauvinerie 56 - → Piste Rue des Vertes Fossés - × Rue de la Jacotterie ↑ Route des Vertes Fossés - × ↖ - × → - Surtainville ← Route des Mielles 57,53 - × Route du Hameau ↑ Route des Mielles 58 - × Route des Mielles/Route des Fieffes → 59,3 - × Route des Fieffes/D66 ↖ Route du Pou - ↑ D517 – Le Rozel (× D517/D62 ← D62 61,98) - ↗ Vierge de Sillery 62,15 – Route de la Mer - × Route de la Mer/D117 ← D117 63,33 – Château le Rozel – Les Pieux × D117 /D517 ↑ D517 64,2 – Restaurant le Vent de Mer - × D517 /D265E1 ← D517 - Flamanville Route du Havre Jouan – Le Vieux Chemin - → Rue de la Butte Es Jarres - × Rue de la Butte Es Jarre/D4 ← D4 68,71 - ↕ ← D4E2 - ↕ → D23 70,63 – rue du Grand Port - ↕ D23/ Rue du Guerfa ← D23 – Rue du Grand Port - △ ← D4 73,78 – Siouville Hague - ← 75 - → - × D4E1 ← Rue César Lenoir - △ D64E2 Route des Peupliers - ← D64 Tennis Club Siouville 77 - × D64/Boulevard Henri Cornart → D64 – Héauville (× D64/D405 ↖ D405 78,29) – La Roque - × D405/La Rivière ↖ - △ suivre D405 - × D405/D64 ← D64 Prieure de Heauville 80,86 – Vasteville (× D64 ← 82,60) - → 83,83 – Toutfresville (× D123 → D123) - × D123/D37 ← D37 85,53 - × D37/D37E1 ← D37E1 → - Moulin Gardin – Biville (× D37 ← D37 ↖ D318 87,25) – D318 rue Thomas Helye- → D318 89,29 – Vauville (× D318/D327 ← D237 90,59) - × ↖ D237 92,06 - △ → D237 Le Petit Thot - × Le Petit Thot/D318 ← D318 93,76 - × D318/D318E1 ↗ D318 - ↖ 95,01 – Beaumont Hague (× D403 ← D403 → 96,93) - × ← Menuiserie du Cotentin – D403 Le Hameau Linnet - △ suivre D403 – Herqueville (× D403/Rue du Vieux Pêcheur ← rue du Vieux Pêcheur 100,7) - × Rue du Vieux Pêcheur/D403E1 ← D403E1 Rue des Moulinets 101,3 - × ↗ 102,6 – Jobourd (× D901 ← D901 104,1) - ↕ ← D401E2 - × D401E2 → Chemin des Landes - × Chemin des Landes/D901 ← D901- → Hameau de l’Église – Mairie 105,3 -</p>	105,3	2684,6	1118	19609	995



<https://drive.google.com/open?id=16acNiiVzoZ6Is1Awk-JAcD4oMYFAyquT&usp=sharing>

Parcours Étape 23 8413932	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Jobourd – Église – D901 – Auderville - Port de Goury (5,29) – ½ tour - ← D45 – Omonville la Rogue (✕D45/D45E2 ←D45E2 15,06) – Rue du Hable - → Le Hable (15,27) - ✕ Le Hable/Chemin de l'Étimbert → Chemin de l'Étimbert - ✕ ← Chemin du Palis - ✕D45 ←D45 16,77 – Beaumont Hague (✕ D45/D45E1/D402 ←D402 18,81) - → - Éculleville(✕ ↑ D402 19,78) – Gréville Hague (✕D402 ← 21,22) - → Hameau aux Ducs 21,84 – Hameau de Gruchy (✕D237 ↑) - ✕D45 ←D45 (24,18) - △ ✕D45/Le Landemer - ← Le Landemer 25,12 – Urville Nacqueville (rue des Douanes) - ✕Rue des Douanes/D45←D45 - ✕D45/Rue du Clos de l'Église ←Rue du Clos de l'Église 27,21 - → Allée des Royers (27,59) – Rue Gambetta - ✕Rue Gambetta/D22 ←→ Rue de la Roche du Puits - ✕ Rue de la Roche du Puit/Avenue de la Plage ← Avenue de la Plage – Avenue Beauséjour – Route du Fort – D518 – Rue du Nez - ←D518/D45 ←D45 30,87 - Querquevielle Cherbourg (de Querqueville ← Boulevard de la Mer 33,77) de Capel ↑D901 Boulevard de la Saline - Rue de l'Abbaye – Marin pompier de Cherbourg rue de l'Abbaye - Place Napoléon (quitter piste cyclable et traverser rue face à l'hotel de ville de Cherbourg)- - quai Caligny - ✕ Quai Galigny/Pont tournant (ne pas prendre le pont tournant ↑DT 14 Quai Alexandre 3 39,48 - ← Avenue Jean François Millet (face La Boîte à Pizza et Rapid Flore avant ✕ D910 39,94) – Quai de l'Entrepôt – Quai Général Lawton Collins - de la Minerve →1^{ère} Boulevard Félix Amiot - →D900 Boulevard Félix Amiot - → Boulevard de la Marine 42,15 - → Rue Aristide Briant 43,15 - ← rue Jean Goubert - ← allée du Gymnase 43,52 - △ Boulevard des Flamands - ✕ Boulevard des Flamands/Boulevard de la Manche ← Boulevard de la Manche - des Flamands ↑ Boulevard de Collignon 44,58 - → Rue de la mer (Marée du Cotentin) – Chemin de la Mare – Rue des Algues – Tourlaville ✕ Rue des Algues/Rue des Dauphins → Rue des Dauphins (camping les cottages de Collignon 46,39) - ✕Rue des Dauphins/D116(Rue du Becquet) ← D116 – Rue Maxime Laubeuf- Route de Denneville – Digosville (✕D116/La Houguette de Bas ↖ La Houguette de Bas 48 – Breteville (✕Route du Fort/D611 ← D611 (route du Fort) - ✕ Route du fort/D116 (route touristique) ← D116 – D116 Anse du Brick - Maupertus sur Mer (Camping Castel Anse du Brick) - Le Pied Sablon – Fernanville (OT D116 Vallée des Moulins) - ✕ D116/D210 ↖D210 57,99 – Camping de la Plage - Cosqueville – Néville sur Mer - Gouberville (D116 Église notre Dame 66,97) – Route du Val de Saire – Gateville le Phare - Camping la Ferme du Bord de Mer - ✕ D116 ← 71,75 - ✕ ← Rue des Écoles - ✕Rue des Écoles/Chemin de la Masse - Barfleur → Rue du Puits - ← Rue Saint Nicolas - ← Cours du Bel - → Quai Henri Chardon – Rue Alfred Rossel - ✕ Rue Alfred Rossel/D1 △ D1 Rue Pierre Salley – Rue de Réville – Rue de la Côte des Vikings – Montfarville (✕D1/D355 ↑D1 75,68) - ✕D1/Route du Cap ↖ Route du Cap 75,87 – Rue de Maltot - ✕Rue de Maltot ↖ Rue de Maltot 76,66 Reville (✕ Rue de Maltot/D128 ↑Chemin de la Saline 77,15) - ✕ Chemin de la Saline/Route de la Mare→Route de la Mare (Les Courtillages) - ✕← D10 Route des Monts – D328 - ✕ D328/D1 ←D1 78,58 – Le Pont de Saire – Saint Vaast la Hougue – Quai Vauban - de Place Auguste Contanime ↖ Quai Tourville - △ ↑ Quai Tourville – Place du Général de Gaulle - ←→ Rue des Salines - ✕ Rue des Salines/D1E1 Rue Arisitde Briand ←D1E1- → Rue de la Marine - → Rue de la Gallouette – Camping de la Gaoulette – Chasse des Amours - ✕ Chasse des Amours/D1E1</p>					

<p>←D1E1 Rue d'Isamberville - ← Rue d'Isamberville - Rue des Morsalines - ⚠ Chemin du Cul du Loup - ← Rue des Dics à Flot - ✖ Rue des Dics à Flot/Rue des Parcs → Rue des Parcs - ⚡ ←D1 Rue Maréchal Foch 85,74 – Route de Quettehou - ⚡ ← D1 Route de Quettehou – Quettehou - Rue du Stade - ⚡ D1 Rue du Stade - ✖D1/D14 ←D14 (Pharmacie) 87,37 – D14 Rue Sainte Marie – Morsalines (✖D14/D216 ↑D14 Hameau du Pont 89,17) – La Bétinerie – Crasville (D14 H2S Formation) – Aumeville Lestre (D14 Église Saint Pierre Saint Paul) – Lestre (✖ D14/D421 95,66) ✖D421/D42 ↑D42 -Quinéville →D421 Route des Gougins – Maison du Tarais – Golf de la Presqu'île de Cotentin – Saint Marcouf (Camping Le Canada 81, boulevard des Gougins 100)</p>	100	2784,6	796	20405	964
--	------------	---------------	------------	--------------	------------



<https://drive.google.com/open?id=1qoZwOtN90-Ay8T8wSv7pkBHyZH2dLFuw&usp=sharing>

Parcours Étape 24 8418775	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Saint Marcouf – D421 – Ravenoville (✕D421/D269E2 ←D269E2 2,77)- Avenue de la Plage – Avenue des Pêcheurs-✕Avenue des Pêcheurs/D421 ←D421 4,43 – Rue des Alliés - Saint Martin de Varreville - ⚠ suivre D421 Monument du Débarquement de la 2^{ème} DB 8,39 – les viviers d’Utah Beach – camping d’Utah Beach - Sainte Marie du Mont (zone d’Utah Beach) – ↑ - ✕D329 Observatoire réserve Boquillot → D329 15,6 – Poupeville (✕D329/D115 ←D115 17,7) – Saint Côme d’Olme (✕Rue du Bel Esnault ← Passage sous pont 28,3) - ← 28,6 - ✕ ← 29,4 - ✕D974←D974 30 – Pont sur le Jourdan - 🚦 la Madeleine↑30,6 D974 – Carentan 🚦 ↑ D974 – Voie de la Liberté - 🚦 ↑ D974 - 🚦 ↑D974 - ✕D974/Rue des Communettes←Rue des Communettes 32,9 - ✕ Rue des Communettes/Rue Giesmard →Rue Giesmard - 🚦 ↑- ← avant pont Rue du Canal de Jonction - ✕Rue du Canal de JonctionD89E →D89E rue des Remblais – Écluse de Haut Dicq – Rue des Remblais – Saint Hilaire Petitville (Écluse du Haut Dicq 34,8) – Pont sur la Taute – Brévands(✕ D89E ↖ D89E 37,2) – Rue du Moulin – Rue du Phare - ✕D89E/D89 →D89 Rue des Écoles - ← Rue du Colombier - ✕ ↑ 40,5 - ✕→41,8 – Rue de Beuzeville – D444 -Les Veys (✕D444/D974 ←D974 45,8) – Pont sur la Vire – D613 – Isigny sur Mer – D613 - Pont sur l’Aure Inférieure 49,6 – Rue du Docteur Boutrois - Osmanville (🚦 ↑ D613) - 🚦 ← D514 52 – Cardonneret – Le Hameau Penot – D514 - Avenue Émile Damecour – Géfosse Fontenay – Grandcamp Maisy (🚦 ←D113 Carrefour Market 58,8) – Avenue Émile Damecour – Rue Aristide Briand - OT 26 Quai Crampon 59,3 - → D199 Rue du Docteur Boutrois - ✕Rue du Docteur Boutrois/D514 →D514 Rue de la Haute Voie – Avenue Colonel Courson – Route de Vierville – La Montagne – Cricqueville en Bessin (🚦 ← D574 63,6) – Pointe du Hoc 64,4 – 1/2 Tour - Hameau au Gay – Saint Pierre du Mont – Englesqueville la Percée –Louvières (Gruchy) Vierville sur Mer (✕D514/D517 ←D517 71,9) – D517 Boulevard de Cauvigny – Saint Laurent sur Mer (🚦 ←Rue Bernard Anquetil : Omaha Beach Monument des Braves 74,5) – Rue de la 2^{ème} division US : Indian Memorial 1er infantry Division - Omaha Beach Widerstandsnest 65, 104 Rue de la 2^{ème} Division Us 76 – ½ tour – rue de la 2^{ème} division US – Rue Bernard Anquetil🚦 ↑ D517 Avenue de la Libération - 🚦 ← D514 Route de Port en Bessin - Overlord Museum – Colleville sur Mer (🚦 ←Route du Cimetière Américain 81,2 – cimetière Américain - 1st Infantry Division Monument - Croix de Guerre 5th Engineer Special Brigade – ½ tour - 🚦 ↑ - Route du Cimetière Américain 🚦 ← D514 route d’Omaha Beach – Monuments aux Morts de Colleville – Camping le Robinson – Sainte Honorine des Pertes – Port en Bessin (✕ D514/route du Sémaphore← route du Sémaphore 90) - rue du Sémaphore – Rue du Phare - ✕→← rue Traversière - ✕→ rue Michel Lefournier- Route Nationale- ✕Route Nationale/Rue du 11 Novembre ← route Nationale -✕ Route Nationale/D6→D6 Route de Bayeux 92,7 - ✕D6/D514 ←D514 – Rue du Croiseur Montcalm- 🚦 ↑ D514 Avenue du 47^{ème} Royal Marine – Le Vary – Longues sur Mer – Tracy sur mer(✕D514/Chemin de la Jacotte ←Chemin de la Jacotte 🚦 sauf autorisation 102,1) - ✕ Chemin de la Jacotte/D514 ↑D514 Arromanches les Bains (camping municipal – 45 avenue de Verdun 103)</p>	103	2887,6	499	20904	495



https://drive.google.com/open?id=1kEt2m45V37FdQDspbk4w6j_gFOKLdG1&usp=sharing

Parcours Étape 25 8429332	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Arromanches les Bains – D514B -  ↑D514B -  D514B/D514</p> <p>↑Rue Charles Laurent -  Rue Charles Laurent/Rue du Calvaire</p> <p>↗ Rue du Calvaire - Memorial Royal Engineers – Sortie parking</p> <p>←D514 – Saint Côme de Fresné – Asnelles – D514 – Ver sur Mer</p> <p>–D514 – Camping Muniucipal Canadia Scottish - Graye-sur-Mer</p> <p>( D514/Avenue du Général de Gaulle ← Avenue du Général de Gaulle 11,8 – Courseulles sur Mer (Voie des Français Libres) –  Voie des Français Libres /Rue de la Marine de Dunkerque↑Rue des Lrançais Libres- → Quai des Frères Labrèques (passerelle sur la Seulle ) -  Quai des frères Labrèques/D514←D517Pont sur la Seulle  Quai Est – Quai des Alliés -  Avenue de la Combattante  Avenue de la Combattante/Avenue de la Libération → Avenue de la Libération  Avenue de la Libération/D514 ←D514 14,7 – D514 Route de Bernières – Bernières sur Mer ( D514/D7 ↑D514) – Rue de Verdun -  (sens unique ← D514 17,9) – D514 Avenue du Littoral -  ↑D514 – Saint Aubin sur Mer ( D514/Rue Canet → Rue Canet)  Rue Canet/Rue du Maréchal Foch ← Rue du Maréchal Foch -  ← Avenue Jean Mermoz -  Avenue Jean Mermoz/Rue Pasteur →D514 Rue Pasteur – Rue de Saint Aubin – D514 Rue du Général Leclerc – Rue de Luc - Langrune sur Mer ( Rue du Luc/Rue du Moulin ↑ D514 Rue Guynemer 22,2) – Lucas sur Mer D514 Rue du Docteur Charcot -  ↑ D514- Route de Lion – Lion sur Mer ( ↑ D514) – Boulevard Anatole France – Camping Normandie sur Mer Oasis – D514 Rue Paul Doumer – Avenue Henri Gravier – Hermanville sur Mer ( D514/Rue de la Rosière ← Rue de la Rosière 26,9 – Rue André Fichot - → Piste cyclable Promenade Henri Spriet – Bureau d’informations touristique – Boulevard de la Mer – Avenue Félix Faure – Boulevard de la Mer</p> <p>Colleville-Montgomery – Ouistreham – (Poste de secours Ouistreham , quitter la piste, traverser Rue Arisitde Briand rejoindre rue Lamartine -  Rue Lamartine/Boulevard Maréchal Joffre ← boulevard Maréchal Joffre 30,3 – Boulevard Maréchal Joffre – Boulevard Commandant Kieffer -  ↑ Boulevard Commandant Kieffer – Place Alfred Thomas -  ↑ Avenue du 6 Juin -  Avenue du 6 Juin/ Rue des Dunes → Rue des Dunes – D84 – D84 Place du Général de Gaulle -  ↑ Hôtel Restaurant le Phare (passer sur le parking devant 32,7) – Piste cyclable Quai Charcot – Usine de traitement des eaux -  ↑ Piste cyclable Chemin de halage (ne pas prendre la D84) – Camping Riva Bella Seasonova – Bénouville (Camping Capfun) -  D514/Chemin de halage → D514 37,3 -  ← ← Mairie 1 Avenue du 5 Juin 1944 37,8 – Rue du Grand Clos → D514 Avenue du Commandant Kieffer- Passage sur Pegassus Bridge -  ↑D514 – Passage pont  aussitôt après pont chemin de halage – Chemin de halage – Route maritime – Sallenelles (route maritime/D514 ←D514 43,5)</p> <p>Merville Franceville ( ↑ D514 Route de Cabourg) - Avenue du Président Coty – Varaville – Cabourg ( D514/Avenue des Devises ← Avenue des Devises 50,6) – Avenue des Devises - → Promenade Marcel Proust- → Avenue Morand Morimbau 53,8 – Avenue Morand Morimbau - Passage sur Pont sur la Dives - ↗</p> <p>Dives sur Mer - Avenue du Commandant Charcot - ← après voie ferrée rue des frères Brisson - ↑ D513A-  D513A/Rue du Port</p>					

← D513A Rue du Port **55,1** – D513 Rue des Bains – **Houlgate** - ✘
 D513 Rue des Bains – passage sur Voie ferrée - ✘D513/D24
 →D34 Avenue du Sporting **57,2** - ☒ ←D163 Rue Jean Vasnier –
 Rue de la Corniche - ✘ route de la Corniche/ Chemin des
 Sycomores ☒ D163 route de la Corniche – **Auberville** (Camping
 les Amonites) - ☒ D163/D513 ← D513 **61,7** - ☒ ↑D513 route
 de Lisieux – Route de Dives – rue du général de Gaulle – **Villers
 sur Mer** (✘Rue du général de Gaulle/Rue de la Comtesse de
 Béarn Église Saint Martin ↑D513) - rue Général Leclerc – Place
 Mermoz – **32 Avenue de la République Méridien de Greenwich**
 - ☒ ↑ D513 Avenue de la République - ☒ ↑ D513 avenue de la
 République – avenue Michel d’Ornano – **Blonville sur Mer** ☒
 Place Gaston Lejumel ↑ Avenue Michel d’Ornano **67,7** - D513
 Avenue du Littoral – **Bénerville sur Mer** – Route de Villers –
Deauville ☒ ↑D513 Avenue de la république **72,1** - ☒ ↑ - ☒ ↑
 Passage Pont - ☒ ☒ ← D535 rue Fernand Moureaux – **Trouvilles
 sur Mer** (✘D535 Fernand Moureaux/Rue Victor Hugo →Rue
 Victor Hugo **73,2**)- rue Victor Hugo - rue de la Chapelle – rue
 Pasteur – Place Thénard – Rue du Général Leclerc – Rue de la
 Corniche A Hambourg - ✘ Corniche A Hambourg/D513 – D513
 route de Honfleur **74,6** – **Villerville** – D513 – **Criqueboeub** – D513
Bonnebosq Église saint Martin **80,1** – **Pennedepie** –Église D513 –
Honfleur - ✘D513/D513A☒D513 **86**- vieux Phare de Honfleur
 D513 – Boulevard Charles V – Quai de la Quarantaine – Quai de
 la Tour - ✘ Quai de la Tour/D580 Jet d’eau ←D580 **OT Quai
 Lepaulmier** - ☒ →D580 - ☒ ↑ Cours Jean de Vienne - ☒ ↑
 D580 – **La Rivière Saint Saviour** (☒ ← Avenue Marcel Liabastre
90,2 Station COVID) – Avenue Marcel Liabastre - ✘→ **91,2** –
 Passage sous Pont de Normandie – Piste cyclable sur Pont de
 Normandie – **Sandouville** (péage Pont de Normandie **95,9**)-
 Après péage → - ☒ ← Rue l’Estuaire Passage sous pont de
 l’Autoroute - ☒ ↑ -**Gonfreville l’Orcher** ☒ ↑Route de l’Estuaire
 ☒ → Avenue Amiral du Chillou – **Le Havre** (Passage sur Pont
104,8) - ←✘ Avenue du Maréchal Chillou - ✘→ Avenue du
 Maréchal Chillou – Passage sous tunnel – Avenue du Maréchal
 Chillou - ☒ ↑ Rue des Chantiers - ✘↑ Rue des Chantiers Passage
 sur Voie Ferrée – Pont sur le canal de Tancarville – Rue des
 Chantiers - ⚠ Suivre rue des Chantiers - ✘↑ Rue Auguste
 Blanqui – pont sur la D6015 - ☒ ↑ - ☒ ← Rue Auguste Blanqui -
 ✘☒ Rue Auguste Blanqui/D982 Rue de Verdun **108,3** - Rue
 Aristide Briand - ✘← Rue Aristide Briand/Cours de la République
 ← Cours de la République passer sur voies Tran - ✘ Cours de la
 République/Boulevard de Strasbourg → Boulevard de
 Strasbourg – Esplanade de l’hôtel de Ville – ✘**Avenue Foch**/Rue
 Louis Philippe

113,6

3001,2

689

21593

699



<https://drive.google.com/open?id=1IDCogzRXQjnWZNbelVi6eMnz20uyWm3&usp=sharing>

Parcours Étape 26 8436059	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Le Havre - ✘ Avenue Foch/Boulevard François1er- → Boulevard François 1^{er} (0,140)- Après ▲ ➡ Rue Guillemard (0,500) – Rue Gustave Langlois - ↖ Rue Clément Marical – D147 - ➡ ↖ D147 Rue Irène Joliot Curie – Pont sur la D52 4,24 – D147 Rue Irène Joliot Curie - ➡ ↑ - Octeville sur Mer ➡ ↑ D147- Route de la Chênaie - ➡ ↑ D940 - ➡ ↑ D940 - ✘ D940/Chemin du Fond du Val ← Chemin du Fond du Val 9 - ➡ ↖ Rue d'Ecqueville – Cauville sur Mer ✘ Rue d'Ecqueville/Chemin de la Station ← Chemin de la Station 11,8 – Chemin de la Station - Rue du Tronquay - ✘ ← 12,4 – Rue des Compagnons – Rue du général de Gaulle - ➡ ➡ Rue Saint Nicolas – Avant ➡ ← 13,4 - ➡ ↖ Impasse de la Chênaie - ➡ Piste 13,75 – Rue de la Briquemare – Heuqueville (Parking rue de Carrau 16,45) – ➡ Rue du Manoir - ➡ ↖ Rue de Saint Gilles – Rue des Lilas – Saint Jouin Bruneval (✘ Rue des Lilas/D111 ← D111 19,15) - ➡ Place du Major Général John Frost ↑ Rue du Général de Gaulle - Rue Lord Louis Mountbatten - ✘ ➡ Avenue du Colonel Rémy D111 22,95 - La Poterie Cap d'Antifer (✘ D111 Avenue Chauveau/Route de Gonnevill ← D111)- ➡ Église ↑ Route de la Plaine - ▲ Route de la Côté - ✘ Route de la Côté/Rue des Châtaigniers ➡ Rue des Châtaigniers 22,95 – Rue des Châtaigniers – rue de la Sauvagère – Le Tilleul(✘ Rue de la Sauvagère/Rue du Moulin ← Rue du Moulin 28,15)- ✘ Rue du Moulin/D940 ← D940- Étretat (Parking golf d'Étretat 30,75)- Avenue Georges V – Office du tourisme sur la gauche Place Maurice Guillard (31,3) – Avenue de Verdun - ✘ Avenue de Verdun/Rue Charles Mottet ➡ D11 Rue Charles Mottet (31,5) – Avenue Nungesser et Coli – Route de Bénouville – Bénouville (Rue de l'Aiguille de Belval) – Salle Polyvalente (35,4) - ✘ D11/D72 ➡ D11 Route de la petite campagne – Rue de la Haye d'Etigue – Vattetot sur Mer (✘ D11/D211 ← D211 37,7) – D11 Route d'Yport – Église Vattetot sur Mer – Saint Léonard – Rue André Touain – Yport D211 Rue André Toutain – Rue Ernest Lethuillier - Église de Yport 42,8 - ✘ ➡ D104 Rue Charles de Gaulle - ✘ D104/D211 ↖ D211 Route de Criquebeuf – Riute d'Yport – Criquebeuf en Caux – D211 Rue du bout de la Ville - ✘ D221/D940 ← D940 route d'Étretat 46,7 – Saint Léonard (✘ D940/Rue du Trou d'Enfer ➡ Rue du Trou d'Enfer)- ✘ Rue du Trou d'Enfer/Route de Grainval ← Route de Grainval - ✘ Route de Grainval/Chemin des Falaises ↗ Chemin des Falaises – Fécamp (✘ chemin des Falaises/Rue d'Yport ➡ Rue d'Yport 49,6) - ✘ Rue d'Yport/Rue Georges Cuvier ➡ Rue Cuvier - ✘ Rue Cuvier/D940 ← D940 Rue du Président René Coty – Quai Berigny - ➡ ← D925 Chaussée Gayant – Passer pont – Suivre D925 Roue de Cany - ✘ D925/D79 ← D79 Route du Phare 51,4 – Chapelle Notre Dame du Salut – Rue des Longues Rayés – Senneville sur Fécamp (✘ Rue des Longues Rayés/Rue du Mesnil ← ? Terrain de Foot 56,8) – Piste – Életot (Rue de la Valleuse) - ✘ Rue de la Valleuse/D79 ↑ D79 (59,2) – Place du Marquis – Rue Saint Pierre – D79 – Saint Pierre en Port (✘ D79/rue de la Hêtraie ← Rue de la Hêtraie 62,7) - ✘ Rue de la Hêtraie/rue du Château ↗ Rue du Château - ✘ rue du Château/Chemin du Raidillon ▲ ➡ Chemin du Raidillon - ✘ Chemin du Raidillon/ Rue de la Plage ↖ route ? – rue des Falaises - ✘ Rue des Falaise/D79 ↖ D79 – Côtes des Grandes Dalles – Sassetot le Mauconduit (✘ D79/D479 ▲ ← D479 66,3) - ✘ ➡ Vieille côte - ✘ Vieille côte/D79 ↑ D79 – Rue des Grandes Dalles - ✘ Rue des Grandes Dalles/Route des Vingt Quatre Marchés ➡ Route des Vingt Quatre Marchés - ✘ Route des Vingt-quatre Marchés/D5 ← D5</p>					

Côte des petites dalles – Côte de Sassetot - ✖D5/D5A ↑D5 **69,1**
D5 Rue Joseph Heuzé - **Saint-Martin aux Buneaux** (✖D5 Rue Joseph Heuzé/D471 ⚠ → D471 Rue de la Mer – rue des Prés - ✖Rue des Prés/ D68 rue des Petites Dalles – D68 - ✖D68/D79 ←D79 Église – D79 route du Val – D79 Route de Fécamp - **Veulettes sur Mer** (🚦 D79/Rue de Greenock ← D79 Casino **77,1**) – D79 Digue Jean Corruble – D10 - ✖D10/D79 ←D79 Route de Saint Valéry –**Paluel** (D79 Église Saint Pierre **79,7**) - Centre Nucléaire de Paluel –**Saint Valéry en Caux** (✖ D79 ← D79 **84,7**) - ✖D79/Rue du Noroît → **Piste** – Rue des Cormorans – Rue Pierre Leseigneur - ✖ Rue Pierre Leseigneur/D925B ←D925B **86,9** – D925B rue du Havre ✖ D925B rue du Havre – Quai du Havre – Passage Pont – **Office du tourisme Quai d'Amont** - 🚦 ↑ D925B Route de Dieppe – **Manneville és Plains** (🚦 ←D925 **89,7**) **Veules les Roses** (✖Sentier à Douane/ 🚫 Rue du Four ⚠ Sentier à Douane - ✖ Sentier à Douane/Sentier aux Anes → Sentier aux Anes - ✖Sentier aux Anes/Rue Zacharie Pelletier ← Rue Zacharie Pelletier - 🚫 Rue de la Mer - ↑D68B - ✖D68B/Route de la Corniche → Route de la Corniche - ✖Route de la Corniche/D68 avenue Jean Moulin ← D68 avenue Jean Moulin **95,6** – Route de Veules – **Sotteville sur Mer** – D68 route de Saint Aubin - ✖D68/Epineville ←Epineville **99,2** – Epineville – Route de Saussemare - ✖Route de Saussemare/D237 ← D237 Rue de la Mer – **Saint Aubin sur Mer (camping du Grand Sable 103,3)**

103,3	3104,5	1090	22683	1092
-------	--------	------	-------	------

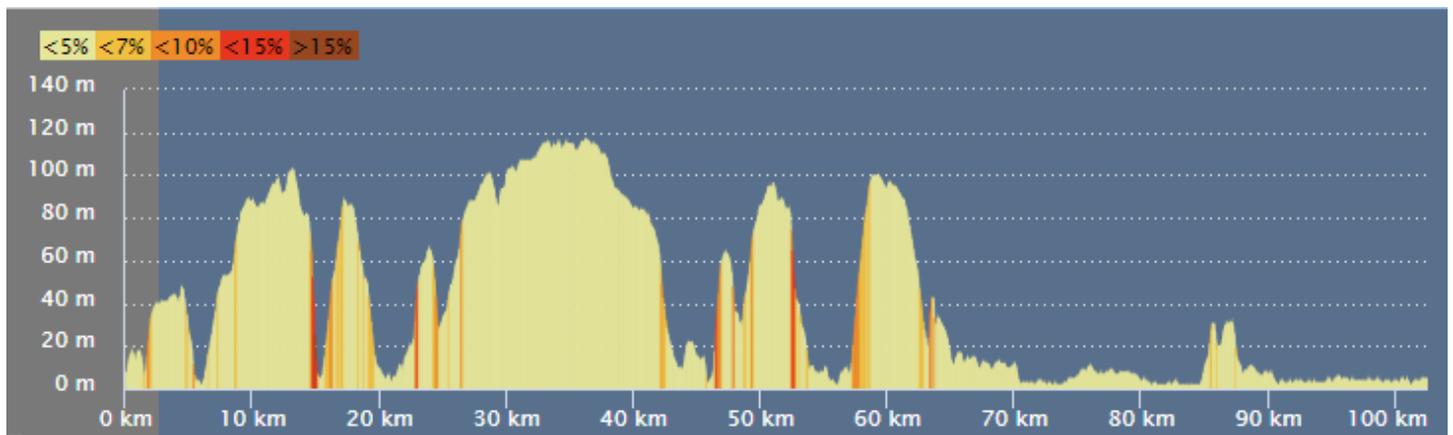


https://drive.google.com/open?id=118_J-A74vpLh96-323gDuk8pLDmTAWdY&usp=sharing

Parcours Étape 27 8439840	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Saint Aubin sur Mer – D237 - ✖↑ D237 - ↑ D75 Tennis – Quiberville (mairie 4,2) – D75 rue de la Mer – D75 Rue du front de Mer - Fond de Saône – Sainte Marguerite sur Mer (△ ✖D75/D323 ↑D75 8,1) – D75 Route de Dieppe - Varengeville sur Mer (mairie 11,5) – Hautot sur Mer (✖D75/D55 ↖D75) – D75 rue des Verts Bois - ✖rue des Bois Verts/Cavée Stal ← Cavée Stal Varengeville sur Mer - Cavée des Pâtis Doux - ✖Cavée des Pâtis Doux/D75 → ←D75 (15,1) – D75 rue du 19 Août 1942 – D75 route des Falaises – Dieppe (Golf de Dieppe Pourville (17,6) – Stade de rugby - → ↑ D75 route de Pourville – rue du Faubourg de la Barre ✖ Rue du Faubourg de la Barre/D75B→D75B - ✖D75B/D925 ↑ Rue Desmarest 19,9 - ✖ Rue Desmarests /Boulevard Maréchal Joffre → Rue Maréchal Joffre - ✖ Rue Maréchal Joffre/Boulevard Georges Clémenceau △ Boulevard Georges Clémenceau - △ Boulevard Berigny – Quai Duquesne – D925 - → D925 Quai du Carénage – Pont tournant - ← Quai de la Somme 21,5 – Quai de la Somme – Quai de la Marne – Quai de l’Avenir - → D485 22,6 – D485 Rodeau des Graves de la Mer Pont sous D113 - → ← Rue des Martyrs de la Résistance - ✖ rue des Martyrs de la Résistance/D113 →D113 Avenue Alexandre Dumas 24,7 – D113 Rue Alexandre Dumas – Rue de Limes – Côte de Puys – Bracquemont (✖D113/D100 ↑D113 rue du Château Église 26,5) – Route de Belleville – Rue du Littoral - Belleville sur Mer – Berneval le Grand (✖D113/D54 ← 30,5) - → ↑ D113 Rue Jean Moulin - Saint-Martin en Campagne (✖ D113/Rue de la Mer → Rue de la Mer 33) - ✖D113/D313 ← D313 – D313 Rue du Val aux Comtes - → ↗ D313 Rue du Val des Comtes – Poste de Transformation Électrique – D313 Rue de Navarre – Penly – Rue des Hares - → ↑D313 36,2 – Route de Penly - Biville sur Mer (✖ △ D113/route de Neuville ← Route de Neuville 37,5) - ✖ △ ferme de Neuville ↑ Route de Neuville – Tocqueville sur Eu (✖Place saint Sauveur ← Place Saint Sauveur 40,6) - ✖ → en face église - ← Rue du Four à Chaux – Route de Tocqueville – Rue Sainte Geneviève – Criel sur Mer (✖ Rue Sainte Geneviève/D925A ↑D925A 43) – D925A Route de Dieppe - ✖ D925A/D222 ← D925A – Rue de la Libération - ✖ D925A/D222 ←D222 Rue de la Plage – Camping le Mont Joli Bois → de Verdun ↑Rue du Tréport Criel Plage 46,4 - ✖ Rue du Tréport Ciel Plage/D126 ← D126 Rue de la Mer Mesnil Val - ✖D123/D126E↗D126E – Le Tréport - ✖ D126E/D940 ←D940 Route de Dieppe 52,6 – D940 - ✖D940/D78 ↖ D940 – Cimetière Rue du Docteur Pépin – ↗ Avenue Paul Paray - → ↗ D1915 Route du Tréport – Eu - → ←D925F - → ← D925 Avenue des Villes Sœurs – pont sur chemin de halage – Mers les Bains (→ D1015 station service Auchan 56,5) - → ↑ D1015 – Eu (✖D1015/D940←D940 57,5) – D940 Route de Saint Valéry – pont sur D925 – Aire des gens du voyage – Saint Quentin la Motte Croix au Bailly – Ault (✖D940/Route d’Eu ←Route d’Eu 61,8) - ✖ Route d’Eu/D19←D19 – Grande Rue – Route de Saint Valéry - ✖Route de Saint Valéry/Rue du Moulin→Rue du Moulin ✖ Rue du Moulin/Rue Charles Bréhamet ← Rue Charles Bréhamet - ✖ Rue Charles Bréhamet/Rue de la Pêche ← Rue de la Pêche - ✖ Rue de la Pêche/Rue de Saint Valéry → Rue Saint Valéry – D463 Rue Saint Valéry – Woignarue – Rue d’Onival - → D463/D940←D940 67,6 – D940 Route d’Eu - Brutelles (✖D940/D102←D102 70,5) – D102 À la Chaussée Bergère – Route des canadiens – Cayeux sur Mer (camping de la Vieille Église) – rue des Mathurins – rue du Maréchal Foch – Mairie de</p>					

Cayeux (75,7) - ✖ ↑ D102 - ✖ Place Courbet/Rue Antoine Sauvage → Rue Antoine Sauvage - ✖ Rue Antoine Sauvage/Place Victor Hugo ← Place Victor Hugo (76,35) - ✖ Place Victor Hugo/rue du Général Leclerc → D102 Rue du Général Leclerc - D102 Avenue du Commandant Yves Masset - 🗺️ → 79,15 - Rue Faidherbe de la Mollière - rue Carnot de la Mollière - 🗺️ ← D3 (80,55) - 🗺️ ↑ D3 - Saint Valéry sur Somme (🗺️ ← D3 85,65) - Camping le Walric - Place de la Croix Abbé Caserne des Pompiers - Rue Jean Acloque - 🗺️ ↗ D3 rue du Docteur Léger 88,15 - rue du Docteur Léger - Rue Jules Brûle - ⚠️ D3 quai du Romerel - Rue de la Ferté - ✖ Rue de la ferté/rue Guillaume le Conquérant ← rue guillaume le Conquérant OT 2 Place Guillaume le Conquérant 89,35 - 1/2 tour ← Quai Perrée - d48 Quai Lejoille - rue du Chantier - Voie ferrée ✖ D48 rue du Chantier/Avenue Romain Michel ← Avenue Romain Michel - D3 - 🗺️ ← D940 - Boismont (Pont sur la Somme 91,55) - Noyelles sur Mer (🗺️ ↑ D940 96,65) Le Crotoy (🗺️ ← D104 103,95) - D104 Route de Rue - ✖ Rue Desgardins/Rue Florentin Lefils ↗ Rue Desgardins - ✖ → Le Crotoy Camping Le Pré Fleuri 30 Rue Desgardins 105,00

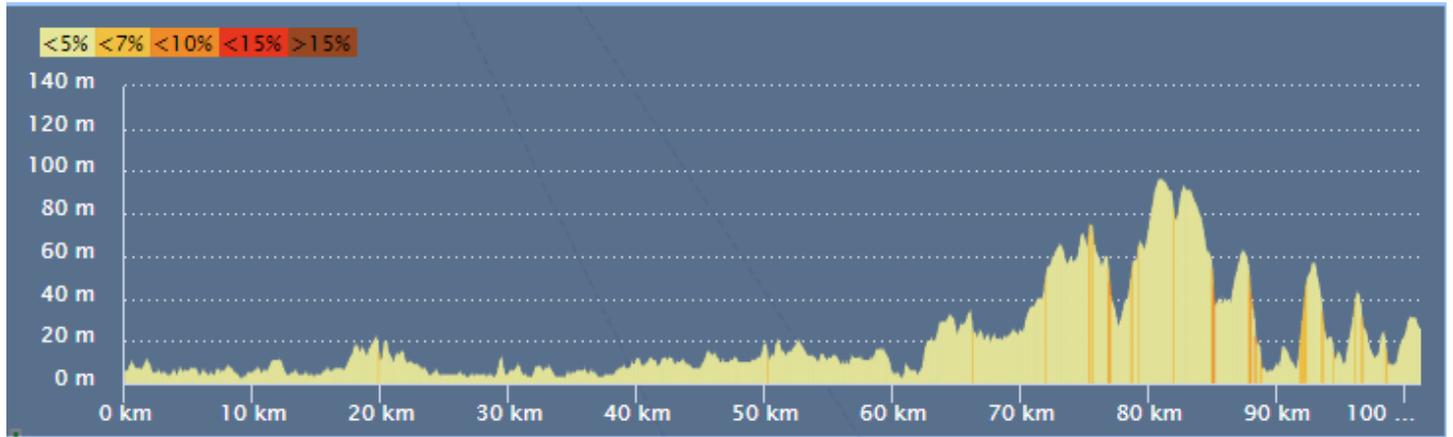
105	3209,5	868	23551	871
-----	--------	-----	-------	-----



<https://drive.google.com/open?id=11V24TS1dwqIUc2N58diUxPCm8lmuqMIh&usp=sharing>

Parcours Étape 28 8442129	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Le Crotoy – Rue du général Leclerc - ✕ → rue de la Porte de Pont – D104 Rue Carnot – Rue de la Bassée - 🚦 ↑ D4 2,1 – D4 Rue des Mouettes – Camping les Marguerites - ✕ ⚠ D4 ↑ Rue de la Dune 5,1 - ✕ ↻ D204 Auberge de la Dune – Route de Forest Montiers – Saint Quentin en Tourmont (✕ ⚠ suivre D204 Route de Forest Montiers) - ✕ Route de Forest Montiers/Rue des Écoles camping l’Espace vert ← Rue des Écoles 8,7 – Rue des Écoles – rue du Calvaire - ✕ Rue des Écoles/Rue du Moulin ← Rue du Moulin - ✕ ⚠ Rue du bout d’Amont - ✕ Rue du Bout d’Aumont/rue de Monchaux ↻ rue de Monchaux – ferme de la Margueritelle – Quent (⚠ ← route de Froise 13,8) - ✕ route de Froise/D32D ← D32D – D32D avenue de la Plage – avenue des Pins - ✕ Avenue des Pins D332 Chapelle Notre Dame des Pins → D332 18,8 - 🚦 ↻ D332 – Fort Mahon Plage(🚦 ↑ D332)- 🚦 ↑ D332 - 🚦 D332/Avenue de la plage → Avenue de la Plage 21,9 – D532 Avenue de la Plage – Route de Berck - 🚦 ↑ D532 - ✕ 🚦 → D532 Route de Berck - 🚦 ↑ D532- ✕ D532/D940 ← D940 27,8 – D940 – Pont sur l’Authie – Rue du Maréchal Leclerc – Waben (✕ D940/D143 après mairie ← D940 32,4) – D940 – Groffliers (Église) - Berck (🚦 route d’Abeville ↑ D940 37,8) - 🚦 D940/D317 ↑ D940 – Rue de Saint Josse - 🚦 ↑ D940 – Rue de Saint Josse – Route de Merlimont – Route de Bagatelle – Rang du Fliers (🚦 ↑ D940 Parking parc de Bagatelle 41,1) – Rue Auguste Biblocq – Merlimont (Camping de l’Épy) - 🚦 D940/ D144E3 ← D144E3 44,2) – D144E3 rue Camille Delacroix – Avenue de la Plage - ✕ D144E3/Rue du Touquet → Rue du Touquet 46,3 – Rue du Touquet – Route de Berck - 🚦 ↑ route de Berck – Cucq (🚦 → D144 Boulevard Edmond Labrasse 48,8) - 🚦 ↻ Avenue François Gaudin – Le Touquet Paris Plage (🚦 ↻ Avenue François Godin 52,3) - 🚦 ↑ Avenue Françoise Gaudin - 🚦 ↑ Boulevard Daloz – Hôtel de ville - 🚦 3^{ème} sortie Avenue de Picardie 55,4 - 🚦 ↑ Allée des Rossignols - 🚦 ↑ Allée de Picardie - 🚦 ↑ Allée de Picardie - ✕ Allée de Picardie/Avenue du Golf → Avenue du Golf 57,1 – Avenue du Golf - 🚦 ↑ Avenue du Golf - ✕ Avenue du Golf/Avenue Vincent ← Avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny - 🚦 ← D939 Avenue du Général de Gaulle - 🚦 ↑ D939 Avenue de l’Europe - 🚦 ↑ D939 – Étaples (pont sur la Canche) - 🚦 du pont Rose ← D940 60,6 – D940 Boulevard de l’Impératrice Boulevard Bigot Descelers - 🚦 ↑ Parc du Clos Saint Victor – D940 Boulevard Bigot Descelers - 🚦 ↑ D940 – passage sous voie ferrée - 🚦 ↑ D940 – Cimetière Militaire d’Étaples 63,4 – Camiers (D940 Pont sur voie ferrée) - 🚦 ↑ D940 68,2 – Dannes (🚦 ↑ D940) – Neufchâtel Hardelot (🚦 ↑ D940 73,1) - ✕ D940/D119 ↻ D119 – D119 Rue le Roy Mabilie – Rue du Chemin Condette (🚦 ↑ D119 77,1)- D119 – Rue Nouvelle – Stade - ⚠ suivre D119 - 🚦 ↑ D119 – Rue d’Ecault – Route de Condette – Saint Étienne au Mont (✕ D119/D235 ↻ D119 80,8) – D119 Route d’Équiheh – Équiheh Plage (🚦 → D119) – D119 Chemin de Gravois – Outreau (🚦 ↑ D119 Boulevard Raymond Spingard 85) – Boulevard Raymond Spingard - 🚦 ↻ D236E2 Boulevard de la Liberté – D236E2 – D236 – Boulogne sur Mer (⚠ Suivre D236 Boulevard Jean Jaures- 🚦 ← 88,5) – Viaduc Jean Jaures passage sur N1 (voie centrale) - 🚦 ↑ Rue de Solférino - 🚦 ↑ - Pont de l’Entente Cordiale sur la Liane - ✕ Pont de l’Entente Cordiale /D940 ← D940 Boulevard François Mitterrand – Boulevard Gambetta- 🚦 ↑ Boulevard Gambetta - 🚦 ↑ Boulevard Sainte Beuve - 🚦 ↑ D940 Boulevard Sainte Beuve 🚦 ↑ Boulevard Sainte Beuve – Stade - 🚦 ↑ D940 Fort de la Crèche 92,6 –</p>					

Winereux - D940 – D940 Rue Carnot – Mairie - Pont sur le Winereux 95,3 – D940 Avenue François Mitterrand - D940 – Pointe aux Oies – Ambleteuse (Pont sur la Slack 99,6) - Rue de Lille (Mairie– Pharmacie) 22 Rue de Marquise Camping l'Églantier 101,2	101,2	3310,7	615	24166	595
--	--------------	---------------	------------	--------------	------------



<https://drive.google.com/open?id=1ZTvgZItvHH53ibgZTu3P0Ac5LD1bakeV&usp=sharing>

Parcours Étape 29 8445698	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Ambleteuse – Rue de la Marquise - ← Rue de Lille - ☒ ← D940 – Camping les Ajoncs – Audresselles D940- Audinghen - ☒ ↗ D940 5,1 – Tardinghen – D940 Route de Watermel - Route de la Motte au Bourg D940 Église Sainte Martin – Avenue Victor Hugo Wissant (☒ D940/Rue de la Motte au Vent ← Rue de la Motte au Vent 11,4) – Rue de la Motte au Vent - Rue Carrier Belleuse – OT place de la mairie (à gauche Rue Carrier Belleuse) - → Rue du Professeur Leloir - ☒ Place de la Maire - ☒ Place du Général de Gaulle - ☒ Rue Gambetta – Pont sur l’Herlen – Place Édouard Houssin – Rue Paul Crampel- ☒ Rue Crampel/D940 ☒ D940 les Gages Verts 13,2 – D940- La Mine Dor – Escalles (Camping Côte d’Opale le Blanc Nez 17,8) - ☒ D940/D243 ☒ suivre D940 rue de la Mer – Sangatte (mairie 23,2) - Quartier des Salines - ☒ ↑ D940 VVF Blériot Plage - ☒ ↑ D940 - ☒ ↑ D940 - ☒ Place du Général de Gaulle → D940 28,4 – D940 Route de Verdun - ☒ ↑ D940 – Calais (☒ ← Pont Jourdan) – Pont sur voie ferrée – Boulevard Gambetta - ☒ Boulevard Gambetta/Boulevard Lafayette → Boulevard Lafayette (31,3) – Pont sur le canal – Boulevard de l’Égalité – Pont de l’Enceinte 33,1 - ↗ Avenue Antoine de Saint Exupéry – Cimetière – Passage sous A216 - ☒ Avenue Antoine de Saint Exupéry /Rue de Judée ↑ Avenue Antoine de Saint Exupéry 35,4 - ☒ Avenue Antoine de Saint Exupéry/Rue de Normandie ↑ Avenue de Calais – Marck (☒ Avenue de Calais/Avenue de Picardie ↑ Avenue de Calais - ☒ ↑ Avenue de Calais - ☒ Avenue de Calais/Rue du Docteur Schweitzer ↑ Avenue de Calais - ☒ Avenue de Calais/D247 Rue Pascal ↑ - ☒ Avenue de Calais/Impasse Honoré ↑ Avenue de Calais – Avenue François Mitterrand - ☒ ↑ D940 Boulevard François Mitterrand 39,3 – Oye Plage – Avenue Paul Machy (La Poste 45,8) - ☒ D940/D11G ← D11G 50,4 – D11G – Gravelines (☒ D11G ☒ D11A) – Route de Calais – D11A Quai O – D11A Pont sur l’Aa - ☒ D11A Quai Vauban – D11A Rue des Islandais - ☒ ↑ Rue des Islandais – Pont - ☒ Rue des Islandais/Rue Lamartine ← Rue Lamartine 52,8 – Rue Lamartine – Pont ☒ ☒ Rue Pierre Brossolette - ☒ Rue Pierre Brossolette /Place du Docteur Calmette → Place du Docteur Calmette 54,5 - ☒ Place du Docteur Calmette/Rue de l’Église → Rue de l’Église - ☒ Église ← Rue Loridan - ☒ ☒ Rue Roger Salengro - ☒ ☒ Rue Victor Hugo ☒ ☒ Rue des Trois Fermes - ☒ Rue des Trois Fermes/Route de l’Aquaculture → - Route de l’Aquaculture - ☒ Route de l’Aquaculture/Route des Enrochements ← Route des Enrochements (déchetterie) - ☒ ☒ Rue de la Digue Level 56,7 - ☒ ☒ Rue Léon Jouhaux – Rue Léon Jouhaux (Intermarché) – D601 – Passage sous pont routier - ☒ ☒ Route de la Maison Blanche 61,9 – Passage sur voie ferrée - ☒ ☒ Route de Maison Blanche – Passage sur voie ferrée - ☒ du Petit Denna → Route de la Maions Blanche - ☒ des Dunes → route des Dunes - Dunkerque Route des Dunes (Versalis France 68,5) - ☒ ☒ Route de Mardyck - ☒ ☒ Route du Fortelet – Pont sur canal de Bourbourg 72,5 – Rue du Comte Jean – Pont sur voie ferrée – D1 Rue du Comte Jean – Grande Synthé ☒ ☒ D1 Route de Mardyck D1 Route de Fort Mardyck – Dunkerque (☒ D1/D625 ↑ D1 76,5) D1 - ☒ D52 Rue du Cassel - ☒ D52/D601 ↑ D52 Rue de Cassel - D52 Rue de Cassel - ☒ D52/D940 ← D940 Avenue de Petite Synthé - ☒ D940 Avenue de Petite Synthé/Rue du 11 Novembre (Peugeot 79,7) - → Rue du 11 Novembre – Passer derrière Maison de la Vie Associative de Dunkerque - ☒ Rue du 11 Novembre/Quai Saint Omer → D202 Quai Saint Omer -</p>					

Coudekerque Branche (↔← Rue Louis Neuts) – Passage sur voie ferrée - ✕ → D916 Route de Bergues – Passage sur voie ferrée - ✕ D916 Roite de Bergues/Rue des Nations ← Pont sur le canal de Bergues **81,6** - → Rue des Forts – Cimetière – passage sous l'Européenne - ✕ D916/ D2 ← D2 route des 7 planètes **83,3** – D2 Route des 7 Planètes - ↔ → D72 - ↔ ↑ D72 **86,7** – **Hoymille** (✕D72/D3 → D3) – **Bergues** (Porte d'Hondschoote) – D3 place du Marché aux Poissons - ⚠ Rue Anglaise - ↔ → Rue nationale Place de la république – **Bergues OT Beffroi Place Henri Billiaert 90** – Rue Lamartine - ⚠ rue Maurice Cornette – Pont porte de Cassel - ✕ Maurice Cornette/D916 ← D916 Terrain de foot - ✕ D916/D916A ← D916 A (Citraën) – **Warhem** ↔ ← D110 **94,4** – D110 route d'Hondschoote – D55 rue de la Libération - ç (✕ D55/Route De Bergues → Route de Bergues **101,2**) – Route de Bergues – Rue Lamartine - ✕ Rue Lamartine/Rue des Trinitaires → Rue des Trinitaires - ✕ Rue des Trinitaires/Rue des Récollets → Rue des Récollets - ✕ Rue des Récollets/Voie Communale Looweg → Voie communale Looweg ← - ✕ D1055 ↑ Chemin du Moulin - **Hondonschoote Camping Au Bon Coin 201 Chemin du Moulin 103,1**

103,1

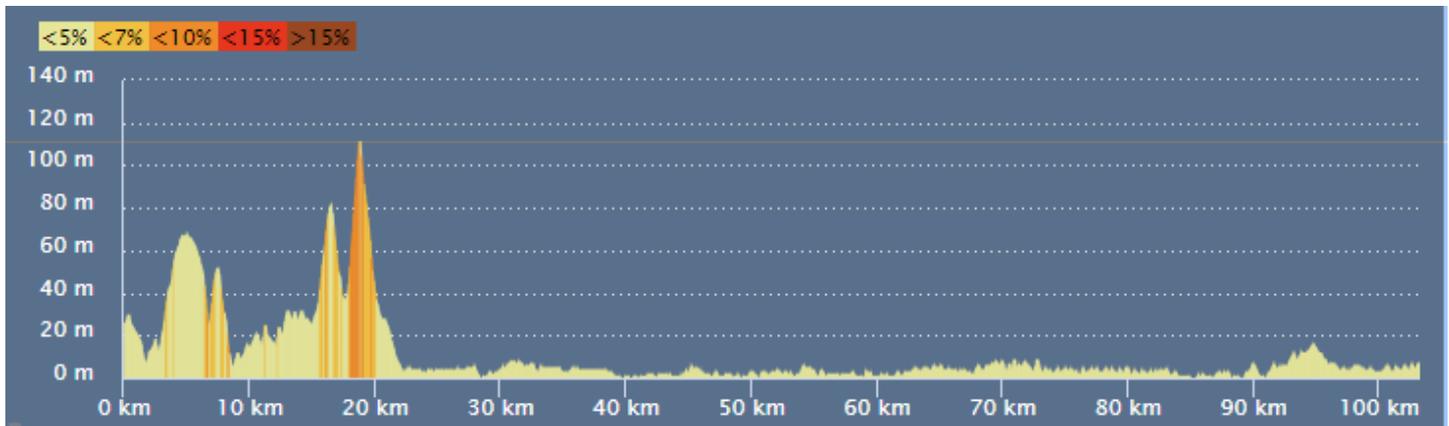
3413,8

515

24681

534

Étape
29/3



<https://drive.google.com/open?id=1UXa4A0yAL1KjstKEQGnY8ycEu6DjjWKM&usp=sharing>

Parcours Étape 30 8449359	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Hondonschoote – Chemin du Moulin - → D1055 voie communale de Looweg - ✕ D1055/Chemin de l'Haezepoel → Chemin de l'Haezepoel - ✕ ⚠ Chemin de l'Haezepoel - ✕ Chemin du Clachoire/Chemin de l'Haezepoel ↗ Chemin de Clachoire 3,9 - ✕ Chemin de Clachoire/Chemin de Roesbrugge ← Chemin de Roesbrugge 5,4 - ✕ → - ✕ → Alveringem 🇧🇪 (Grensstraat) - ✕ Grensstraat/D916A ↑ Oost Cappel 🇧🇪 - Rue Mitoyenne 7,4 – Église - Rue du Moulin – Bambecque - ✕ Rue du Moulin/Rue de Oost Houck ↗ Rue de Oost Houck - ✕ Rue de Oost Houck/D947 Route de Bray Dunes 10,7 - ← D947 Route de Bray Dunes - ✕ D947/Rue de l'Hofland ← Rue de l'Hofland (11,6) - Rue de l'Hofland - ✕ ↑ Rue de l'Hofland – Houtkerque (✕ Rue de l'Hofland/D17 → D17 Rue de Calais 14) – Rue de Calais – Rue du Château - ⚠ Route de Winnezeele - ✕ Route de Winnezeele/Route ? ← 14,95) - Winnezeele ✕ Route ? /D137 → D137 Route de Watou 16,35 – D137 Route de Watou - ✕ D137/Route des Cendres ← Route des Cendres 17,75 - ✕ Route des Cendres / Rue de la Warande ← Rue de la Warande 18,75 – 🇧🇪 Rue Petite de Watou - Steenvoorde 🇧🇪 ✕ → 20,55 - ✕ ⚠ 21,15 - ✕ D168 → 22 – D168 Route de Watou - 🇧🇪 à ← avant 🇧🇪 // D948 24,8 - 🇧🇪 jusqu'au prochain 🇧🇪 25,7 - Traverser la D948 – Continuer sur la D948 après 🇧🇪 - → Route ? 25,9 – ✕ Route ? / Rue Wingaert Drève ← Rue Wingaert Drève - ✕ Rue Wingaert Drève / Route de Callicanes → Route de Callicanes 27,6</p> <p>Godewaersvelde (✕ Route de Callicanes /Chemin du Keyselaere ↖ Chemin du Keyselaere) - ✕ Chemin du Keyselaere/Route des Chats → Route des Chats ↖ Chemin du Vlien Der Bondé - ✕ Chemin du Vlien Der Bondé / Route de la Chapelle Chirouter ← Route de la Chapelle Chirouter ✕ Route de la Chapelle Chirouter / Route de l'Abeele ↑ Route du Vieux Château de Berkin 29,6 - Route du Vieux Château de Berkin - ✕ Route du Vieux Château de Berkin/D139 Rue de Boeschepe ↑ Route du Vieux Château de Berkin – rue du Moulin - ⚠ ✕ rue du Moulin/Rue du Soleil ↗ rue du Moulin – Boeschepe (✕ Rue du Moulin/D10 Rue de la Gare → D10 rue de la Gare 32,5) - ✕ D10/D139 ↖ D139 rue du Mont Noir - ✕ Rue du Mont Noir / Rue de Westoutre ← Rue de Westoutre 34,4 - Rue de Westoutre - ✕ Rue de Westoutre/Rue du Pudefort → Rue du Pudefort (35,4) - ⚠ Rue de Pudefort - ✕ Rue du Pudefort / Rue du Mont Noir (36,6) - ← Rue du Mont Noir ✕ Rue du Mont Noir/D318 ← D318 rue du Parc – Saint Jans Cappel ✕ D318 /D223 → D223 Route du Mont Noir (face parking 38,2) – Bailleul (✕ D223/D23 → D23 Route de Locre 40,9) - ✕ D23/Rue de Neuve Église → D23 Rue de Neuve Église 42,9 – D23 Rue de Neuve Église – Rue d'Ypres - ✕ Rue d'Ypres/Place du Général de Gaulle (office du tourisme) ← D933 Route de Lille - 🇧🇪 ↑ D933 44,7 – Nieppe 🇧🇪 ↑ D933 52,1) - 🇧🇪 ↑ D933 – 2 Ponts sur le Lys – Armentières 🇧🇪 ↑ - ✕ D933/D945A ↑ D945A 55,3 – D945A rue de Dunkerque - ✕ D945A/Place du Vivat ↖ Place du Vivat (momument aux morts/Église saint Vaast)- D945A Rue Jean Jaures – Houplines (✕ D945A/Rue Roger Salengro → Rue Roger Salengro 58,1) – Rue Roger Salengro (Cimetière) - ✕ Rue Roger Salengro/D945 ← D945 58,9 - 🇧🇪 ↑ D945 – Frelinghien (✕ D945/D945A ← D945A 60,6) – D945A Route de la Croix de Pierre - ✕ D945A/D945A rue d'Armentières → D945A Rue d'Armentières - 🇧🇪 ↑ Rue d'Armentières - 🇧🇪 ↑ Place des Combattants – Rue du Pont Rouge - ✕ Rue du Pont Rouge/D945 ← D945 63,1 – Deûlémont – Pont sur le canal de la Deûle – D945 Route de Comines - 🇧🇪 ↑ D945 65,6 – Comines 🇧🇪</p>					

← 2945 **68** -  ↑ D2945 – Rue d'Armentières – Rue de la République – Rue d'Hurlupin -  ← Rue Marceau  ↑ Rue Marceau **71** - ✕ rue Marceau/D2945 Rue des 3 Ballots  Rue des Ballots – rue de Wervicq -  ↑ D2945 – rue Aristide Briand - Rue Gabriel Péri - **Wervicq-Sud** ( ↑ D2945 Rue Gabriel Péri **74,3**) – **Bousbecque** (Chapelle Notre Dame du Bon Secours) – Rue Léon Six – Église Saint Martin – **Halluin** ( ↑ D945 **77,2**) – D945 rue de la Lys -  ↑ D945 -  ↑ D945 – **Menen** ( N366) ✕ N366 → N366 **80,3**) -  ↑ N366 - ✕ N366/Murissonstraat → Murissonstraat **82,2** - Passage sous A22 – **Moeskroen** ( ✕ Neerweg/N43Chaussée de Lille ←N43 **87,4**) – **Mouscron** (  ↖ N43 Chaussée de Lille) - **Neuville en Ferrain**  rue de Gand Rue de l'Yser – **Tourcoing** (✕ Rue de l'Yser/Rue du Présidnet Coty ← Rue du Président Coty **89**) -  ↑ (Centre Hospitalier de Tourcoing) Rue du Président Coty -  Rue André Gide -  ← Rue Robert Schumann -  ↑ Rue Robert Schumann – rue de la Bourgogne - ✕ Place Albert Thomas ← rue Achille Testellin **90,5** ✕ rue Achille Testellin/Rue du Général Drouot -  Rue du Général Drouot - ✕ Rue du Général Drouot/D770 ↑ Rue du Général Drouot - ✕ Rue du Général Drouot/Rue Bonne Nouvelle  Rue Bonne Nouvelle **91,5** – rue d'Oran - ✕ Rue d'Oran / Rue Noël Legleye  Rue Noël Legleye- ✕ Rue Noël Legleye/D791 ↑ Rue Noël Legleye – Rue de la Potence – **Wattrelos** ( ↑ D791 **92,7**) – Passage sous voie ferrée -  ↑ D791 -  → Boulevard de l'Égalité **94,2** - Boulevard de la Liberté – Rue de l'Espierre – Boulevard de la Laine – **Roubaix** ( ← D760 Boulevard de Metz **95,9**) – Boulevard de Strasbourg - ✕ Boulevard de Strasbourg/Boulevard Gambetta ↑D760 Boulevard de Colmar **97,6** - ✕ boulevard de Colmar/Boulevard Beaurepaire  Boulevard Beaurepaire – Boulevard de Belfort -  ↖ rue Saint Jean **98,6** - ✕ rue Saint Jean/Jean Moulin ← Rue Jean Moulin - ✕ Rue Jean Moulin/ Rue de ma Campagne ↖ Rue de ma Campagne - ✕ Rue de ma Campagne/Rue Jules Guesdes → Rue Jules Guesdes – Rue Jean Goujon – Parvis Saint Jean Baptiste – Rue Nicolas Poussin – Boulevard du Cateau -  Place du travail 2^{ème} ↖ Boulevard de Fourmies **100,1** -  ↑ Boulevard de Fourmies - ✕ Boulevard de Fourmies/D760 Avenue Alfred Motte → Boulevard Alfred Motte **101,3** -  ↑ D6D Avenue du Général de Gaulle – **Hem** ( ← D264 Boulevard Clémenceau) - ✕ Boulevard Georges Clémenceau/rue Jules Guesde → Rue Jules Guesde **103,5** - ✕ Rue Jules Guesde/Rue du Maréchal Leclerc  D952 rue Maréchal Leclerc- Rue du Docteur Coubronne -  Place de la République (Église Saint Corneille)- Avenue Henri Delecroix -  ↑ D952 Avenue Henri Delecroix **104,7** -  ↖ D952 **Forest sur Marque** (✕ D952/Rue de Tressin ← Rue de Tressin **106,6**) – Rue du Marais – **Tressin** ( ↑ rue du Marais **107,7**) – Passage voie ferrée - Rue du Maréchal Leclerc - Rue pierre Brabant - ✕ rue Pierre Brabant/D941 → D941 **109,3** – Rue des Fusillés – **Villeneuve d'Ascq** (rue des Fusillés) - ✕ Rue des Fusillés/Rue Georges Delebart ← D955 route de Sainghain **111,3**  ↑ D955 route de Sainghain – **Sainghin en Mélançois** (pont sur l'A27) – Rue du maréchal Leclerc -  ← D955 Rue de Lille **114,1** -  ← D955 - ✕ D955/D19 ← D19 rue de Peronne – Pont sous voie ferrée - ✕ D19/Rue du Grand Start ← Rue du Grand Start **Sainghin en Mélançois (camping Caravaning du Grand Start – rue du Grand Start) 117**

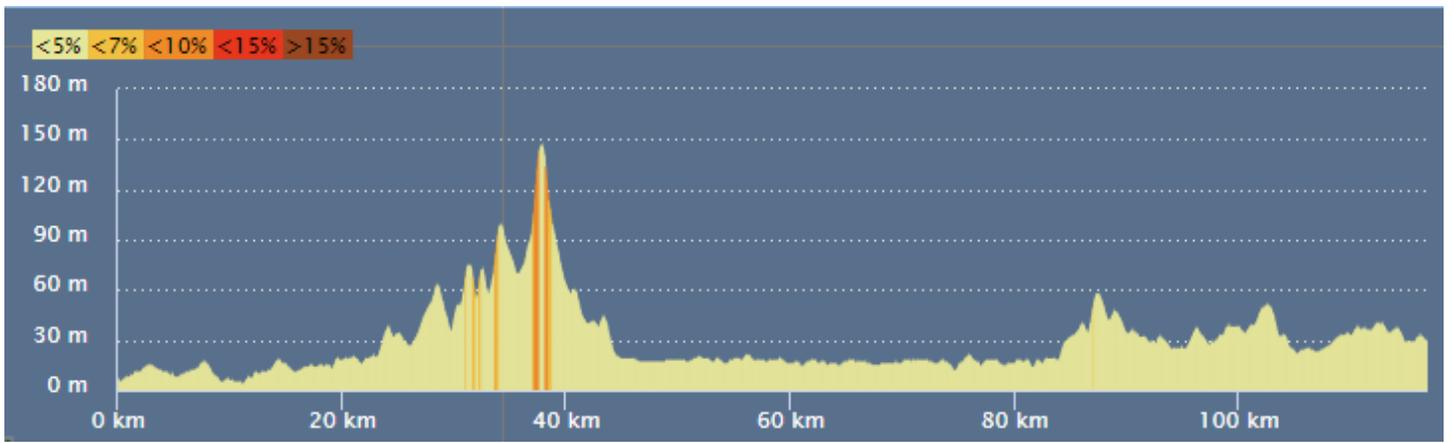
117

3530,8

504

25185

482



<https://drive.google.com/open?id=1lkmdHDXrplBqB49ZJ6GGkIB1LsYxi2qe&usp=sharing>

Parcours Étape 31 8453450	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Sainghin en Mélandois - rue du Grand Start – Péronne en Mélandois (✘ rue du Grand Start/D19←D19) - Rue du Général de Gaulle – Rue Clémenceau – Pont sur A23 - ↑ D19 1,4 – Rue Georges Clémenceau – Passage voie ferrée - Rue Jean Baptiste Lebas – Fretin - Rue Calmette Guérin – Rue Pasteur – Rue Gambetta - ↑ D54 4,8 - Ennevelin ↑ D54 – Avelin ↑ D54 7,8 - → D2549 Rue de Séclin - ↑ D549 – pont sur voie ferrée Séclin (↑ D549 9,8) – Pont sur A1 échangeur de Séclin – ← D925 (Centre commercial So Green) - ↑ D925 - ↑ D925 D925 pont sur voie ferrée - 2^{ème} ← D62 13,9 – Pont sur voie ferrée - ↑ D62 – Rue Jean Baptiste Lebas – Phalempin ↑ D62 Rue Jean Baptiste Lebas - ↑ D62 – rue du Général de Gaulle - ✘ Rue du général de Gaulle/Rue du Docteur Eloy ↗Rue du Docteur Eloy 16,4 - ✘Rue du Docteur Eloy/D62B ← D62B rue du Maréchal Foch - ✘D62B Rue du Maréchal Foch/Rue d’Ennecourt←Rue d’Ennecourt 17,35 – Camphin en Carembault Rue de la Croisette - ✘ rue de la Croisette /Rue des Frères Alexandre ↑ Rue de l’Épinette 18,45 – Clos du Riez - ✘Clos du Riez/D41 → D41 rue du Riez – Rue du Joncquoy – Pont sur voie ferrée – Rue du Général de Gaulle – rue de la Libération - ✘D41/D925 ← D925 20,65 - Carvin ↑ Rue du Maréchal Foch Rue Salvador Allende –D165 - Église Saint Martin – Édouard Plachez ✘Rue Édouard Plachez /Rue Jules Ferry - ← Rue Jules Ferry 23,75 - → Rue Thibaut (Carvin : Mairie 1 rue Thibaut) - ✘ Rue Thibaut/rue du Tilloy ← Rue du Tilloy - ✘ Rue du Tilloy/Rue du Marais →← rue du Marais - → Rue Cyprien Quinet - ↑ Rue Cyprien Quintet – Piste – Traverser rue de l’Horloge – D 919 Passage sur voie ferrée – Pont sur l’A1 - Libercourt ↑ D954 26,55) – D954 Rue Fernand Darchicourt - ↑ D954 - ↑ - ↑ D954 – Pont sur voie ferrée - → D954E2 Boulevard Schumann - ↑ D954E2 Boulevard Schumann 28,75 - ↑ Rue Schumann - ✘ Rue Schumann/Route de Wahagnies ← route de Wahagnies –Wahagnies (route des Fusillés) - ✘ Route des Fusillés/D254 Rue Pasteur →Rue Pasteur 31,25 – Ostricourt ← D54 – Thumeries (✘d54/D954→D954 Rue Émile Zola 33,85) Site Ornithologique des Cinq Tailles - Mons en Pévèle (Office du tourisme) 37,45 – D954 Rue Saint Jean - ↑ D954 - → D30 Rue du Sec Mont – Rue Verte – Faumont (camping le Clos Fleuri 40,05)- ✘ Rue Verte/D30 Rue du Général de Gaulle← Rue du Général de Gaulle - ↑ D30 Rue Coquet – Rue du Moulin – Rue de la Picterie – Coutiches suivre D30 rue du Cuprez – Rue de Faches - ✘ D30 rue de Faches/D938← 47,05 – Orchies (↑ D938 49,55) – Pont sur A23 - → Avenue de la Libération – Rue dufaubourg de Douai – Rue Jules Ferry - ✘ Rue Jules Feery/Rue des 3 Muettes→ Rue des 3 Muettes 51,05 – Rue Jules Roch - ✘ Rue Jules Roch/Rue des Combattants ← Rue des Combattants – D953 Rue Claude Jean - D957A ← D953 – Rue Charles Fon - ↑ D953 Rue Charles Fon 52,95 – Rue Albert Ricquier – Beuvry la Forêt (cimetièr) 54,45 – D953 Pont sur l’A23 – Sars et Rosières (↑ D953 58,75) – D943 Pont sur A23 - ↑ D953 Rue de l’Alène d’Or – Rosult – D955 - Saint Amand les Eaux (↑ D955 63,55) - ↑ D955 - → D955 Rue du Moulin Blanc - D955 Pont sur voie ferrée - 2^{ème} → D955 - → Rue d’Orchies - ✘ Rue d’Orchies ← Rue d’Orchies - Saint Amand les Eaux (OT 89,Grand'Place 65,55) – Grand’Place (Le Prieuré)- ↑ Rue de Rivoli - ↑ D 169B - → D268 Rue de Nivelles – Cimetièr - → D169 66,75 - ↑ D169 – Pont sur la Scarpe - ← D954 Route de Condé 68,05 – Nivelles ↑ D954 71,45 – D954 Routede</p>					

Saint Amand – Rue Jean Jaures – **Bruille Saint Amand** - Rue Pasteur – Rue Pierre Delcourt – **Odomez** (mairie **74,65**) -  
D954 **76,25** – D954 Rue Jacques Renard – Route du Sarreau – Pont sur l’Escaut – **Fresnes sur Escaut** (  D954 **77,25**) – Passage sous pont – **Condé sur l’Escaut** (  D955 **78,85**) – Pont sous D935A- Pont du Bastringue -   D954 **80,55** – route de Thivencelle – Rue des Déportés – **Crespin**  suivre D954 rue des Déportés – Mairie-Poste **86,35** – **Quiévrechain** ( D954/D630  D59 rue du Quesnoy **88,15**)- Rue du Quesnoy-  suivre D59 rue du Quesnoy – D59 La Maison Rouge – **Rombies et Marchipont** – route de Marchipont -  D59/D50A  D50 **92,45** – Route de l’Avesnois – **Sebourg** -  D50/D87  D87 **96,05** – D87 Rue du Tonvoy – Rue d’Eth – Rue d’en Haut – Rue du Cimetière – rue du Bessois – cimetière – **Bry** ( Rue du Bessois/ D129 Rue de Roisin (Notre Dame du Bon Secours)  Rue de la Ligne **99,85**) – rue de la Ligne – **Honnelles**   Rue de la Ligne – Rue du Vieux Chemin de Valenciennes - **La Flamengrie**   rue de l’Église – rue de la Perche – Vieux Chemin – Pont sous D649 -  suivre rue Laurent Niogret – **Saint Waast la Vallée** ( rue Laurent Niogret/D2649  D2649 **104,85**) - D2649 -   chemin de la Passerelle – **Piste Saint Waast la Vallée (Les Gîtes de la Passerelle 10 rue de la Passerelle)105,7**

105,7

3636,5

542

25727

447

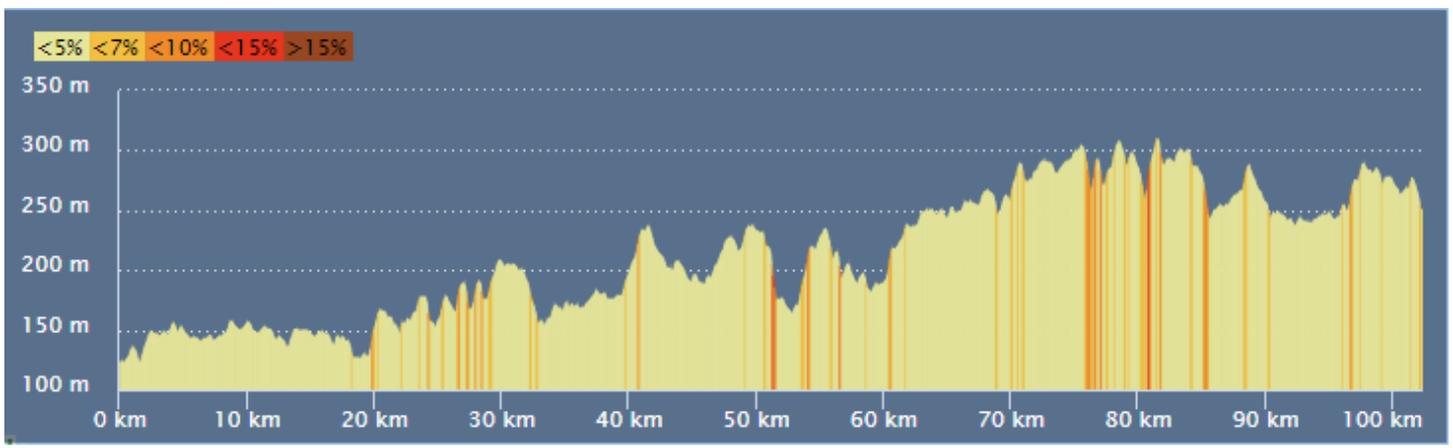


https://drive.google.com/open?id=1kiDOrrU_nLpGtNjKhneCNHuVOy6VjZ64&usp=sharing

Parcours Étape 32 8457817	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Saint Waast la Vallée – D2649 – Bavay (✘ D2649/D932A ▲ suivre D2649 2,3) -  ↑ D2649 – Rue des Platanes -  ↑ D2649 Rue de Maubeuge - ✘ D2649/rue de Maubeuge → Rue de Maubeuge -  ↑ Rue de Maubeuge 4,2 - La Longueville - D95 – rue de Bavay – cimetièrre – rue Maxine Quévy – rue des Chasseurs à Pieds - ✘ Rue des Chasseurs à Pieds/D649 → D649 chemin des Mottes 9,3 – Feignies  ↑ D649 (Renault Maubeuge) -  ↑ N2 Route de Valenciennes 12,5 - passage sur voie ferrée- Maubeuge Avenue Jean Jaures - ✘ N2/Boulevard de l'Europe (Hotel Restaurant Campanile) ↑ N2 16 -  ↑ D2602 Boulevard Charles de Gaulle 17 -  Faire le tour , ne pas s'engager sur la D649 ; après la sortie D649 immédiatement à droite piste 17,3 passer sous la D649 ; à la sortie du pont ← route longeant la D649 17,6 – Usine de Traitement des Eaux – Les Près du Saussoir (Route entre déchetterie et Chenil) ✘ Les Près du Saussoir/Les Près du Pont Rouge ← Les Près du Pont Rouge - ✘ Les près du Pont Rouge/D236 → D236 18,8 – Pont sur la Sambre – Avenue Léon Liémans - Rousies  ↑ D236 Rue Léon Liémans - Recquignies  ↑ D236 21,6 -  → rue du Biez - ▲ suivre Rue René Fourchet ✘ Rue René Fourchet/Chemin d'Ostergnies ↖ Chemin d'Ostergnies - ✘ ▲ suivre Chemin d'Ostergnies – Colleret ✘ Hameau d'Ostergnies ▲ 24,6 – Chapelle – Hameau d'Ostergnie Rue d'Ostergnie - ✘ ← Rue Léon Blum 26,2 – ✘ Rue Léon Blum/Rue Anatole France → Rue Anatole France - ✘ Rue Anatole France/Rue Georges Clémenceau → Rue Georges Clémenceau - ✘ Rue Georges Clémenceau/Rue Victor Hugo ← Rue Victor Hugo ✘ Rue Victor Hugo/Rue Pasteur → Rue Pasteur 28,1 - ✘ Rue pasteur/D936 ← D936 29 – Pont sur la Thure – Cousolre (✘ D936/D80 → D80 rue des Juifs 33,6) - ▲ Suivre D80 – rue Éloi Cougneau – D280 – route d'Hestrud – Pont sur la Thure – Hestrud – rue de Coulsore- ✘ D280/D962 → D962 Rue de Beaumont - 39,4 D962 Rue de Beaumont - ✘ D962/Rue de Beurieux ← Rue de Beurieux 40,4 – rue de Beurieux – Rue de la Haut - ✘ rue de la Haut/Rue de l'Écrevisse ← Voie communale la Place – Beurieux (✘ Voie communale la Place/Rue de la plaine → Rue des Plaines 43) – Cimetièrre – Clairfayts (✘ rue des Plaines/D962 ← Rue des Plaines 44,7) – D962 rue de Beaumont – Solre le Château (▲ D962/Rue de Garge) - ✘ D962/D27D ← D27D 46) – D27D – D963 Rue de Trélon – Hameau de l'Épine -  ↑ D963 – Rue du Val Joly Rue Roger Salengro - Liessies ( ↑ D963 51,8) – D963 rue Roger Salengro – pont sur l'Helpe Majeure – Rue Maréchal Foch – Office du Tourisme – Trelon - Rue du Fourneau – Rue François Ansieau ✘ D963 Rue François Ansieau/Rue Clavon Collignon ← Rue Clavon Collignon 60,2 – Trélon (office du tourisme 3 rue Clavon Collignon) – Rue Clavon Collignon - ✘ Rue Clavon Collignon/D951 → D951 ← D963 rue Victor Hugo – bureau de poste – route de Trélon – Ohain (✘ D963/D383 Place du maréchal Foch ← D383 63) – D383 rue Charles Hanoteau - Momignies  rue Mandenne -  ↑ N 591 66,6 – rue Chantrenne – Grand Place – Après kiosque → Grand Place 67,15 – Grand Place – Les Arsillières – Les Martignons – Route de Séloignes – Rue du Château d'eau – Seloignes (✘ Rue du château d'Eau/N99 Rue de Macquenoise → N99 74,55) – Momignies (✘ N99/Rue de Malapaire ← Rue de Malapaire 75,65) – Rue de Malapaire – rue la Loge – Rue de Cendron - La Neuville aux Joûtes  D34 La Plaine Jacques – Le Rouge Ventre – Cimetièrre – D34 Église - ✘ D34/D34A - ▲ suivre D34 – 85,65) – D34 Le Terme – Route de Signy - Signy-le-Petit (✘ D34/D10/▲ D10 88,55) – D10 Voie</p>					

Hameau de la Croix Colas- rue de la Briqueterie – Église **90,65** -
 → D10 - ✘ D10/D34 ← D34 rue du Pin - → D34 rue du Tarzy –
Neuville lez Beaulieu (✘D34/D20 ←D20 **92,45**) – D20 Croix Colas
 Miette - **Auvillers les Forges** (✘D20/D8043 ↑D20 **97,75**) – D20
 – Cimetière – Place de la Marie - ✘ Place de la Mairie/D20/877 ←
 D20 **98,85**) - ✘ D20/D20 Route de Foulzy → D20 Rue Principale
 – **Girondelle** D20 - 🚦 avec croix → D20 Rue Principale - ✘
 D20/D9 ←D9 **101,45** – D9 - ⚠ ne pas suivre D9 ↑ Rue Principale
Girondelle (gite l’Hirondelle 6, Grand’rue 102,55)

102,5	3739	1136	26863	1008
--------------	-------------	-------------	--------------	-------------



https://drive.google.com/open?id=1jyG0wRdqdRSEQVGCDrG_937J-rfqyANK&usp=sharing

Parcours Étape 33 8462618	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Girondelle – D9 - ✕D9/D36 ↑D9 – Marby (✕D9/D32 ↑D9 3,2) Blombay (✕D9/D109→D9 5,5) – D9 – L'Échelle – Rue de la Croix ✕château ←D9 8,7 – D9 Grand'rue – Route de Rouvroy sur Audry – Route de l'Échelle – passage sur voie ferrée – Rue des Marronniers – Rouvroy sur Audry (✕D9/978 ←D978 Grande rue 10,8) – D978 - ✕D978/D9 ↗D9 Rue de Servion - Rue de Sonru – D234 - ✕D234/D34 ←D34 13,8 - Neufmaison ✕D34 ←D34 14,45 – Clavy Warby - D34 – Rue de la Haute Mitrée – Rue de la Maronne – Rue de la Brasserie – Rue du Tarn - Neuville lès This Rue Royale – Rue du Moulin – La Vallée Robin – Fagnon (✕D34/D39→D39 24,95) – D39 –Gruyères (✕D39/Route de Launois →Route de Launois 28,35) – Route de Launois – Guignicourt sur Vence (✕Route de Launois/D3→D3 29,85) – Toulny (✕D3/C1 30,75) – Guignicourt sur Vence (✕C1/Chemin de Franclieu ↑ Chemin de Franclieu 32,95) - ⚠ ✕→ Chemin de Franclieu 34,55) - ✕ Place de l'Église/Rue de la Valette ← Place de l'Église→D28 rue de la Gare – Rue de Pregonion – Passage sur voie ferrée – Yvernaumont ⚠ D66A Rue Jean Rogissart - ✕D66A/D66←D66 35,85) – D66 – Pont sur A34 – D66 ⚠ ↶ D66 – Villers sur le Mont – D66 – Rue du Clou dans le Fer – La Voye de Singly – Les Hauts Prés – Singly (✕ Le Village/D233→D233 41,55) – D233 - ✕D233/D27 ←D27 – D27 Grande rue – Villers le Tilleul (✕D27/D33←D27 43,95) - ✕D27/D33 ↶D27 Rue de Vendresse – D27 – Vendresse (D27/D12→D12) - D12 – Rue Pol Bouin - rue de l'Église – rue du But – Ferme de la Morteau – D27- Route de Malmy - Chémery sur Bar (D24 pont sur le canal des Ardennes 55,15) – Pont sur le Bar – Rue de la Tannerie - ✕ D24/D977 →D977 56 - d977/D24←D24 56,7 – D24 – Artaise le Vivier (✕D24/D324 ⚠ D24 60,6) – Stonne (✕D24/D30 ← D30 64,1) - La Besace – Trou Colette – Yoncq (✕D30/D4 ↑D4 70,3) – D4 Petite Couture de Thibaudi – D24 Rue de Beauregard –Beaumont-en-Argonne (✕D4/ D30 ↑D30 74,4)- Laneuville sur Meuse (Memorial de la 1ère Division d'Infanterie Coloniale 77,3) – D30 La Tuilerie – route de Beaumont – cimetière -✕D30/D947 ←D947 83,6 – D947 Route de Stenay – Avenue du 18^{ème} BCP - Stenay (Pont de la Redoute Pont sur la Meuse 85,1)- Pont sur la Meuse – Pont sur la Meuse – D947 Rue Aristide Briant – Place de l'Artillerie – Rue Carnot – Sténay (office du tourisme 5 place Raymond Poincaré 85,9) – Rue André Maginot – Rue Porte de Bourgogne - ⚠ ↑ D947 – D947 Avenue Gambetta – Baâlon -D947 voie Communale de la Cambuse - ✕D947/D69→D69 Route de Louppy 89,5 – Quincy Landzécourt D69 – Juvigny sur Loison (✕D69/D142 ↑D69 96,6) – Louppy sur Loison (✕D69/D110↑D69 99,4) – D69 Pont sur le Loison – Rue de Constantine – Remoiville – D69 – Rue du Moulin – Jamets (✕D69/D905 →D905 102,9) – D905 Rue Grande Rue – Église – Delut (✕D905/D16↑D905 106,4) – D905 Pont sur le Loison – Boemont – Vitarville (✕D905/D150↑D905 108,7) – Peuwillers – D905 – Route de Damvillers – Damvillers – Hôtel Restaurant la Croix blanche 1 Rue Carnot 113,9</p>	113,9	3852,3	1409	28272	1446



https://drive.google.com/open?id=1N_XYI41Ld9sRYWQgtwj20nlk75JlkBaY&usp=sharing

Parcours Étape 34 8467098	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Damvillers – D905 – Avenue de Verdun - Moirey Flabas Crépion (✕D905/D125 ↑D905 2,5) – Ville Devant Chaumont ✕ (D905/D65 ↑D656,4) – Azannes et Soumazannes (✕D65/D66 ↑D65 8,5) - ✕D65/D196 ▲ D65 - D65 Rue de la Libération – Rue d'Étain – Ornes (✕D65/D24 ↗ D24 Oratoire de Gremilly 11,7) – ✕D24/D115↗D24 14,2 - Bezonvaux – D24 Monument aux Morts de Bezonvaux 16,2 Vaux devant Damloup (D24/D112A↑D24 18,8) - ✕D24/D112 ↑D24 – Rue de Boosipire - Damloup (✕ D24 Église ↑ D24 20,5) – D24 Rue de Bossipre – Dicourt – Eix (🚦 ↑ D24 22,2) - D24 – Rue Basse- Moulinville (✕D24/D24A↑D24 24,8) – Châtillon sous les Côtes (✕D24/D114 Église ↗D24 27,5) – Watronville D24 – Rue Principale – Rue de Ronvaux – Haudiomont (✕D24 /D903←D903 32) – D903 Route de Metz – Manheulles (D903 pont sur A4) – Rue du Général Margueritte - ✕D903/D904↗D904 35,1 - D904 Rue de Verdun - Fresnes en Woëvre – D904 rue de Nancy ✕D904/D21 ↑ D904 38,1 Marchéville en Woëvre - Saint-Hilaire en Woëvre - D904 – Doncourt auxTempliers - D904 – Woël – Saint Benoît en Woëvre (🚦 ↑D904 55,8) – Beney en Woëvre (passage sous voie ferrée) - ✕D904/D67 ↑D67 59,6 – Thiaucourt Regniéville D67 – D3 Cimetière américain du Saillant de Saint-Mihiel 62 – Rue de Verdun – rue Clinchant – Pont sur le Rupt de Mad – passage sous voie ferrée – D3 Route de Pont à Mousson - ✕D3/D3C↑D3 65,8 – Fey en Haye (✕D3/D3B↑D3 73,1) – Montauville (✕D3/D958←D958 74,8) - Mairie 78,2 – D958 Avenue du Général Eisenhower - ✕D958/D952 →D958 Pharmacie et feux tricolore) - Rue Saint Pierre – Pont à Mousson (🚦 ← D958 avenue Patton 80,2)- ✕ D958/D657← D657 - Office du tourisme 52 Place Duroc 81,4 – Rue du Maréchal Joffre – Pont sur la Moselle – Rue Gambetta - ✕ D657/D120↑Chemin de Mousson Cimetière - ✕Chemin de Mousson/D34 →D34 83,3 – D34 Rue Basse – Mousson- ✕ D34/Rue du général Séarby ↗ D34 Rue du Général Searby – D34 – Chemind'Urtal – Rue de la Chapelle – Route d'Atton – Atton (✕Route de Mousson/D120←D120 85,7) D120 Rue de Nomeny - Pont sur A31 - 🚦 ↑ D120 87,8 – Clémery 121,7 – Rue des Quatre Fers – D120 Station de stockage (sortie village) 93,7 – Nomeny 🚦 → D913 Route de Nancy 96,9 – Chenicourt ✕D913/D45A ←D45A 102,2 - ✕ D45A/D45 →D45 – D 21 Pont sur la Seille – Rue de la Seille – Lémoncourt ✕ → D21 110,1 – Fresnes en Saulnois D21 - ✕D21/D955 → D955 116,8 – Château Salins – D955 rue de Metz - Supermarché - Ryue de Strasbourg ✕D955/Rue des Tilleuls → Rue des Tilleuls 121,3 – Rue des Tilleuls – Château Salins (Camping municipal de Château Salins Aire de loisirs des Salines 121,7</p>	121,7	3974	1255	29527	1264



https://drive.google.com/open?id=1Zg6QPi6mq5HTk2EkPD9JuGV_42f1K9jM&usp=sharing

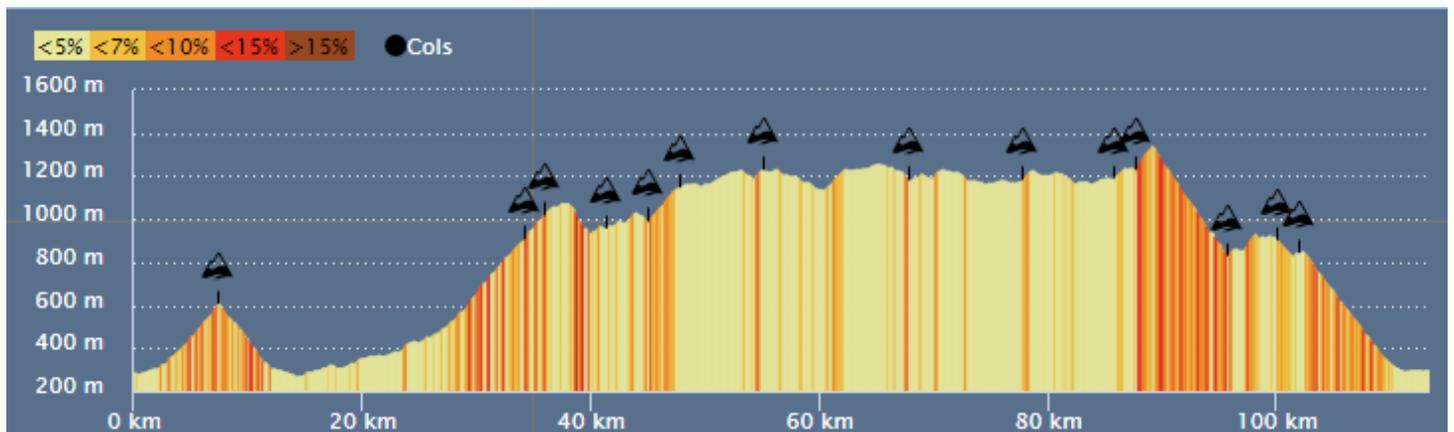
Parcours Étape 35 8470955	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Château Salins - Rue des Tilleuls - ✕ Rue des Tilleuls/D955 Rue de Strasbourg → Rue de Strasbourg – Morville lès Vic D955 – Vic sur Seille D955 - Moyenvic ↗ D955 6,6 – Pont sur la Seille – Lezey ✕ D955/D155V → D155V 12,8 – D155V – Rue de Lezey – Bezange la Petite D155V 15,8 – D155V rue de Moncourt – Rue des Noyers – Moncourt (✕ D155V/D22 → D22 18,4 – Face église Saint 19 → Cimetière – Le Grand Jardin – Xures (✕ Le Grand Jardin/D2 22,7) – D2 Écluse Quartier de l'Écluse - ✕ D2/D21 ⚠ D2 – D89B – Lagarde (Pont)- Église 26,5 – Pont sur canal – D89 – Moussey – Cimetière - (✕ D89/D40 ← D40 32,4) – D40 rue du Bourdonnay – Route d'Avricourt – Avricourt (Pont sur voie ferrée 36,9) - D7 - Igney – D7 – Repaix D7 - ↗ D7 – Pont sur N4 - ↗ D7 43,2 – Blamont (✕ D7/D400 → D400 → D400 route de Strasbourg) - ✕ D400/D7A ← D7A - ✕ D7A/D993 → D993 45,2 Frémonville – D993 - Cirey sur Vezouze D993 – D993 Rue Raymond Poincaré - ✕ D993/D20C ← D20C 51,8 - D20C Rue de Bertrambois – ✕ D20C/ D993 ↗ D993 – Bertrambois Scierie D993 Rue de la 2^{ème} DB - Lafrimbolle (✕ D993/D41 → D993 59,5) - Turquestein Blancrupt (✕ D993/D96 ↗ D993 61,7) – D993 Route du Donon – Grandfontaine (✕ D993/D145 ↗ D993 78,6) – Col du Donon 727 m ⓘ 80,9 - ✕ D993/D392 ← D392- Goutte du Marteau – Champs de l'Allemagne – Framont – Schirmeck ⓘ D392 La Broque (✕ D392/D126/ → D126 89,9) – D126 Rue du Repos – ✕ D126/Rue du Repos ↖ Rue du Repos 90,1 - ✕ ← Rue de Vipucelle – Place Saint Libraire - ✕ Place Saint Libraire/Rue du Général de Gaulle → D261 Rue du Général de Gaulle - ↗ D261 ↖ D261 Rue du Général Leclerc 91,8 - ✕ Rue du Général Leclerc/Grand Rue- ↖ Grand Rue – Pont sur la Bruche – Pont voie Ferrée – Rothau (✕ Grand Rue/D1420 → D1420 92,5) - D1420 Cimetière – Pont sur la Bruche – Plaine (Passage sous voie ferrée 96,3) - Passage sous voie ferrée - ↗ D1420 – Saint Blaise la Roche ✕ D1420/D424 Église - 100 – D424 route de Colroy La Roche – Colroy la Roche – D424 – Chapelle Notre Dame des Malades – Ranrupt (Église 104,5) - ↗ D424- ↗ D424 Col de Steige 537 m 106 – Steige (Mairie, Église 111,5) – Maisonsgoutte ↗ D424 – Église – D424 rue de la Libération – Breitenbach – mairie - ↗ D424 115,9) – Villé – ⚠ suivre D39 Rue Louis Pasteur – OT 14 place du marché 117,3 - Bassemberg Camping Campéole Le Giessen Route de Villé 118,6</p>	118,6	4092,6	1607	31134	1526



Schirmeck : Office de Tourisme Vallée de la Bruche, 114 Grand Rue, 67130 Schirmeck 03 88 47 18 51

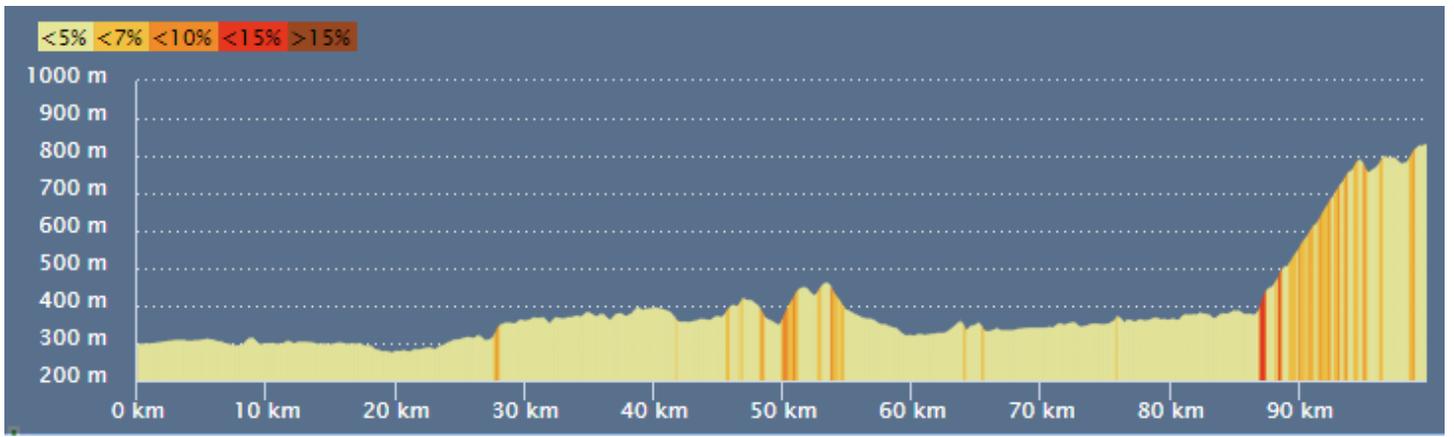
https://drive.google.com/open?id=1nkG95PPq8_4vA0Z0Y5jCcb9_82uf008-&usp=sharing

Parcours Étape 36 8473433	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
Bassemberg – D39 route de Fouchy – roue d’Urbeis – Fouchy (✕D39/D155 ←D155 2,1) – D155 – Église – Froide Fontaine – Col de Fouchy 608 m 7,2 - D48.1- Rombach le Franc ✕ ←D48.1 11,8 Lièpvre ✕ D48.1/D459 ←D459 14,1 - ↑ D459 – D459 Rue Georges Guth – Rue Maurice Burrus – Sainte Croix aux Mines ↗ D459 21,6 – Sainte Marie aux Mines – Office du Tourisme Val d’Argent – Rue du maréchal de Lattre de Tassigny - ✕Rue du Maréchal de Lattre de Tassigny/D48 ←D48 23,3 - ↗ 2 ^{ème} sortie D48 – D48 Rue Kroeber Imlin – Rue du Général Bourgeois - ↑ D48 – Rue Jacob Amann – Stade municipal - Auberge de la Canadière – Col de Bagenelles 903 m 34,6 - ✕ →D148 - Col du Pré de Raves 1005 m 36,3 – Col du Bonhomme 949 m ①41,7 - ✕ ↑ D148 – Col de Louschbach 978 m – 45,4 – Col du Calvaire 1134 m 47,9 - ✕ ←D148- D61 - Col de la Schlucht 1139 m – 60,2 ✕ → D417 - ✕ ← D430 - Col du Herrenberg 1191 m 73,42 - Col du Hahnenbrunnen 1186 m 78,1 – Fellingering ✕ D430/D431 ↑ D431 82,4 – Col du Haag 88 – Le Grand Ballon 1343 m ① 90 – Col Amic 825 m 96,6 – D431 – Col du Siberloch 906 m - Mémorial du Hartmannswillerkopf - Site du Vieil Armand Hartmannswillerkopf 100,9 - Col de Herrenfluh 835 m 102,9 – D431 - Uffholtz (✕ D431/D5 →D5 111,7) – D5 rue du Soultz – Cernay (↗ ↗ ↗) – Rue du Ballon - ↑ Rue du Ballon – Rue du Repos – ✕Rue du repos/D35 ↑ Rue Georges Risler 112,9 - △ suivre Rue Georges Risler – ✕Georges Risler/D483 →D483 - Pont sur la Thur - ← Rue René Guibert - ↑ Cernay (Camping les Cigognes – 16 Rue René Guibert) 114,2	114,2	4206,8	2239	33373	2229



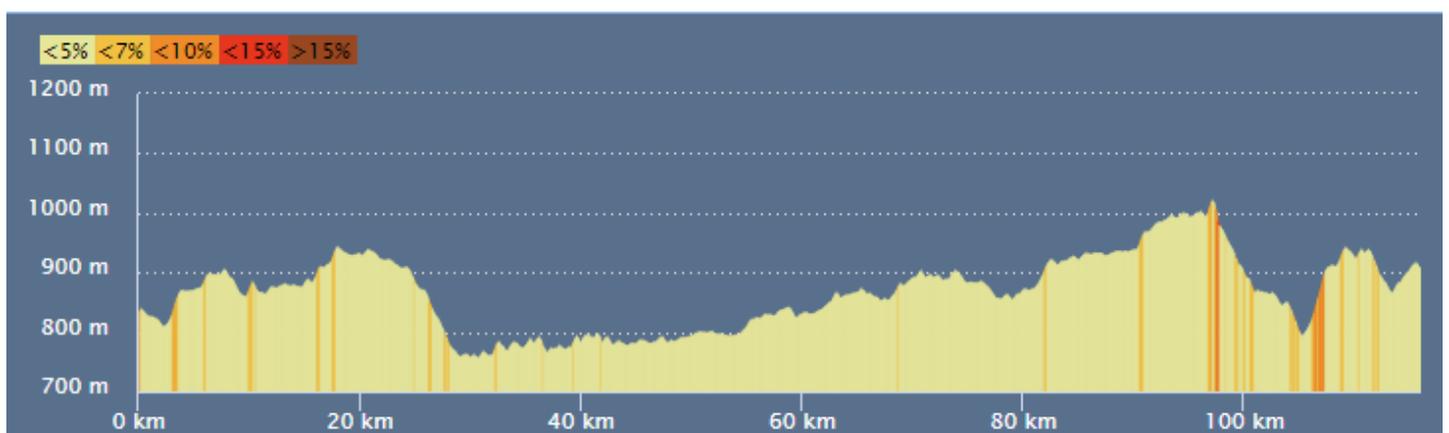
https://drive.google.com/open?id=1tQ0Hkuodl_Gs6KKhwgSqm8ETq2Yuh_vs&usp=sharing

Parcours Étape 37 8481164	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Cernay – Rue René Guibert -  → Rue René Guibert -  Rue du Parc -  Rue du parc/Rue de la Gare  Rue de la Gare -  D483 Faubourg de Belfort – Pont sur voie ferrée -  D483/D34 Rue d’Aspach → 0,9 -  → D34 2,1 -  ↑ D34 – D34 – Aspach le Haut ( D34/D103  D103 5,3) - D103 – Passage sur voie ferrée – Rue de Thann – Aspach le Bas ( D103/D483 → D483 7,6) – D483 Route de Belfort – Schweighouse Thann – Pont sur la Doller – Burnhaupt le Haut (  D26 10,2) -  → D26 – Terrain de foot – Pont sur A36 -  D26/D26 → D26 13,5 -  D26/D103  D103 -  → D103 -  D103 – Balschwiller  ↑ D103 – Rue du 27 Novembre (terrain de foot) – Hagenbach (Pont sur canal du Rhone au Rhin 21,4) – Gommersdorf – Dannemarie ( D103/D419  D419 25,8) -  → D103 – D103 passage sous voie ferrée – Manspach ( D103/D78  D103) – Romagny – D103 – Magny ( D103/D32  D103 31,9) – D103-D3 - Chavannes les Grands – D3 – Étang Grande Goutte – Vellescot -  ↑ D3 36,5 – D3 rue de la Libération -  D3/D36  D3 – Joncherey (  D19 42) -  → D19 – Delle -  ↑ D19 (Centre Aquatique) -  ↑ D19 (intermarché) -  ← D26 rue saint Nicolas -  rue du Général de Gaulle -  → Office du tourisme Halle des 5 Fontaines Rue Jules Joachim 44,2 - Rue Jules Joachim  ↑ D463 Rue de la 1^{ère} Armée Française – Pont sur l’Allaine -  ↑ D463 – D463 Faubourg de Montbéliard -  ↑ D463 -  ← D463 passage sous N1019 -  → D463 47 – Fêche l’Église (cimetière) – D463 Grande rue – Badevel ( D463/D210  D201 49,9) - D201 Rue pierre Beucler – D40 – Beaucourt ( Pharmacie suivre D39A rue Louis Pergaud) -  D39A/D39  D39 52,5 -  D39/D40 → D40 – D40 rue Frédéric Japy – Rue Pierre Seillier – D126 Rue de Beaucourt – Dasle D126 rue de Beaucourt - D126 Rue Centrale – D126 Rue d’Audincourt – Audincourt ( ↑ D126 58,4) -  ↑ D126 cimetière -  4^{ème} sortie D437 – D437 Avenue de la révolution française -  D437 → Pont dur le Doubs – Valentigney ( Pont sur le Doubs/D38  Rue des Gravier : 60,6) - D38 Rue des Gravier - Rue Étienne Oehmichen – Rue du Vernois -  Rue du Vernois/Rue des Glaces → D483 Route de Mathay 62,5 – D483 – Rue sous les Vignes – Rue de Valentigney – Mathay (D483 Chapelle de Saint Symphorien 65,3) -  D483/D437 → D437 Rue du Pont 67,4 – D437 – D437/D438  D437 68,8 – D437 Avenue du Général de Gaulle -  ↑ D437 Avenue du Général de Gaulle – Rue de la Plaine – Rue des Forges – Pont de Roide D437 - D437 Rue de Montbéliard – D437 Pont sur le Doubs 75 – D437 Rue de Saint Hyppolyte – Rue des Pessottes - - ( D437/D36  D437 79,3) – D437 Rue du Relais Postal -  ↑ D437- Petit Nadam - Saint Hippolyte (D437 Pont sur le Doubs 86,4) – D437 Grande rue – Route de Maïche – Le Grand Clos – Montandon (D437 Entrée tunnel 92,3) - Les Bréseux ( D437/D437B  D437 94,6) – Rue de Sainte Hyppolyte – Maïche ( D437/D464  D464 face office du tourisme 97,9) – D464 Rue Montalembert -  suivre D464 Rue Saint Anne -  → D422 Rue Saint Michel Maïche (Camping Municipal Saint Michel 23 Rue Saint-Michel 99,6</p>	99,6	4406	1141	34514	609



<https://drive.google.com/open?id=1WKchFeCmsMXQxLHAj1VcldHrKbMYWVOd&usp=sharing>

Parcours Étape 38 8487661	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Maïche – D422 Rue Saint Michel - ← D437 – D437 Rue des Bichets - Frambouhans – D437 Rue du Capitaine Treilhes - D437/D201 D437 4,4 - Les Fontnelles (D437/D41 D437 9,1) – D437 - Bonnéage- D437 – Avenue de Lattre de Tassigny - Le Russey – D437 – Route de Morteau – Narbief (D437/D329 D437 16,6) - La Chenalotte – D437 Route de Saint Claude – Noël Cerneux - D437 Route de Maïche - Les Fins (D437/D461 D437 24,3) - D437 – Morteau (D437 27,9) – D437 Rue de la Louhière - ← D437 - Place de la Halle → - Morteau Office du Tourisme 8, place de la Halle 28,5 – ½ tour → D437 rue Pasteur - → D437 Rue des Moulinots – Rue de l'Éboulement – D437 Le Pont de la Roche - Grand'Combe Châteleu - Les Combes (passage sous voie ferrée 36) – D437 route de la Grotte – Ville du Pont – D437 43,8 – Montbenoit (D437 Rue du Val Saugeais : Abbaye) – Montflovain (D437/D251 D437 47,8 – Maisons du Bois Lièvermont D437 Arçon (pont sur le Doubs 54) – Doubs – Pontarlier D437 pont sur le Doubs 59,7 - D437/rue Jules Plagnier → Rue Jules Plagnier – place Crétin – Place des Bernardines - Place des Bernardines/Rue du vieux Château ← Rue du vieux Château - Rue du Vieux Château/rue des Salins Rue du Docteur Grenier Rue du Docteur Grenier/Place Roger Salengro ← Place Roger Salengro – Rue Marpaud – rue des Remparts - → Place Saint Claude - Place Saint Claude/N57 61 – Pont de la Fauconnière (sur le Doubs) – Passage sous voie ferrée - → N57 Carrefour contact - N57 Avenue de l'Armée de l'Est - N57/D437 → D437 63,3 – passage sous Voie Ferrée - La Cluse et Mijoux (pont sur le Doubs) – Oye et Pallet D437/D248 D437 67,7 – D437 Rue de la Fauconnière – Pont sur le Doubs Montperreux - D437/D44 D437 71,2 – D437 rue du Président Edgar Faure – Malbuisson (office du tourisme 75,6) – Labergement Sainte Marie – D437 - Rue le Coude – avenue de la Gare – Passage sous voie ferrée 78,7 – Pont sur le Doubs – D437 Rue de Mouthé – Brey et Maison du Bois – Gellin (D437/D254 D254 85,7) - Sarrageois – Mouthé – D437 rue de la Varée - D437/D389 D437 90,8 – Petite Chaux – D437 Rue du Champ du Rafour - Chaux Neuve – Foncine le Haut (mairie 101,6) – Lac des Rouges Truites (église 111,1) – Saint Laurent en Grandvaux (Vers les Crêts 115,7) - Saint Laurent en Grandvaux - (office du tourisme 7 place Charles Thévenin 116,5) - ½ tour Camping Municipal Le Champs De Mars 8 Rue du Camping</p>	116,5	4522,5	1053	35567	974



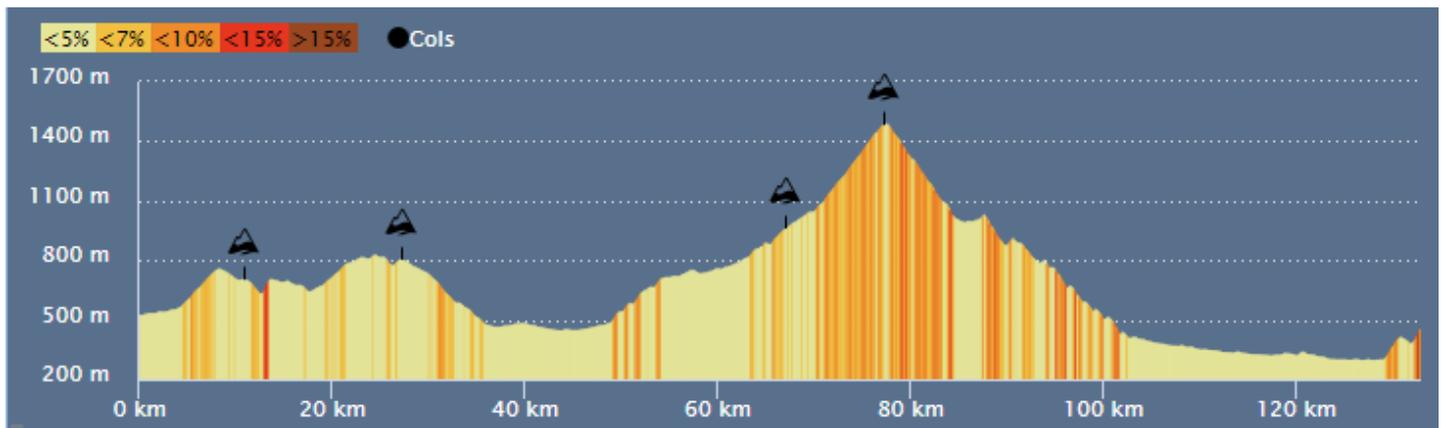
Parcours Étape 39 84897680	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Saint Laurent en Grandvaux – Rue de Genève – D678 - ↑ D437 1,4 – Grande Rivière (✖D437/D330↑D437 5) – D437 Hameau de l'Abbaye – Château des Prés (✖D437/D28↑D437 12,1) – Hauts de Bienne (✖→ D437 14,7) - La Rixouse (mairie 19,1) – D437 – Saint Claude (D437 Rue Pasteur ← 29,4) – D437 Pont sur la Bienne - Place Voltaire ←D69 → Place Christin – Rue Voltaire – Rue du Collège – Rue Rosset - ✖D436 Rue Gambetta ←D436 30,8 – Stade Municipal Serger - ✖D436/D124→D124 32,2 – Pont sur le Tacon – Coiserette - Les Bouchoux (✖D124/D25E1 ↑D124 42,4) – Col de la Croix de Serra 1049 m 44,5 – D124 – D33 – Belleydoux (D33 Chapelle Sainte Anne) - ✖D33/D13←D33 49,6 - ✖D33/D48 ←D48 – Giron (mairie 55,8) - ✖D48/D55A ←D48 – Champfromier (passage sous tunnel) - →D14 64,8 – Montanges – Rue du lieutenant Paul de Vanssay - ✖D14/D14A←D14A 68 – Pont de Pierre – Confort (✖D14A/D991↑D991 71,2) - ↑ D991 – Mairie - ↑D991- Lancrans (↑ D991 75,4) – Cimetière - →D991 - ✖D991/D16C←D16B 77,3 – D16B Rue de la Pierre - ✖ D16B rue de la Pierre – Rue Jules Ferry – Bellegarde sur Valserine - Passage sous voie ferrée – D16B - ✖D16B (rue Jules Ferry)/D1206 →D1206 - ← office du tourisme 13 rue de la République 78,7 – ½ tour - Rue de la République ← D1084 Rue Paul Painlevé ← D1508 Avenue de la Gare – D1508 Rue Lafayette ←D1508 – Éloïse (Pont sur le Rhône) – passage sous A40 – passage sous A40 - ✖D1508/D168↑D1508 84,5 – Pont sur A40 - ↑ D1508 – Chêne en Semine ↑ D1508 – Vanzy D1508 – Mairie (90,7) – Chessenaz - Frangy (↑ D992 94,5) – D992 Rue du Grand Pont – Mairie - ✖ D992/Route d'Annecy →Route d'Annecy – Musièges (↑ D1508 96,4) – Pont des Douattes pont sur les Usses) – Sallenôves (↑ D1508 101) – Mésigny - La Balme de Sillingy (← Route de Lompraz 107,4) – Route de Lompraz - ↑chemin de la Caille - La Balme de Sillingy (camping Auberge de la Caille 18 Chemin de la Caille 108,4)</p>	108,4	4630,9	1862	37429	2248



<https://drive.google.com/open?id=1H81sxeWT4Ubjb5vl2oLdLfw8P-FRDdco&usp=sharing>

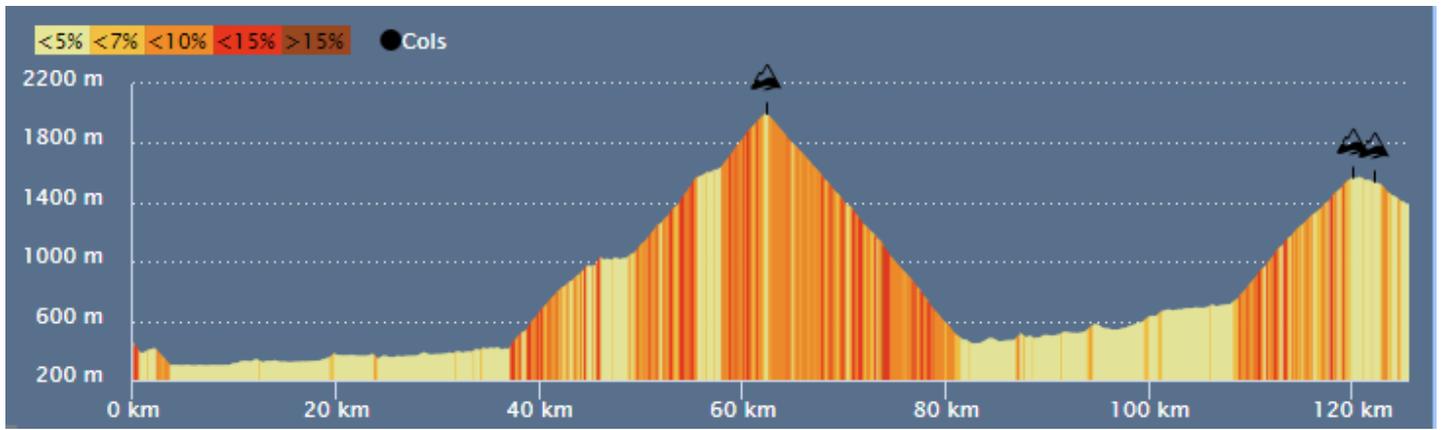
Parcours Étape 40 8501073	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>La Balme de Sillingy – ½ tour – Chemin de la Caille - ← Route de la Catie - Route de la Catie/Route de Dalmaz ← Route de Dalmaz 1,5 - → Route de Dalmaz - Chemin de la Fruitière Chemin de la Fruitière/D3 ← D3 2,5 - D3 Route de Choisy – Route de la Balme – Choisy – D3 – Route d’Allonzier - Allonzier la Caille - ↑ D3 route d’Allonzier 8,9 - → D2 10,2 – Col de Mallebranche 702 m - Église - ↑ D2 - D2/D1201 ← D1201 → Route de Villy le Pelloux 12,5 Route de Villy Le Pelloux – Route de la Côte – Tunnel sous A410-A41 – D2 - ↑ D2 - Route de la Côte/Route des Glières ← D2 Route des Glières ↑ D2 - Pont sur A410 – D2 route de la Caille Groisy (↑ D2 16,3) – D2 rue de Boisy – passage sur voie ferrée D2/D102 ↖ D102 route des Aires – D102 passage sur voie ferrée – Route d’Évires – Évires (D102/D205 → D205 23,2) – Église - D205/D5 D5 – Passage sur voie ferrée – Étaux (D5/D1203 ← D1203 26,6) – Col d’Évires 801 m 27,4 - → D155 31,2 – Passage sur A410 – D155 - rue Anatole France – La Roche sur Foron (Avant passage sur voie ferrée Rue Anatole France/Avenue Gambetta ← Avenue Gambetta 33) – Rue Gambetta - → D2 - ↑ D2 - ↑ D2 – Avenue de la Libération - Avenue Jean Jaures - ↖ D2B – D2B Faubourg Saint Martin – Amancy (D2B/D1203 → D1203 35,1) – D1203 ↑ D1203 (Intermarché) – D1203/Route de Saint Pierre → Route de Saint Pierre 36,3 - Route de Saint Pierre - Route de Saint Pierre/D6 ↑ D6 Route de Saint Pierre – Route des 4 Marronniers – Saint Pierre en Faucigny (D6/D6A → D6 38,7) - ← D6 – D6 Avenue de la République – Passage sur voie ferrée ← D12 – D12 Tour du Bargy – Route des Gorges du Borne - D12/D27 → D27 40,6 – Pont sur le Borne – Avenue du Monaz – Bonneville (passage sous A40 42,4) – D27 Avenue de Pontchy – Passage sur voie ferrée - → D1205 Avenue Charles de Gaulle ← avenue d’Aoste - ↑ Avenue d’Aoste - → D1205 - Pont sur l’Arve - ↑ D1205 Rue du Pont - ↑ D1205 – Rue Pertuiset (Office du tourisme 23, rue Pertuiset 44,5) -1/2 tour – ↑ D1205 (rue du Pont) - ↑ D1205 – Pont sur l’Arve - ↑ D1205 (avenue des Glières) - ← D1205 (avenue Charles de Gaulle) - D27 → D27 45,5 - D27 Avenue de Pontchy – Passage sur voie ferrée – Passage sous A40 – Avenue du Monaz – Pont sur le Borne – Saint Pierre en Faucigny (D27/D12 ← D12 48,4) D12 Route des Gorges du Borne - ↑ D12 – D12 Route des Gorges du Borne - Le Petit Bornand les Glières - D12 Rue Michel Carquillat – Entremont (↑ D12 61,7) - Saint Jean de Sixt (D12/D224 ↑ D224 65,6) - D12/D4 → D4 66,6 – Col de Saint Jean de Sixt 956m - ← D909 – La Clusaz (↑ D909 70,1) - ↑ Route des Cols des Aravis - → D909 Route des Cols des Aravis – Col des Aravis 1487 m 77,8 - La Giétaz (Tunnel- D909 – Église 83,6 – Pont sur l’Arrondine – Flumet - Paravalanche et tunnel – Office du tourisme 89,8 – D1212 Avenue de Savoie – Pont sur l’Arrondine Saint Nicolas la Chapelle (D1212/D109 Restaurant du pont du Flon ↑ D1212 94,1) – Ugine (tunnel) - 5 paravalanches – Pont sur l’Arly – tunnel – Cohennoz (pont sur l’Arly) – Ugine (pont sur l’Arly) – Pont sur l’Arly ... - D1212/D71 (centre Exploitation EDF ↑ D1212 102,4) – D1212 Avenue Paul Girod - ↑ D1212 - ← D1212 – pont sur la Chaise - ↑ D1212 - D129 104,7 – Marthod (↑ D129 106,1) – Pallud (D129/D118 ← D118 108,8) – Pont sur D1212 – Pont sur l’Arly D118 - ↑ - Venthon (Pont sur l’Arly/ Poste d’exploitation EDF ↑ Piste - 110,2) - Piste – Albertville (Camping des Adoubes</p>					

<p>24 Avenue du Camping 112,1 – Avenue du camping – ✕ D990/ promenade Édouard Herriot - ↑ 🌐 Promenade Édouard Herriot-Collège Pierre Grange - ✕ promenade Édouard Herriot/D121A (pont) ↑ promenade Édouard Herriot – ➔ Passerelle voie ferrée (113,7) - pont sur l'Arly – passage sur D1212 - ➔ 🌐 passage sous voie ferrée – passage sous D1212 – passage sous la N90 - 🌐 - ✕ 🌐 /D925 ← D925 Route de Grignon 114,7 – Grignon (pont d'Albertin sur l'Isère) – Église - 🌐 ↑ D925 116,3 - 🌐 ↑ D925 - 🌐 ↑ D925 – Monthion – Notre Dame des Millières (centre équestre) - ✕ D925/D69 ↑ D69 121,6 Sainte Hélène sur Isère (🌐 ↑ D925 122,9)- ✕ D925/D222 ↑ D222 129 – Aiton (✕ D925/D102 ← D102 131,9) D102 route du Fort - ✕ D102/D72 (mairie) ↑ D72 Route de Villard 133 – route de Randens - route de la Muraz 135,2</p>	135,2	4766,1	1964	39393	2036
--	-------	--------	------	-------	------



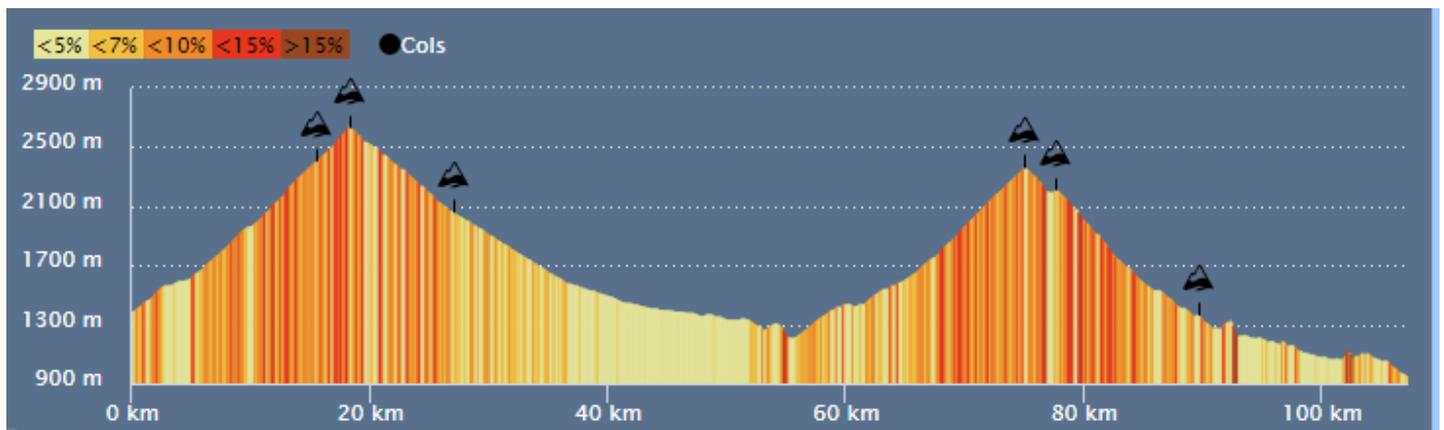
https://drive.google.com/open?id=1dBW78rGncbAuXUewmLd26GdMkGTzCwr_&usp=sharing

Parcours Étape 41 8503192	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Aiton – Route de Muraz – D72 Route de Randens – Route du Villars - ✕D72/D102 (mairie) - ↑D102 route du Fort - ✕D102/D925 →D925 2,8 - ✕D925/D222 5,7 – Sainte Hélène sur Isère (🏠↑ D925 10,5) – Notre Dame des Millières – Monthion –Grignon (🏠 ↑ 15,9) - 🏠↑ D925 - 🏠 ↑D925 - 🏠 ↑D925 – Cimetière – Avant pont d’Albertin sur l’isère ✕ (D925/Chemin des Espagnols →chemin des Espagnols (piste) 18,3 – Piste – Chemin de la Forêt- Usine de traitement des eaux Esserts Blay (✕D122←D122 23) – Tours en Savoie- D122 – Pont sur l’Isère – Pont sous N90 – passage sur voie ferrée - 🏠→D990 23,7 - La Bathie (🏠↑D990 27,1) - 🏠 ↑ D990 – Passage sur voie ferrée – Cévins (🏠 2^{ème} → D66A passage sur N90 30,5) - Pont sur l’Isère – Saint Paul sur Isère - ✕D66A/D66←D66 – Rognaix D66 – passage sur voie ferrée – passage sur voie ferrée – Usine de traitement des eaux 34,1 – Feissons sur Isère (✕D66/D990↑D66 35,9) - La Léchère (✕D66/D213→D213 37,1) – Bonneval (✕D213/D213B ↑D213 43,8) – La Léchère – (cimetière 52,1) – Col de la Madeleine 1993 m (61,8) – D213 – Montgellafrey - Saint-François Longchamp (office du tourisme maison du tourisme 67) – D213 – Paravalanche – Saint Martin sur la Chambre – La Chambre (gendarmerie) - ✕D213/D76 ←D76 81,1 - 🏠 → D213 –Saint Avre (🏠 ↑D213) - 🏠 → -Pont sur l’Arc - 🏠 ↑ route des Grands Prés –Sainte Marie de Cuines (Pont sur A43)- ✕Route des grands prés/D74←D74 83,6 – Pontamafrey Montpascal (passage sous A43 88,2) – Pont sur l’Arc - ✕D74/D77B→D77B – passage sous D1006- passage sous voie ferrée – rue du Pont Levant – pont sur le torrent de la Ravoire – Hermillon (Big Mat Matériaux) - ✕↗ Route des Contaminés - 🏠 ↑ D906 – Passage sur A43 – passage sur voie ferrée – passage sur D1006 - 🏠 ↑D909 – pont sur l’Arc – Saint Jean de Maurienne (complexe sportif Pierre Rey 93,2) – 2 🏠 ↑ D906 – Rue de la Libération - ✕ rue de la Libération/rue de la République← rue de la République – Avenue du Mont Cenis – Pont sur l’Arvan 94,7 – D906 rue du parc de la Vanoise- 2 🏠 ↑ D906 96,1 – pont sur D81 et voie ferrée - Villargondran (✕D906/D1006→D1006) – Passage sur l’Arc – Saint Julien Mont Denis (passage sur A43) - 🏠 ↑D1006 99) – Saint Martin de la Porte (passage sous A43 102,9) – Passage sur voie ferrée – Passage sous pont – passage sous A43- passage D219 - Saint-Michel de Maurienne (🏠 ↑D1006 105,9) – Passage sous pont - 🏠↑ D1006 - ✕D1006/Rue du Galibier←D902 Rue du Galibier 107,2 – Passage sur voie ferrée – pont sur l’Arc – passage sous A49 – D902 – Col du télégraphe 1566m 118,8 – Valloire - 🏠 →D906 Rue des Grandes Alpes - ✕ Notre Dame de l’Assomption →D81D Route de Villards – Valloire Camping Caravaneige de Sainte-Thècle Route des Villards 124,2</p>	124,2	4890,3	3149	45542	2209



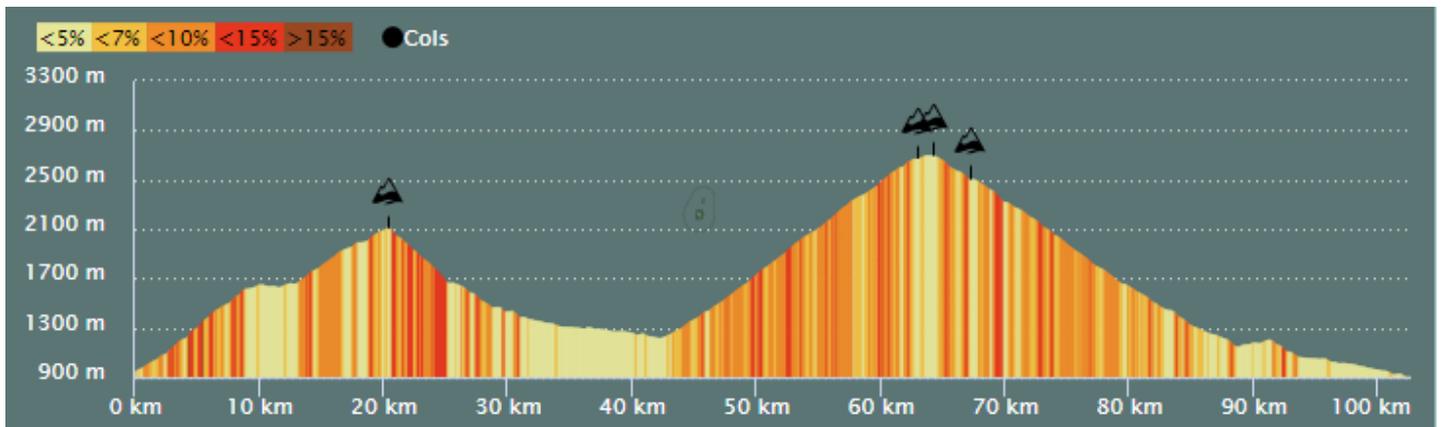
https://drive.google.com/open?id=1UE9sFAggMgH_3JbDTxu2AE_DFpjt6UD7&usp=sharing

Parcours Étape 42 8505497	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Valloire - D81D rue de Villards - → rue de la Bonne Eau - ✕ Rue de la Bonne Eau/D902 → D902 (0,9) - ↗ D902 Route du Galibier – D902B – Col du Galibier 2642 m 18,7 – D902B – D902 Col du Lautaret 2058m 25,8 - ✕ D902/D1091 ← D1091 – Paravalanche - Le Monétier les Bains (✕ D1091/D200 Le Lauzet ↗ D1091 33,8) – Le Casset - ✕ D1091/D400 Les Guibertes ↗ D1091 41,9 – La Salle des Alpes – Pont sur la Guisane - ↗ ↗ D1091 45,9 – Point sur la Guisane – Saint Chaffrey (↗ ↗ D1091 49,2) - ↗ ↗ D1091- Briançon - D1091 Avenue de Savoie ↗ ↗ D1091 - ↗ ↗ ← N94 Avenue Professeur Forgues 53,4 - ✕ N94/D2 → D2 Avenue de la Libération 54,4 – Avenue de la République (sous préfecture) - ↗ ↗ D2 Avenue Maurice Petsche ↗ ↗ ← D136 55,6 – D136 Avenue du Général de Gaulle – Pont sur la Durance - ↗ ↗ ← (Centre Leclerc) - ✕ D36 ← D36 Rue Pasteur ↗ ↗ ↘ D902 Avenue du Col d'Izoard – Cimetière 57 - Cervières – Col de l'Izoard 2360 m 75,1 (📍) - Col de la Platrière 2220 m (parking 77,7) - La Casse Déserte (stèle à la mémoire de Louison Bobbet et Fausto Coppi) – Arvieux (Église Saint Laurent 85,7) – Château Ville Vieille (✕ D902 → D902 89,4) – D902 - Eygliers (paravalanche 98) – Guillestre - Pont sur le Guil - ✕ D902/D60 ↗ D60 101 - 2 Tunnels – ↗ ↗ D920A (gendarmerie) 105,4 - ↗ ↗ → D920A - ↗ ↗ → D920A - ↗ ↗ ← D920A - ↗ ↗ ← Pont sur la Chagne - → Route des Campings - Guillestre (camping la Rochette – route des campings 107,4)</p>	107,4	4997,7	2708	48250	3150



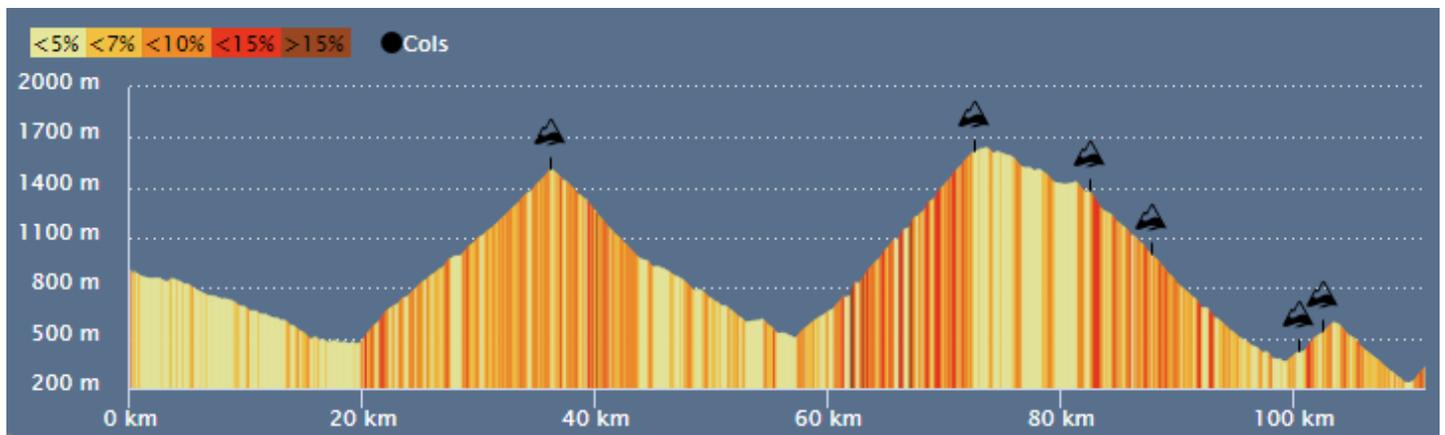
<https://drive.google.com/open?id=1w8gvWAxoiG3vUALBc2h2KRrct0Sd6tqK&usp=sharing>

Parcours Étape 43 8511397	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Guillestre – Route des Campings - ← D86- → D902A - ↑ D902A - ↑ D902 1,4 – Vars (✕D902/D431 Sagne Fourne ↑D902 10,3) – Cimetière – Office du tourisme – Passage sous paravalanche – Vars (office du tourisme cours Fontanarosa) - Col de Vars 2109 m ①20,3 – chapelle de la Madeleine – Saint Paul d’Ubaye (✕D902/D25↑D902 28,7) – Passage sous tunnel Paravalanche - Fort Redoute de Berwick - ✕D902/D900 ↑D900 35 - La Condamine Châtelard – D900 – Jausiers (✕ D900/Route du col de Restefond 42,2) – C4 Pont sur l’Ubaye - restaurant le Château 52,4 – Caserne de Restrefond 61,1 - Faux col de Restefond 2656 m 62,5 – Col de la Bonette 2715 m 64,6 - ✕←D64 –D64- Col de Raspillon 2513 m 67,6 – Camp des Fourches 71,5 – Le blockhaus des Fourches – cascade Vens Waterfall 82,4 - ✕D64/M2205 84,9 – Saint Étienne de Tinée (⚠ M2205 pont sur la Tinée 89,1) - Saint Étienne de Tinnée (office du tourisme 2,rue des Communes de France)① - ✕M2205/Boulevard d’Auron← M2205 Boulevard d’Auron - ↑M2205C 91,5 – M2205C – M2205 – Isola (Domaine du Lac des Neiges –Lazisola 103,7)</p>	103,7	5101,4	2775	51025	2818



<https://drive.google.com/open?id=1JOfqArQsYbOEREynexVFUsjzTBqSaNgp&usp=sharing>

Parcours Étape 44 8515392	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Isola - M2205 - ↑ M2205 – Saint Sauveur de Tinée (usine hydro électrique de Valabre 9,6) – Passage sous Pont – Passage sous tunnel – M2205 Avenue des Blavets – Rimplas (Fort de la Frassinéa 17,9) - ✕M2205/M2565 route de la Vésubie ←M2565 19,2 – Passage sous tunnel - Passage sous tunnel 20,5 – (✕M2565/M66↑M66 25,2) – Valdeborde (↑ M2565 27,6) - Chapelle Sainte Anoine – Église Saint Delmas 31,4 – Col de Saint Martin 1503 m 33,8 – M2565 - M2565 – 2 Passages sous tunnel – M2565 – Saint Martin Vésubie – Mairie 41,6 – Roquebillière (M2565/M69←M69 50,6) – la Poste - ↑ M69 - ✕M6/M2565→M2565 53,3 - La Bollène Vésubie (✕M2565/M70←M70 57,6) – Aire Saint Honorat – Passage sous tunnel 60,9 – Col du Turini 1607 m 71,1 - ✕M70/D68←D68 - ✕D68/D2566→D2566 – Peïra Cava – Baisse de la Cabanette 1371 m (✕D2566/D21 ←D21 81,8) – Pas de l'Escous 1008 m (✕D21/D54↑D21 87,1) – D21 Chapelle Saint Michel – Lucéram (✕D21/D2566 92,1) - route de l'Authion D2566 Office du tourisme Place Adrien Barralis 92,25) – Passage sous tunnel – D2566 - ↑ D2566 97,35 - L'Escarène (tunnel sous voie ferrée) – D 2204 Viaduc sous voie - ✕D2204/D21↗D2204 Crédit Agricole – Col de Nice 414 m ✕D2204/D215→D215 99,95 - ✕D215/D615↖D615 102,95 – Contes – D615 – Cimetière - ✕D615/D715 ↖D715 108,95 – Mairie – parking - ← D715 Rue Charles Binet – Avenue Borriglione - ✕ D715 Avenue Borriglione/Chemin de Baudaric ←Chemin de Baudaric 109,5 – Tennis Municipal – Chemin de Baudaric - Contes (Aire Naturelle Arabat – 1128 Chemin de Baudaric 110,5)</p>	110,5	5211,9	2623	53648	3202



https://drive.google.com/open?id=1j2quKw5-qGqNNAex2PC_kbedriCJIIDi&usp=sharing

Parcours Étape 45 8521827	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Contes – Chemin de Baudaric – D715 Avenue Borriglione - ✕ ← Avenue Borriglione (Médiathèque 1,7) - → (parking) - ✕ → D15 ← D815 Pont le Paillon de Contes 2 - ✕ ↗ D815 – Châteauneuf Villevieille – Col de Châteauneuf 627 m 8,7 – D805 – M815 – Tourrette Levens (↗ ↑ M19 14,1) - ✕ M19/D719 → D719 (pharmacie de Famajor 16) - ↗ ↑ D719 – Col d’Aspremont 532m 20,2 – Aspremont - ✕ D719/D14 → D14 - ✕ D14/D414 → D14 - ✕ D14/D614 ← D614 23,4 – Castagniers (Mairie 25,1) - ↗ ← M6202 29,6 - ↗ ↑ M6202 – Colomars (↗ → M2210 33) - Passage sur voie ferrée – Pont de Manda sur le Var-Pont sur M6202 Bis - Carros - ↗ de la Manda ↑ M2210 Route de la Manda - ↗ ↗ M2210 Route de la Manda (tennis) - ↗ ← - passage sur Boulevard de la Colle Belle M2210 Route de la Manda - ↗ ↑ M2210 - ✕ M2210/Rue des Grillons → Rue des Grillons 34,3 – Rue des Grillons – Pont sur la Route de la Manda - Chemin de Provence - ↗ ↑ Chemin de Provence – Saint Jeannet (✕ Chemin de Provence/D2209 ↗ C10 Chemin de Provence 37,4) - ✕ Chemin de Provence/Chemin des Trigands → Chemin des Trigands 39,2 - ✕ Chemin des Trigands/Chemin de la Billoire ← Chemin de la Billoire - ↗ ← M2210 Route de Gattières - ↗ ← M18 - ↗ → M318 Ancienne route de Vence – Chemin de Sainte Colombe – Vence (✕ Chemin de Sainte Colombe/Chemin du Collet → Chemin de Collet 42,3) – Avenue de Provence – Passage sous tunnel – ← Chemin de Saint Claude 43,1 - Chemin de Sainte Colombe - ✕ Chemin de Sainte Colombe/Traverse des Moulins △ M36 Chemin de Sainte Colombe – Place Antony Mars – Avenue Marcellin Maurel - ← M36 Avenue de la Résistance (Crédit Agricole) – Vence ← Office du tourisme 36 rue du 8 mai 1945 46,9 ⓘ - Rue du papillon (traverser parking supermarché Utile) – Rue de Stamford – M236 Avenue Émile Huges - ↗ ↗ M2210 Avenue Victor Tuby - ✕ ← M 2210A Avenue Rhin et Danube 47,5 - Passage sous pont Sapeurs Pompiers - ↗ ↑ M2210A (Castomagna) – Passage sous pont - ↗ du Souvenir Français ↑ D2110A – D2210 – Tourrettes sur Loup – D2210 Route de Grasse - ✕ D2210/D6 ↑ D2210 60,7 Le Bar sur Loup - Passage sous pont – D2210 Avenue Amiral de Grasse – Route du Bar – Châteauneuf Grasse (↗ → D203 67,3) D203 – passage sur pont - → Chemin de la Treille 67,5 - ✕ Chemin de la Treille/Chemin de la Couale ← Chemin de la Treille - ✕ Chemin de la Treille/Chemin des Groules → Chemin de la Treilles 68,8 – Chemin Saint Jean - ✕ Chemin Saint Jean/Chemin des Confréries → Chemin des Confréries ← Chemin Saint Jean – Grasse (✕ Chemin de Saint Jean /Chemin du Blumenthal ← Chemin du Blumenthal 70,3) - ✕ Chemin de Brumenthal/D7 ← → Chemin du Moulin de Brun 71,6 – Passage sous pont voie ferrée - Passage sous pont - ↗ ↑ - ✕ ← Chemin de l’Orme - ↗ ↑ Chemin de l’Orme - ↗ → Boulevard Marcel Pagnol - ↗ ↑ D9 Route de Pegomas - ↗ ↑ D9 Route de Pegomas 74,2 – Pont sur D6185 - ↗ ↑ D9(stade Louis Perdigon) – cimetière des Roumigières – Auribeau sur Siagne (↗ ← D9 78,6) - Sapeurs Pompiers - ↗ ← D9 – Pégomas - ↗ ↑ D109A - ↗ ← D109 81,3 – D109 Route de la Fènerie – Pont sur la Siagne – D109 Avenue du Général Garbay – Mandelieu la Napoule (↗ ↑ D109 84,9) – collège les Mimosas - ✕ 2ème → Avenue Janvier Passero 86,2 – ✕ Avenue Janvier Passero/D6007 ↑ D6007 – D6007 Avenue de Cannes – Passage pont sous A8 - ↗ Rue des Vignes 87,9 – Rue des Vignes - ✕ Rue de la Vigne/Boulevard des Écureuils → Boulevard des Écureuils - ✕</p>					

<p>Boulevard des Écureuils/D92 Avenue de la Mer ← Avenue de la Mer – 2Ponts sur la Siagne - ➡D92 89,3 – D92 Avenue de la Mer – passage sous voie ferrée - pont sous D6098 – Pont sur la Siagne - ✖D92/D6098 ←D6098 90,2 – Pont sur le Riou de l'Argentière – Route sur Voie ferrée - ➡des balcons d'Azur ↑ D6098 91,5 – D6098 Avenue de Lerins – Théoules sur Mer – Sapeurs Pompiers – D6098 Boulevard de la Corniche d'Or – D559 (Var 83) – Route des Calanques – Saint Raphaël – Route des Escalles- Route de Trayas – Pont sur voie ferrée – route de Saint Barthélémy – Pont sur voie ferrée – Pont sur voie ferrée – Pont sur voie ferrée – Boulevard Eugène Rieux – Agay (camping Agay Soleil – 1115 Boulevard de la Plage 111,9)</p>	111,9	5323,8	1708	55356	2022
---	--------------	---------------	-------------	--------------	-------------



https://drive.google.com/open?id=1gQiiUhtjSfNnlfUbaR_C2X4QA9FAqkCm&usp=sharing

Parcours Étape 46 8547745	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Agay – D559 Boulevard de la Plage - ↑ D559 – Pont sur l'Agay D559 Boulevard de la 36^{ème} division du Texas - Saint Raphaël (↑ 3,3) – D559 Route de la Corniche - Centre Européen de Rééducation du Sportif 7,8 – Boulevard Raymond Poincaré - ↑ D559 9,3 – Rue Waldeck Rousseau (Gare de Saint Raphaël Valescure) - ↑ - ↑ - Boulevard de la Libération - ↑ - Fréjus (→ Rue Roland Garros 12) - Rue Roland Garros - ↑ - ← D559 Avenue de Provence - → Avenue Marcel Foucou – Passage sous voie routière et ferrée - ← Rue de l'Esterel 13,3 – rue de l'Esterel - ↑ Rue Albert) - ↑ rue du Docteur Turcan - ← Rue Jean Jaures – Fréjus (office de tourisme 249 rue Jean Jaures 14,5)) – Rue Jean Jaures - Rue Jean Jaures/Rue du général de Gaulle → Rue du général de Gaulle - ← Rue Martin Bidoure – rue des quais – Passage sous voie ferrée – rue des Moulins - ← D98B Boulevard Séverin Décuers 15,7 - ← D559 Avenue de l'Argens - de l'Aéronautique Navale ↑ D559 - ↑ D559 – Pont sur le Reyran pont sur l'Argens – D559 Avenue de la Corniche d'Azur - → D559 20,7 - ↑ D559- Roquebrune sur Argens - Sainte Maxime – D559 – Avenue du Croiseur Léger Malin – stèle 2^{ème} Cuirassier - ↖ D559 32,4 - D559 Avenue Général Touzet du Vigier – Avenue du Général Leclerc - ↑ D559 – Pont sur le Préconil 37,4 - D559/D25 ↑ 559 Boulevard Jean Moulin - ↑ D559 Avenue Raoul Nordling – Grimaud (↑ D559 40,4) - ↑ D559 - ← D559 – Passage sous D61A – Pont sur la Giscle D559/D98 → D98 - ↑ D98 46 – D98 Avenue de Valensole - ↑ D98 – Cogolin - ↑ - ← D98 – D98 Quartier les Vergerets – La Mole (D98/D27 ↑ D98 Aéroport International de Saint Tropez 56,5) - ↑ D98 – D98 route du Dom – Borne les Mimosas (D98/D41 Col de Grateloup 192 m 69,8) - ↑ D98 route de Martegasse - → D559 73,4 – D559 – D98 – Avenue Lou Misträou – La Londe des Maures (D98 passage sous pont routier) – → - ← D559A 78,2 – D559A (pont sous D98) - route de Saint Honoré – office du tourisme - ↑ D559A – Avenue Albert Roux - ↑ - ↑ - ↑ D559A route de Hyères Pont sur D98 - ← Le Pin Vieux 82,3 – D559A – Hyères (↑ D559A) - ⚠ D559A – Pont sur le Gapeau - ↑ D559A Avenue de Rottweil - ↑ - ↑ - Avenue du 15^{ème} Corps - ↖ Boulevard Nocart - → Avenue Nocart – Boulevard Pasteur - Avenue Jean Jaurès - Avenue Jean Jaurès/Avenue Maréchal Foch → Avenue Maréchal Foch - Hyères (office du Tourisme 2 Avenue Joseph Clotis entrée côté avenue Maréchal Foch 88,6) Avenue du Maréchal Foch/Avenue de Belgique ← Avenue Joseph Clotis - ← Avenue Gambetta - rue du Sodat Bellon Antoine - ← Avenue Andrée de David Beauregard - Fontaine Godillot ↑ - Avenue des Nations Unies - ↑ Rue Jules Massel - Rue Jules Massel/Avenue Jean Nattes ← Avenue Jean Nattes – Gymnase Jules Ferry - Avenue Jean Nattes/rue de la Demi Lune → Chemin de la Demi Lune - Chemin de la Demi Lune/Boulevard Maréchal Juin ← Boulevard Maréchal Juin 90,3 Passage sur A570 – ↑ - passage sous voie ferrée - Saint Martin ↑ D276 route de Loubes – La Crau – D276 Avenue Jean Monnet - D276/D76 ↑ D76 93,9 – route de la Moutonne – Carqueiranne (→ D559) - Avenue Ganzin – Le Pradet (↑) - ↑ - ↗ Avenue Alain Le Leap - ↑ Avenue Alain Le Leap - ← D86 Avenue Jean Moulin 99,2 → - // D559 Avenue Général Brosset – La Garde (↖ Piste cyclable du Littoral 100,8) - ↑ Chemin de la Brasserie (Piste cyclable) – Toulon (</p>					

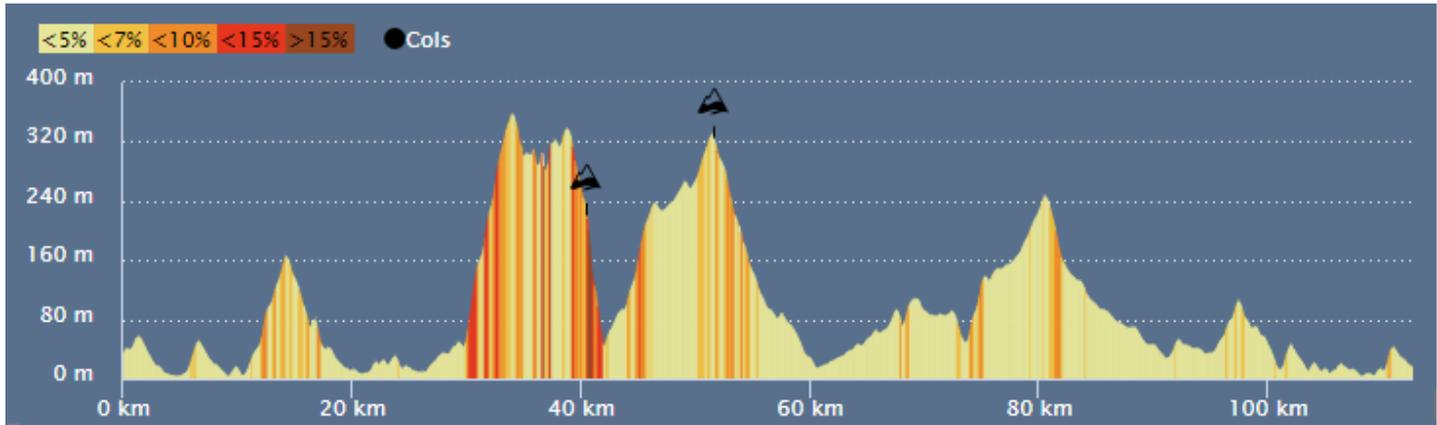
<p> ✖ Chemin de la Brasserie/Allée Georges Leygues ↑ Chemin de la Brasserie 105 – Chemin de la Brasserie(//Passage de la Barentine) - ✖ chemin de la Brasserie/Avenue du Général Pruneau → Pont sur A57 - ⬅ 105,8 – N1050 Avenue Alphonse Juin - ✖ Bir Hakeim N1050/D97 ↑ N97 - ✖ N97/Boulevard de Strasbourg ↩ Boulevard de Strasbourg 107,5 – Boulevard de Strasbourg – Boulevard du Général Leclerc 🚦 Place Gabriel Peri ← Avenue Winston Churchill - ✖ Avenue Winston Churchill/Rue Robert Guillemand → Rue Robert Guillemand 108,2 - Rue Robert Guillemand – Traverser Rue Robert Guillemand au niveau de Marine Nationale Base Navale de Toulon pour rejoindre 🚦 - Passer devant Marine Nationale Base Navale de Toulon - 🚦 Allée Castigneau - Avenue Amiral Aube - 🚦 2e sortie sur Avenue Lieutenant d'Estienne d'Orves 109,1 - 🚦 Arsenal Toulon Malbousquet 🚦 contre sens voie de circulation 110,3 – garage Nissan - 🚦 D559 Avenue Aristide Briand - ✖ Avenue Aristide Briand / Voie Communale Malbousquet - ↑ 🚦 Avenue Aristide Briand - Cimetière Lagoubran - 🚦 ↑ D559 111,6 - Ollioules (🚦 → D18 Avenue Yitzhak Rabin 112,3) – D63 - La Seyne sur Mer (passage sous voie ferrée) - 🚦 ↑ D63 - 🚦 ↑ D63 🚦 du 11 Novembre 1918 ↑ - La Seyne sur Mer (Parc des Fontanettes – 523 Avenue Marcel Paul 115,1) </p>	115,1	5438,6	673	56029	650
--	-------	--------	-----	-------	-----



<https://drive.google.com/open?id=1knQV89mwXTVSiLzoDcNNCEfr5XCjmKhA&usp=sharing>

Parcours Étape 47 8547760	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>La Seyne sur Mer - D63 – 3    Six Fours les Plages    -</p> <p>✕D63 Avenue Président John Kennedy ↗ Boulevard des Écoles (direction D559 Sanary sur Mer 3,4) -   D559 – rue du Rouveau - ✕ rue du Rouveau/promenade Général de Gaulle → D559 Promenade Général de Gaulle – Pont sur la Reppe - Sanary sur Mer ( Jerzy Popieluszko ) -   D559 Avenue Gallieni -  René Cassin → D559 5,5 – D559 Avenue de la Résistance -  ← D211 – Avenue de la Résistance -  Purkersdorf↑ D559 Route de Bandol – Bandol (✕ Pont sur l’Aren 9,3 – Avenue de la Libération -   (casino) – Quai Charles de Gaulle – Quai de l’hotel de Ville -  → Rue Pierre Toesca - ✕ Rue Pierre Toesca/Avenue du 11 Novembre ↗ Avenue du 11 Novembre 1918 -  ↗ Avenue de la Gare 11,2 – Passage sous voie ferrée – Rue Jean Loste – Boulevard de Marseille -   D2559 -   D559 12,8 -   D559 – Saint Cyr sur Mer (✕D559/D226  D559 17,1) – Cimetière -  ✕D559/D89 ↗D559 18,6 - ✕D559/D87  D559 – passage sous voie ferrée – D559 Avenue du Maréchal Juin -  Marro  D66 Avenue de la Mer – Avenue du Port -  ← D559 résidence l’Amiradou 21,6 – D559 Avenue de Fontsaïnte – La Ciotat – d559 Avenue Mireille – passage sous pont routier -   D559 Avenue Pierre Rovarch 26,1 -   D559 avenue Pierre Rovarch -   D559 Avenue Pierre Rovarch – Cimetière -    ← D40B Avenue du Caporal Chef Alain Deruy 28,1 -  ↗ D141-   D141 chemin du Puits de Brunet -   D141 -  ← Chemin du Puits de Brunet -  ← D141 Avenue Louis Crozet - ✕ Avenue Louis de Crozet/D141↗D141 Avenue Jean Graille - ✕Avenue Jean Graille/Avenue Marcel Camusso → D141 Avenue Marcel Camusso (direction route des Crêtes) 29,9 – avenue Marcel Camusso – Route des Crêtes - Pas de la Colle 197 m 40,6 - ✕D141/D559←D559 – route Pierre Imbert – Avenue du Maréchal Foch -  ← D559 43,5 – D559 Route de Marseille -  ← D559 route de la Gineste – Marseille col de la Gineste 326 m 51,6 -   D559-  → Boulevard de Redon 57 – Boulevard de Redon -   Boulevard de Redon -   Boulevard du Cabot-Boulevard de Sainte Marguerite – Boulevard Schloesing – passage sous Pont – palais des sports – D559 Boulevard Rabatau passage sous tunnel – passage sous pont – Boulevard Jean Moulin – passage sous pont – passage sur A50 62,1 – Boulevard Jean Moulin – Université Aix Marseille – Boulevard Sakakini – Boulevard Françoise Duparc – Piscine Vallier – Passage sous voie ferrée 64,9 - ✕ Boulevard Françoise Duparc/Avenue de Montolivet ↗ avenue de Montolivet -  Boulevard de Banon -  Rue Roche - ✕ Rue Roche/Boulevard Françoise Duparc  Rue Pierre Roche - ✕ Rue Pierre Roche/Avenue des Chartreux → Avenue des Chartreux – Avenue des Chartreux – Avenue de Saint Just – passage sous avenue Alexander Fleming – Rue Alphonse Daudet - ✕ Rue Alphonse Daudet/Boulevard Alphonse Moutte ← Rue Alphonse Moutte 66,9 - Rue Alphonse Moutte – Avenue Corot – Passage sous Pont - ✕ Avenue Corot/Avenue Prosper Mérimée → avenue Prosper Mérimée 68,3 – avenue Prosper Mérimée -   avenue Prosper Mérimée – Pont sur N1547 - ✕ Avenue Prosper Merimée/D4 Avenue Alexandre Ansaldi ← D4 – Boulevard Anatole de la Forge – Chemin de Saint Joseph à Sainte Marthe – D4 Passage sous voie ferrée 71 – D4 Boulevard Roland Dorgeles - ✕ Boulevard Roland Dorgeles/Rue le Chatelier ← rue le Chatelier</p>					

<p>72,5 – rue le Chatelier – passage sous A7 – avenue Paul Gaffarel Passage sur voie ferrée - ✘ Avenue Paul Gaffarel/Avenue saint Louis → Avenue Saint Louis 74,2 – Avenue Saint Louis – Avenue de la Viste - 🚦 ↑ Avenue Saint Antoine – Passage sous voie ferrée - ✘ Avenue saint Antoine/D5A ← D5A 77 - 🚦 → D113 – D113 Avenue François Mitterrand – passage sous voie ferrée – Les Pennes Mirabeau – Mairie - (🚦 ↑ D113 81) – D113 passage sous A7 – passage sur route - 🚦 ← D368 82,3 - 🚦 ← D368 – passage sur A7 – Gignac la Nerthe (🚦 ↑ D368 87,8) - 🚦 ↑ Avenue Fernandel – Passage sur route - 🚦 ← D48 91,5 – D48 - ✘ D48/D48A → D48A 92,6 - 🚦 ↑ D48A avenue de la Méditerranée – Châteauneuf les Martigues (🚦 ← D9 95,1) – D9 Passage sous A55 – D9 - 🚦 97,6 – Ensuès la Redonne - ✘ D9D ← D9D - Passage sur D9 - ✘ ← D9D - 🚦 → D5 98,8 – D5 Avenue de la Côte Bleue - Passage sous voie ferrée – Carry le Rouet (🚦 ↑ D5 101,4) - 🚦 ↑ D5 104,1 - 🚦 ↑ D5 – Boulevard des Moulins – avenue Draio de laMar - 🚦 ↑ D5 – D49D – Sausset les Pins – Avenue Alphonse Fouque – Route de l'Étang de Berre - ✘ Route de l'Étang de Berre/ avenue du Port ← D49B avenue du Port 108,2 - D5 Avenue Siméon Guoin - 🚦 ← D49 route de la Couronne – Route des Bastides - Martigues (🚦 ↖ Allée des Buissons 111,4) – allée des Buissons – Chemin de Sainte Croix - 🚦 → Chemin du four à Chaux - Martigues (Camping Pascalounet Route de la Saulce 112,8) -</p>	112,8	5551,7	1594	57620	1622
---	-------	--------	------	-------	------



https://drive.google.com/open?id=14pN2-7er-vLjEW_Tbv3sDkpC35P-4kJ&usp=sharing

Parcours Étape 48 8547775	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Martigues - Route de Saulce - ✖ Route de Saulce/D49 ← D49 route des Bastides 1,8 - 🚦 → D49 Route de Martigues – Passage sur voie ferrée – Passage sous D9 – Col de la Gatasse 122m 5,4 - Route de la Couronne – D5 – Route de saint Pierre – Passage sur A55 - ✖ D5/D9 → D5 Boulevard Marcel Cachin 9,9 – D5 – Boulevard Émile Zola – Avenue Charles de Gaulle - ✖ Avenue Charles de Gaulle/Avenue Frédéric Mistral ← avenue Frédéric Mistral 10,7 – Avenue Frédéric Mistral – Quai Général Leclerc – Pont sur canal Galiffet - 🚦 → 11,6 - Pont maritime – gare routière – Quai des Girondins – Rue de Verdun - ✖ Rue de Verdun/Boulevard du 14 Juillet ← Boulevard du 14 juillet 11,9 – Boulevard du 14 Juillet - ✖ → Avenue du Président Kennedy - 🚦 Chemin du Paradis 12,3 - ✖ Chemin du Paradis/Avenue du Commandant l'Herminier ← Avenue du Commandant l'Herminier – Martigues (office du tourisme Maison du Tourisme Rond-Point de l'Hôtel-de-Ville 13,1) - ½ tour Avenue du Commandant l'Herminier - ✖ Avenue du Commandant l'Herminier/Avenue Clément Escoffier ← Avenue Clément Escoffier - 🚦 → Avenue du Moulin de France 13,9 - Avenue du Moulin de France - ✖ Avenue du Moulin de France/D5 ↑ D50C Boulevard des Rayettes - 🚦 ↑ D50C Boulevard des Rayettes - ✖ Boulevard des Rayettes/route de Saint Macaire 🚦 D50C route de Saint Macaire 15,4 - Port de Bouc (✖ D50C/D50 → D50 18,2) ✖ D50/D51A ← D51A route de Saint Blaise – Saint Mitre les Remparts (✖ D51A/D51 ← D51 22,1) - D51 route de Saint Blaise Chemin de Lavalduc – Istres (✖ → D51 27,9) – D51 route de Fos 🚦 ↑ - 🚦 Céline Avril ↑ - 🚦 ← avenue Raymond Filippi 29,6 - 🚦 ↑ - 🚦 ↑ - 🚦 ↑ - 🚦 Aimé Césaire ← Avenue Félix Gouin 30,6 🚦 ↑ - ✖ avenue Félix Gouin/Avenue Adam de Craponne ← Avenue Adam de Craponne 31,9 – Avenue de Saint Exupéry - 🚦 ↑ Avenue Saint Exupéry – D569N - ✖ D569N/D5 ← D5 35,6 – D5 - passage sur voie ferrée – passage sur N569 – pont sur voie ferrée – Entressen - 🚦 ↑ D5 43,2 – passage sous A54 – Saint Martin de Crau (🚦 ↑ D5 47,5) – D5 – Mouries (✖ D5/D17 🚦 D17 52,6) – D17 Route de Salon - 🚦 ↑ D17 – Avenue Pasteur – Avenue Roger Salengro - 🚦 ↑ D17 – D17 Route de Mausanne – Maussane les Alpilles (✖ D17/D5 ↑ D17 61) - D17 Avenue de la Vallée des Baux – Fontvieille (✖ D17/D78F ↑ D17 65,4) - 🚦 ↑ D17 🚦 D17A – Avenue Frédéric Mistral - 🚦 ↑ D17A – Avenue Montmajour - ✖ D17A/D17 🚦 D17 70,6 – D17 Avenue d'Arles – Arles (🚦 ↑ 76,1) – Pont sur le canal du Vigueirat - 🚦 ← - Avenue de Stalingrad – Passage sous voie ferrée – passage sous pont - 🚦 ← Boulevard Émile Combes 78,6 - ✖ Boulevard Émile Combes/Boulevard des Lices → Boulevard des Lices 79,6 – Boulevard des Lices – Boulevard Georges Clémenceau - ✖ Boulevard Georges Clémenceau/Rue Gambetta → Rue Gambetta 80,2 – D35A Rue Gambetta – Rue de la République – Rue Anatole France – Pont de Trinquetaille sur le Rhône 80,6 – D35A rue de la Camargue - ✖ Rue de la Camargue/Rue Pierre Brossolette 🚦 Rue Pierre Brossolette 81 – Rue pierre Brossolette - 🚦 Rue André Benoît - 🚦 Avenue de la Camargue - passage sous pont voie ferrée – passage sous N113 - 🚦 Maurice Étienne ↑ Route de Gimeaux 82,7 – Route du mas du Tort - ✖ 🚦 Drailasse de Saint Gilles 85,6 - 🚦 Drailasse de Saint Gilles – Chemin de Palun Longue - Pont sur canal du Fourchon - ✖ Chemin de Palun Longue/D37 → D37 94 – D37 - ✖ D37/D572N ↑ Route des Cabanettes 95,6 - ✖ Route des</p>					

Cabanettes/D572N→D527N **96,8** – Pont sur le petit Rhône – D6572 – **Saint Gilles** - passage sous voie ferrée – Boulevard de Chanzy – pont sur canal - ✕ rue Gambetta/rue de la Chicanette
 ← Rue de la Chicanette (Caisse d'Épargne)– **Saint Gilles**
(Camping la Chicanette 7, Rue de la Chicanette 99,2)

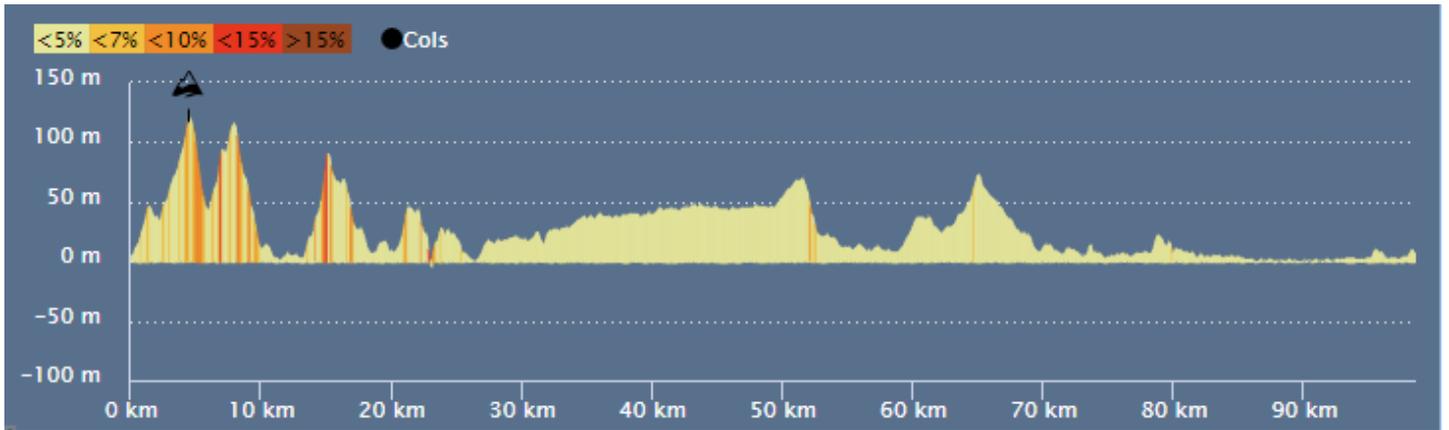
99,2

5651,3

726

58346

725

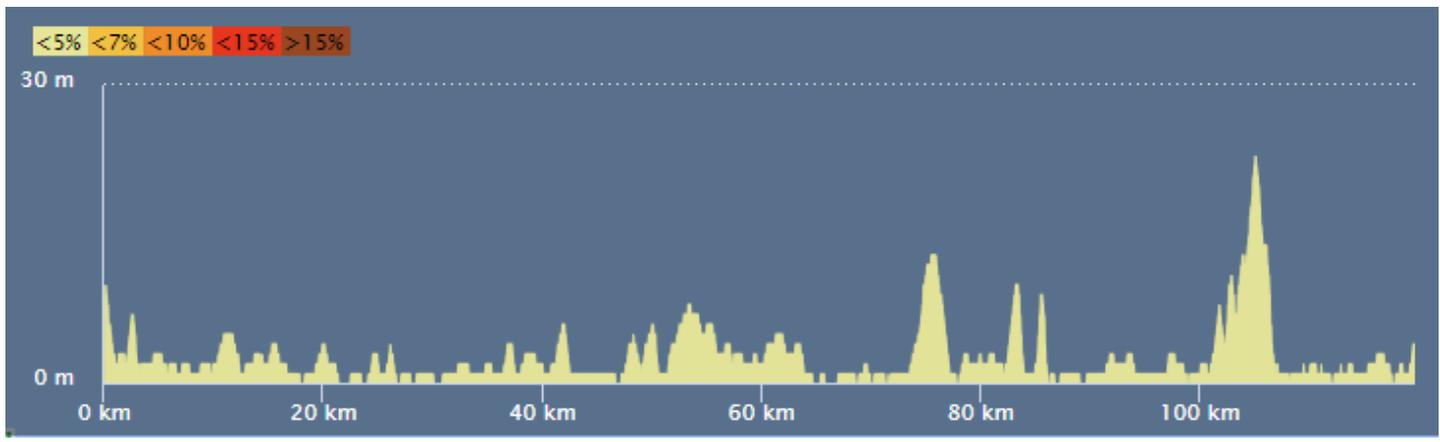


https://drive.google.com/open?id=1DK4W7BPSDmHZS_RRc-bHtOLu3RLFn1wG&usp=sharing

Parcours Étape 49 8547780	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Saint Gilles – rue de la Chicanette - → D6572 rue Gambetta – Boulevard Chanzy – Pont sur Canal – Pont sous voie ferrée – D572N - Pont sur le petit Rhône - ✕ d572 N/D37→D37 3,7 – Arles (✕D37/D570→D570 11,2) – Saintes Maries de la Mer (✕D570/D38C→D38C 21,5) – Pont de Sylvéreal sur le Petit Rhône - D58 – Vauvert (🚦 ↑ D58 30,8) – Saint Laurent d’Aigouze (D58 ← face O Fruits Sud 38,4) – Aigues-Mortes (✕ Route Fricasse et Pinède/ rue de la Pinède → rue de la Pinède 40,4) – Pont sur canal du Bourgidou – Rue de la Pinède – Tennis ✕Rue de la Pinède/D79←D79 41,4 - D79 faubourg du 12 Avril → Faubourg National – ↑ Porte Saint Antoine – Rue Gambetta ✕ RueGambetta/Rue Pasteur→Rue Pasteur - Aigues Mortes (Office du Tourisme 2 rue Pasteur entrée Place Saint Louis 42,2) place Saint Louis – Rue Saint Jamais - → Rue Theaulon - Porte des Moulins - ↑ - ✕Rocade Sud - → Rocade Sud 42,5 – Passage sur voie ferrée - ✕Rocade Sud/D979 ←D979 – Le Grau du Roi (🚦 ↑ quai Colbert 47,4) - Quai Colbert - ✕ → Pont tournant 47,9 – ← Après pont tournant Quai du Général de Gaulle - → Rue de l’Égalité (église Saint Pierre) - ✕ Rue du Commandant Marceau ← Rue du Commandant Marceau (rester sur trottoir gauche 🚦 48,45) - Rue du Docteur Jean Bastide (🚦 sur trottoir gauche) - 🚦 🚦 sur côté gauche route D255 route de Carnon Hôpital Universitaire de Réadaptation, de Rééducation et d’Addictologie du CHU de Nîmes au Grau-du-Roi 50,45 – camping Le Boucanet – Tennis – Traverser D255 avant Pont sur le Vidourle passe des Abimes 51,85 – D62E1 - Avenue du Général Leclerc – La Grande Motte (Après pont ↗ 🚦 52) – Passage sous pont – Tennis - ✕ 🚦 /Rue Saint Louis - ↑ 🚦 - ✕ Allée Cavalière ← Allée cavalière 52,8 - Passage sur D62E1 – 1^{ère} → après passage pont 53 – Allée André Malraux - ✕ Allée André Malraux/Avenue de Melgueil ↑ Avenue Jean Bène 53,5 Avenue Jean Bène - ✕ Avenue Jean Bène/Allée des Parcs → Allée des Parcs 🚦 sauf vélo 53,7 - ✕Allée des Parcs/avenue de Montpellier ↑ avenue de Lattre de Tassigny (🚦 sur la droite) 54,1 – Avenue de Lattre de Tassigny - 🚦 → 🚦 sur trottoir gauche 56,4 – Maugio (✕↑ D59 suivre 🚦 sur le trottoir de gauche 58,5) - 🚦 ↑ D59 60,7 – D59 Avenue Grassion Cibrand 🚦 ↑ - 🚦 ↑ - 🚦 → 62,3 - ← - → rue des Épis 🚦 sur le trottoir de gauche - ✕ Rue des Épis/roc de l’Avranche ← roc de l’Avranche 🚦 sur le trottoir de gauche 62,6 – Avenue JB Solignac – Traverser l’avenue JB Solignac pour rejoindre 🚦 63,15 – Avenue JB Solignac – Rue du Grau – Passage sous D62E2 64,15 – Parking Club Aviron - ← passage sur pont maritime - ← passage sous D62E2 64,45 - 🚦 - 🚦 ↑ sur trottoir gauche – Palavas les Flots – Camping des Roquilles - 🚦 ↑ 🚦 sur trottoir gauche 67,9 - 🚦 ↑ 🚦 sur trottoir gauche 69,2 – passage sous pont D62E2 69,5 - ⚠ Pont sur le Lez – Longer la D986 - ✕D986←D986 70,4 – D986 Pont sur le canal du Rhône à Sète - ✕ → 70,85 - 🚦 Les 4 canaux – Carrefour Market – Villeneuve lès Maguelone - 🚦 ← Traverser 185 rejoindre 🚦 sur trottoir opposé // D185 72,35 – Pont maritime D185 - 🚦 ↑ D185 🚦 sens de circulation 74,75 - 🚦 ← Traverser D116 🚦 sens opposé voie de circulation 75,85 - Allée du collège 76,85 - 🚦 Traverser D116 🚦 ↑ 🚦 - 🚦 ↑ 🚦 - D116 Fin 🚦 - D116E3 – D116 – Vic la Gardiole (✕D116/D114 ↑ Boulevard des Aresquiers 83,35) – Boulevard des Aresquiers – Rue du Labech – Rue du Puits Neuf Avenue de la Mission - ✕ avenue de la Mission/D 114 →D114 84,65 - 🚦 // D114 – Frontignan - passage 🚦 sous pont et</p>					

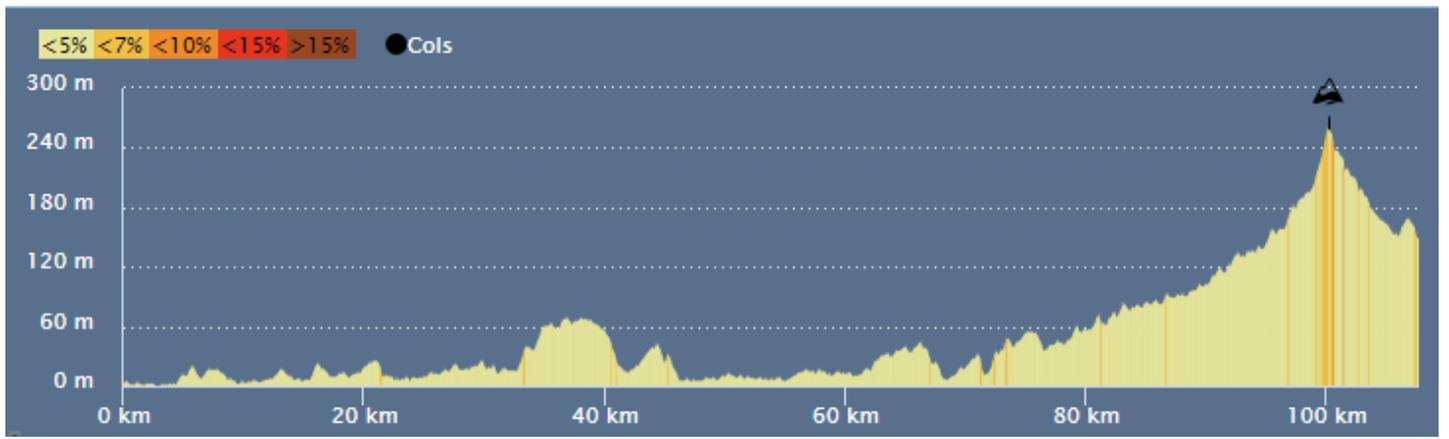
rejoindre sur trottoir sens opposé voie de circulation 87,65
 continuer sur voie opposée sens de circulation D60 -
 sur voie opposée sens de circulation D60 91,35 - sur voie
 opposée sens de circulation 92,75 - ↑ D60 Avenue des
 Étangs - Pont maritime – D129 - passage milieu - Terrains de foot ✕
 Quai de Caramus - ← passage sous voie ferrée 94,45 - ✕ →
 D129 – Pont maritime - ← quai Voltaire 2^{ème} partie - piste
 cyclable- prendre i - Quai des Pavois – passage sous D600
 98,65 - → pour rejoindre D2E2 route de Montpellier ← D2E2
 route de Montpellier passage sous voie ferrée – passage sous
 D2 - ✕ D2E2/D2→D2 99,95 – Passage sur pont du canal du
 Rhône à Sète – Sète - D2 passage sur voie ferrée – passage sur
 voie routière – D2E7- gare → 102,5 – Pont maritime –
 Avenue Victor Hugo - ✕→ Pont de Pierre sur le canal de la
 Peyrade - → quai Rhin et Danube 103,2 - 2^{ème} partie au
 niveau feu tricolore – quai Noël Guignon - → pont maritime de
 la Civette - ← quai de la Résistance - ↗ quai de la Résistance –
 Grande rue Mario Roustan – Sète (office du tourisme 60 Grande
 Rue Mario Roustan 104) - ✕ ↗ Promenade Jean Baptiste Marty
 ↑ promenade Maréchal Leclerc voie opposée de
 circulation 104,55 - ↑ place Édouard Herriot – casino - ↗
 boulevard Joliot Curie – piscine municipale - de l'Europe ←
 avenue Jean Monnet 107 – Pont sur le canal des Quilles - →
 Boulevard Cerf Lurie 107,55 - ✕ Boulevard Cerf Lurie/route des
 quatre Chansons ← Route des quatre Chansons 107,9 - ↑
 109 - ↑ 111,1 - ↑ 112,8 - ↑ 114,8 - ↑ 117,2-
 Marseillan - ← impasse des Cigales 119,1 - ✕ Impasse des
 Cigales/avenue de Sète → avenue de Sète - ← Chemin des
 Baigneurs – Marseillan (Camping Le Paradou, 2 Impasse
 Ronsard 120,4)

120,4	5771,7	170	58516	174



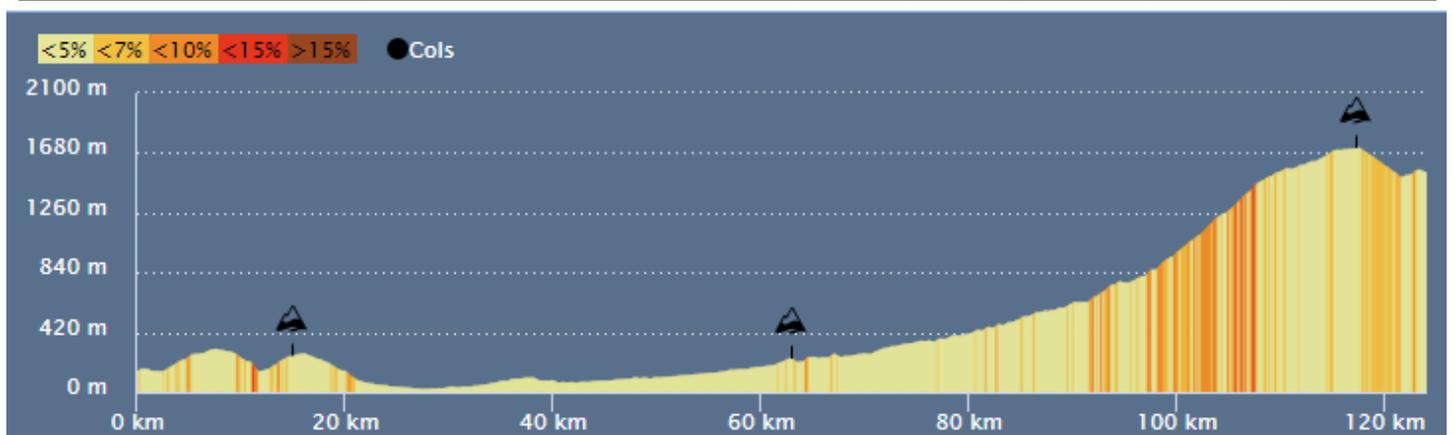
<https://drive.google.com/open?id=15jUUwOV1LVJN1QQbWJWIB2iJeOQaZS5w&usp=sharing>

Parcours Étape 50 8552690	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Marseillan – Rue Georges Brassens → Rue Jacques Brel - ← D612 Avenue De Sète – Pont sur Grau de Pisse Saumes - ⬆️ ⬆️ D612 Avenue du Clavelet 1,2 - ⬆️ ⬆️ ⬆️ trottoir voie opposée de circulation Avenue du Clavelet 2,2 - suivre ⬆️ sur la gauche Ne pas passer sous pont routier D912 – Agde- ⚠️ passer sous pont routier D612 → 4,9 – Camping le Maridor - ⬆️ ⬆️ ⬆️ voie opposée sens de circulation – Bowling - ⬆️ ⬆️ - ⬆️ ⬆️ 6,5 - ⬆️ ⬆️ D912 ⬆️ sens de circulation - ⬆️ ⬆️ - stade - ⬆️ ⬆️ fin de ⬆️ - ✖️ ↗️ D912 avenue du Général de Gaulle – Rue Richelieu - ⬆️ ⬆️ rue Claude Bernard – Pont sur l’Hérault 8,6 – Avenue Victor Hugo - ✖️ Avenue Victor Hugo/Rue de la Digue ← Rue de la Digue (gare) 8,95 – rue de la Digue - ⬆️ ⬆️ ⬆️ D912 route de Béziers – pont sur le ruisseau de l’Ardaillou – Vias - Passage sous D912 12,15 - ⬆️ ⬆️ ⬆️ D912 avenue de Béziers – tennis - ⬆️ ⬆️ ⬆️ D912 - ⬆️ ⬆️ ⬆️ D912 (Intermarché) 13,95 – Pont sur le Libron – D612 – Portiragnes - ⬆️ ⬆️ ⬆️ D612 17,9 – D612 – Villeneuve les Béziers - Passage sous pont routier 21,6 – Passage sous pont routier (D37E16) – Intermarché - ⬆️ ⬆️ de la Madeleine ↖️ D612B 23,8 - ⬆️ ⬆️ ⬆️ D612B - ⬆️ ⬆️ ⬆️ D612B – passage sous A9 26 – D612B - pont sur voie ferrée - ⬆️ ⬆️ ⬆️ D612B 28,9 – D612B – pont sur voie ferrée - ⬆️ ⬆️ ⬆️ Jean Jacques Beucler ← D612B avenue Cap d’Adge – passage sous voie ferrée - Béziers - ⬆️ ⬆️ ⬆️ D612B avenue du Président Wilson - ⬆️ ⬆️ ⬆️ ⬆️ avenue du Président Wilson - ⬆️ ⬆️ ⬆️ D612B Boulevard de Verdun 30,1 – Boulevard de Verdun – passage sous voie ferrée ⬆️ ⬆️ → Rue Lieutenant Pasquet - ⬆️ ⬆️ Pierre Brousse ← Pont d’Occitanie sur l’Orb - ⬆️ ⬆️ → D19 route de Sérignan 31,5 – passage sous voie ferrée - ✖️ route de Sérignan/rue du canal ⬆️ place des Tilleuls (route de Sérignan) - ✖️ Route de Sérignan/D612B ⬆️ Place Émile Ain - ✖️ place Émile Ain/Avenue du pont Vieux ← Avenue du pont Vieux 32,15 - Avenue du Pont Vieux - D612B - ↖️ D11 Avenue Pierre de Coubertin – D11 Rue Paul Dardé - ⚠️ D609 Route de Narbonne – passage sous voie ferrée - ⬆️ ⬆️ Bachaga Boualem ⬆️ D609 33 – pont sur Canal du Midi – Passage sous D64 - ⬆️ ⬆️ ⬆️ D609 34,6 - ⬆️ ⬆️ ⬆️ D609 37,1 – Nissan lez Enserune (✖️ D609/D162 ⬆️ D609 40,6) – D09 – D6009 – Coursan - Pont sur l’ancien canal de Cuxac d’Aude à Lespignan – D6009 Avenue de l’Hérault – Pont sur l’Aude 50,5 - D6009 Avenue de Toulouse – Narbonne ⬆️ ⬆️ ⬆️ avenue Carnot 55,5 - ⬆️ ⬆️ ⬆️ avenue Carnot – Boulevard Frédéric Mistral – Boulevard du Docteur Léon Auge – Pont de l’Escoute 58 - ⬆️ ⬆️ Avenue des Pyrénées – Avenue Génomène d’al Leclerc – Cimetière – avenue d’Espagne - ⬆️ ⬆️ de la Liberté ⬆️ 59,4 – Pont sur voie ferrée - ⬆️ ⬆️ ⬆️ avenue d’Espagne - ⬆️ ⬆️ ⬆️ route de Perpignan – passage sous pont routier - ⬆️ ⬆️ ⬆️ D6009 61,5 – passage sous pont A61 - ⬆️ ⬆️ ⬆️ 62,9 – Bages – Peyriac de Mer (passage sur A9 68,2) – pont routier – Sigean (⬆️ ⬆️ → D611A 72,4) passage sous A9 – Portel des Corbières – D611A – Villesèque des Corbières - ✖️ D611A/D611 ⚠️ D611 82,9 – passage sous tunnel – pont sur la Berre - ✖️ D611/D50 ⬆️ D611 86,6 – Durban Corbières (pont sur le Barrou) – D611 – Avenue des Corbières – Avenue des Hautes Corbières – Villeneuve les Corbières - D611 Cimetière 94,9 – Tuchan (Col d’Extrême 251 m 100,7) – Rue du Faubourg – ← rue des Anges – place de la Fontaine – Grande rue – Rue de l’Ormeau – rue du Pont – D 611 - ← route de Paziols Tuchan (Camping La Peiriere Route de Paziols 108)</p>	108	5879,7	777	59293	631

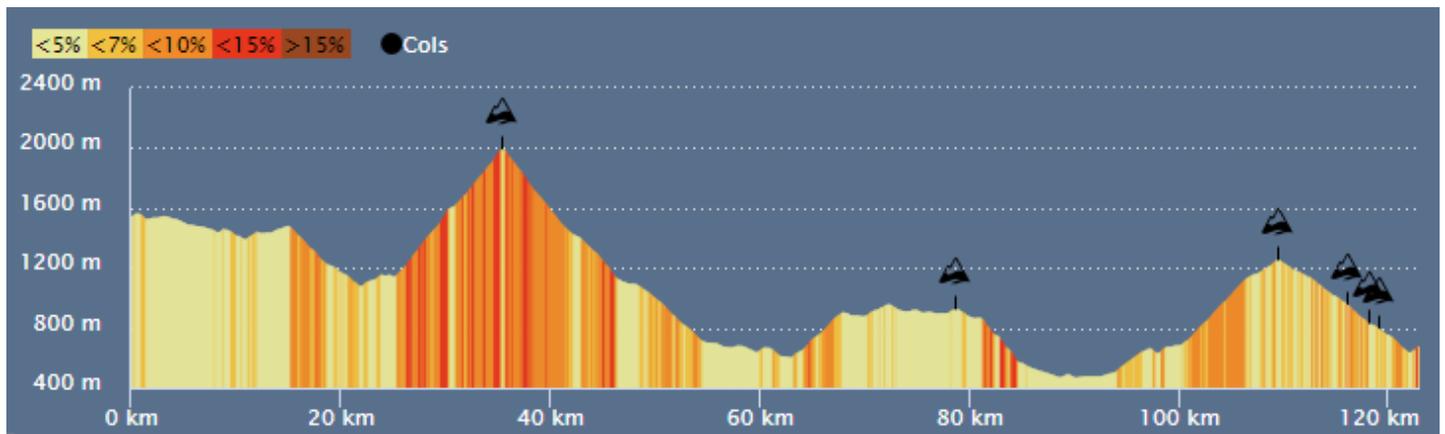


<https://drive.google.com/open?id=1BS8Cq6-5seSXcl8eTeMjCt3qNnd7AMc0&usp=sharing>

Parcours Étape 51 8566460	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Tuchan → D611 - → D611 Route des Anges - ✖D611/D39 → D611 – Rue du Faubourg – Route de Narbonne - ✖D611/D39 → D39 1,4 – D39 Route de Vingrau – D12 – Vingrau - ✖D12/D9 ↑ D9 12,1 - ✖D9/D12 ↑ D12 14,9 – Espira de l'Agly - ✖D12/D18 ← D12 23,9 - ✖ → 24,9 – Rivesaltes - ✖ → Route de Tuchan 27 passage sous voie ferrée - ✖ route de Tuchan/D5 ↗ D5 route de l'Agly 27,8 - pont sur l'Agly - → avenue Louis Blanc - ✖ avenue Louis Blanc/D50 rue Victor Hugo ↑ avenue Ledru Rollin – Rivesaltes (office du tourisme, 9 avenue Ledru Rollin 28,65) - ↑ D614 avenue des Pyrénées - ✖ avenue des Pyrénées/route de l'Aéroport → route de l'Aéroport 29,1 – passage sous voie ferrée D614 route de l'Aéroport - ← D614 – passage sur la D117 - ↑ D614 – Peyrestortes ↑ D614 – Cimetière - ↑ D 614 32 - sens voie de circulation – Baixas fin de 34,6 D614 – Avenue du Maréchal Joffre – mairie – boulevard Sadi Carnot - ↑ D614 - ↑ D614 – poste électrique - Villeneuve la Rivière ↑ D614 40,2 – Pézilla la Rivière ↑ des Jaunes et Noirs ↑ D614 43,5 sens voie de circulation D614 rue Joseph Sarda Garrida - ↑ D614 Route de Corneilla - fin de ↑ D614 46 – Millas ← D612 route d'Estargel 49,2 – Pont sur le Têt – Pont sur la N116 – Avenue du 8 mai 1945 ✖D612/D916 → D916 50 – avenue Jean Jaures – D916 rue Aristide Maillol – Avenue du Général de Gaulle - Néfiach – D916 – Camping la Garenne 53,2 – Ille sur Têt (↑ D916 55,8) – ↑ D916 – Avenue Pasteur- Piscine - ← D916 58,9 – Pont sur N116 - ↑ D916 - ↑ D116 – ← N116 Bouleternère - passage sur voie ferrée – N 116 Col de Ternère 233 m 63 - passage sous voie ferrée – N116 pont sur le Ruifagès – Vinca – N116 pont lac des Escoumes - 65,5 - Marquixanes – N116 – passage sur voie ferrée – Prades (↖ D916 74,3) – D916 Avenue du Général de Gaulle – D916 Route de Ria – Codalet (✖ D916/N116 ← N116 76,8) – Ria Sirach – N116 passage sous voie ferrée – Vieffranche de Conflent → N116 81,7 – N116 passage sur le Têt – passage sur voie ferrée – camping Mas Lastourg – Serdinya – Olette (✖ N116/D57 ↑ N116 90,5) – Souanyas (✖ N116/D28 ↑ N116) – N116 – passage sous tunnel – pont sur le Têt – Thuès entre Valls – passage sur le Têt – Fontpédrouse (passage sous viaduc 100,6) – Point de vue du Pont Gisclard – Sauto – N116 – Mont Louis (office de tourisme, 6 Boulevard Vauban 111,8) - ½ tour N116 - → D118 112,6 → D118 col de la Quillane 1713 m 118,4 - ↑ D118 – Matemale (✖ D118/D52 ← D52 123,4) – ✖ D52 Route des Cariolettes ← 124,2 - Matemale (Camping du Lac Matemale Route des Cariolettes 124,8)</p>	124,8	6004,5	2209	61502	813

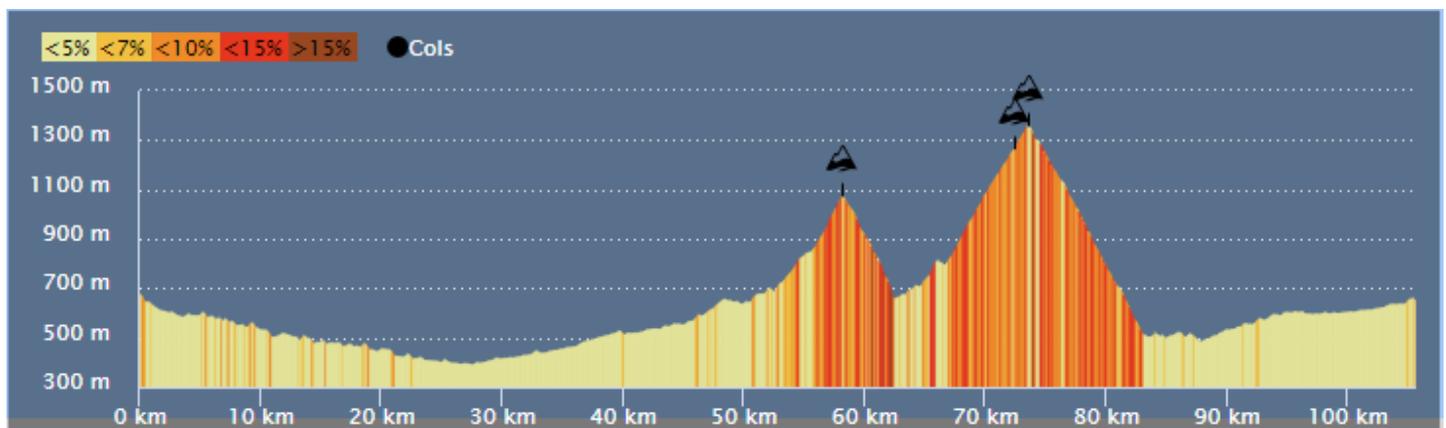


Parcours Étape 52 8559829	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Matemale - ✕D52 Route des Cariolettes → D52 - ✕D52/D118 ←D118 1,3 - D118 - Formiguères - Puyvalador ✕D118/D32 ↻D32 10,3 - D32 - D16 - Quérigut ✕D16/D316 D16 ⚠église 18,5 - Le Pla - ✕D16/D416 ←D416 21,9 - D416 - D25 - Mijanès - D25 Col des Trabesses 1916 m 34,3 - D25 - Port de Pailhères 2001 m 35,3 - D25 - Ascou (✕D25/D613 ↻D613 50,5) - Ax les Thermes ⚡↑ Place du Breilh - Avenue Théophile Delcassée - la Capelette - Savignac les Ormeaux - ✕ route d'Espagne/D719 → D719 57 - passage sur voie ferrée - Pont de Perles sur l'Ariège - Perles et Castelet (✕N20 →N20 59,9) - N20 - Luzenac - ✕D20/D2 →D2 62,5 - ↑ D2 rue de la Mairie - pont sur l'Ariège - ✕D2/D55 ←D55 (cimetière) - Veneaux (Église Sainte Marthe 64,4) - D55 - Lordat (✕D55/D20 ↻D20 67,7) - Axiat - Appy - Caychax - Verdun (✕D20/D120 ↑D20 76,8) - D20 Pas de Souloumbrie 911 m 78,4 - Cazenave Serres et Allens - L'Arnavé - Bompas (✕D20/D618 ←D618 87,9) - Tarascon sur Ariège - Pont sur l'Ariège 91 - →D618Y avenue Peyrevidal - D618Y rue Irénée Cros - ✕D618Y ↗ D618Y - D618 Avenue Paul Joucla - Pont sur voie ferrée - ⚡ → N20 - ⚡ ←N20 Poste électrique - ⚡↑ D618 92,8 Bédeilhac et Aynat - D618 - Saurat Col de Port 1249 m 109 (auberge de la Sapinière) - D618 - Col des Caougous 947 m 116 - D618 - Massat - pont sur l'Arac - Massat (office du tourisme, route du col de Port 122,2) - D618 ✕ D616/Rue des Écoles ←Allée des Écoles (poste et église) - Massat (Camping municipal du Pouech 122,6)</p>	122,6	6127,1	2414	63916	3283



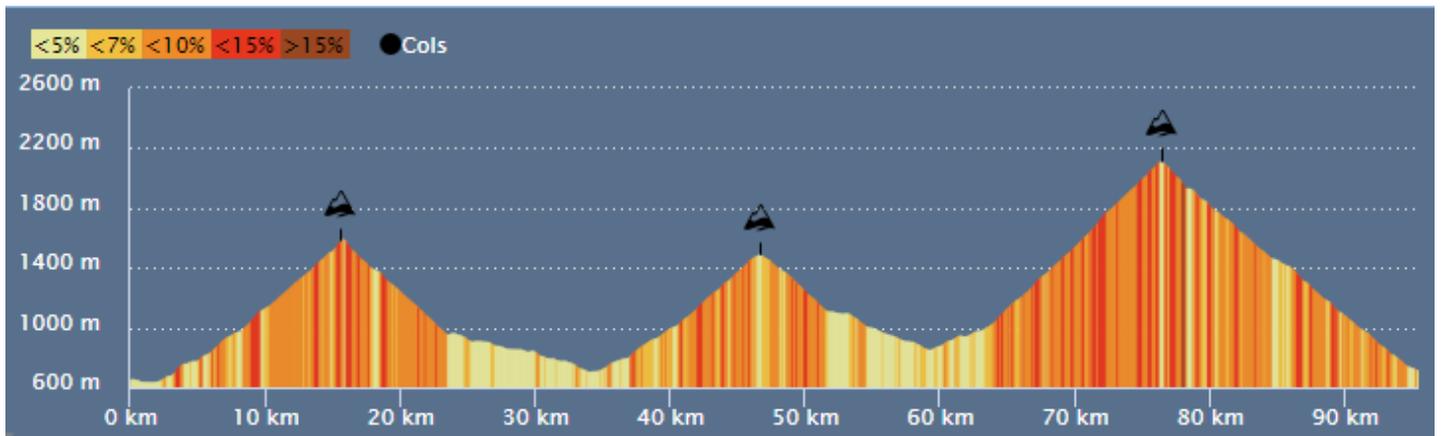
<https://drive.google.com/open?id=166wj3AUTvL5GZPt8EeYYI2Smdxgi3rPu&usp=sharing>

Parcours Étape 53 8562962	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Massat - D618 – Pont sur l'Arac - Biert – Pont sur l'Arac – Arac Aleu (✖D618/D317↑D618 11) – Soulan (🚦 → D3 15,2) –D3 Pont sur l'Arac – Erp – 4 Tunnels – Lacourt - Cimetière – tennis ✖ D3/D33↑D3 22,9 - Saint Girons –Sapeurs Pompiers 🚦</p> <p>←D117 Avenue du Général de Gaulle 26,5 – pont sur le Salat - 🚦 → avenue Gallieni – rue Villefranche – Pont sur le Lez - 🚦 ← D618 avenue du Maréchal Foch – D618 Route de Castillon – Moulis - 🚦 ↑ D618 route de la gare 32,7 – Engomer – Pont sur le Lez – D618 – Audressein ✖D618/D4→D618 40 – Pont sur le Lez – Pont sur la Bouigane – Argein – Illartein (✖D618/D504 ↑D618 46,2)- D618 – Orgibet – Aurigein – Saint Lary (D618/D304↑D618 52,2) – Portet d'Aspet – Col du Portet d'Aspet 1069 m 58,7 - Boutx (✖D618/D85←D85 63,1) - ✖D85/D44 ↑D85 66,7 - ✖D85/D44↑D44 – hameau du Plan (église saint Georges) – Col de la Clim 1246 m 72,7 – D44 – Col de Menté 1349 m 74 – Saint Béat – pont sur la Garonne - ✖D44/N125→N125 84,1 - ✖N125/D44↑D44 – Marignac (mairie) – passage sur voie ferrée - Cierp Gaud (🚦 ← D125 88,9) passage sous voie ferrée – pont sur la Pique – Passage sur voie ferrée – passage sur voie ferrée – pont sur la Pique – 2 ponts successifs sur la Pique – Cier de Luchon (✖D125/D1250↑D125 96,2) – Antignac (🚦 ↑D125 100,3) - 🚦 ↑ D125 – Bagnères de Luchon 🚦 ↑ D125(traitement des eaux usées) – D125 Rue Clément Ader - 🚦 ↖ Avenue du Maréchal Foch – avenue Carnot Bagnères de Luchon (office du tourisme 18 Allée d'Étigny) – Avenue Paul Bonnemaïson - → D125 Cours des Quinconces – Bagnères de Luchon (Camping des Thermes 13, Avenue de Vénasque 106,3)</p>	106,3	6333,4	1903	65819	1927



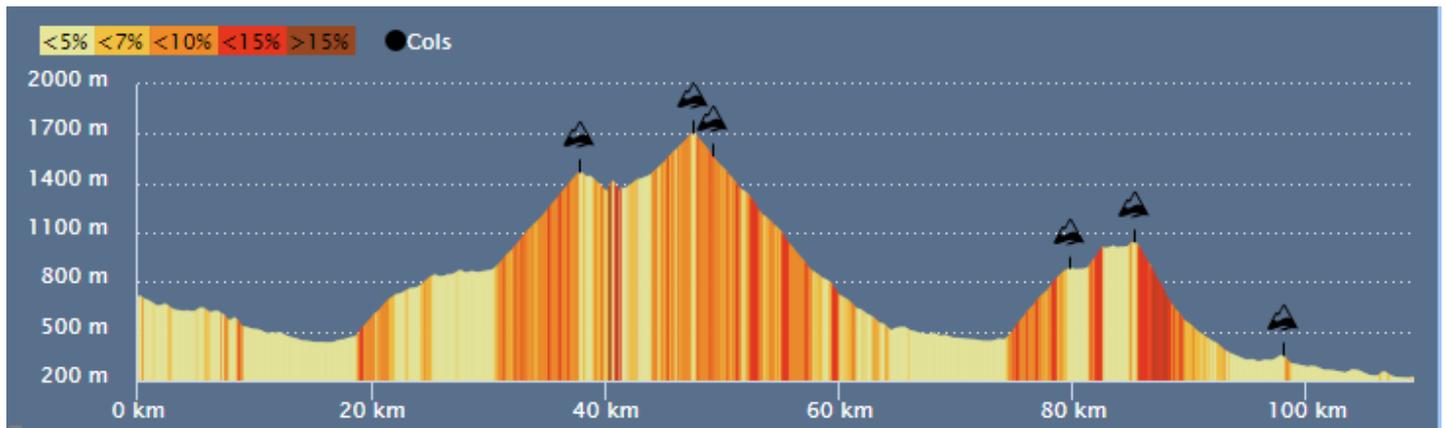
<https://drive.google.com/open?id=1cHppIurwDY5QuDvNGJYdsclstB7MpaJ5&usp=sharing>

Parcours Étape 54 8566469	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
Bagnères de Luchon – avenue de Vénasque – Cours des Quinconces - ← Avenue Paul Bonnemaïson – allée d'Étigny – Avenue Carnot - ← Place Maréchal Joffre 1,4 – Rue du Docteur Germes – place G Rouy- Avenue Jean Jaures - ✕ Avenue Jean Jaures/D618 ←D618 2,7 - ✕D618/D51A↑D618 5 – Chapelle de Saint Aventin – Saint Aventin - Castillon de Larboust (cimetière) Cazeaux de Larboust (église) - ✕D618/D76 ↑D76 9,3 – Col du Peyresourde 1569 m 15 – D618 - Loudervielle – Estarville - ✕D618/D25 (gauche)↑D618 22,2 – Avajan - Pont sur la Neste du Louron 🗺️ ↑D618 – Bordères Louron (✕D618/D114A ↑D618 28,3) – Cazaux Debat – Arreau - ✕D618/D919→D618 32,2 – Pont sur la Neste d'Aure - ✕D618/D19→D929 33,3 - ✕D929/D918←D918 33,75 - ✕D918/D110↑D918 35,85 – Col d'Aspin 1489 m 45,75 – Payolle - ✕D918/D113↑D918 51,65 – Sainte Marie de Campan (✕D918/D935←D918 58,55) – 3 Paravalenches (71,45) - La Mongie – Col du Tourmalet 2115 m 76,55 ⓘ – Barèges - ✕Rue du Docteur Ducos/D918→D918 88,25 Esterre - Luz Saint Sauveur (office du tourisme 20, place du 8 mai) – Luz Saint Sauveur (camping Toy, 17 place du 8 Mai 95,65)	95,65	6329,1	3021	68840	2956



<https://drive.google.com/open?id=1dCB3Lk7ygGEoXXzYM45HhYBbTZ068UNx&usp=sharing>

Parcours Étape 55 8570611	Km Partiel	Km Total	Élévation Positive	Élévation cumulée	Descente journalière
<p>Luz Saint Sauveur – D921 – Pont gave de Pau – pont sur le gave de Pau – Chèze (✕D921/D12↑D12 5,7) – Villelongue (📍 ↑ D921 11,1) – pont sur le gave de Pau – Soulom - pont sur le gave de Cauterets – Avenue Jean Moulin – Pierrefitte Nestalas (📍 ↑ D921 13,1) – D921 – Route des Vallées – Route du Lavedan – Argelès Gazost (pont sur le gave d'Azun) – D921B – Avenue Charles de Gaulle - 📍 ↑D918 17,7 - 📍 D918 Rue du Général Leclerc – rue du Maréchal Foch - 📍 Place Pierre Perus - 📍 D918 Place du Foirail - 📍 D918 Route de l'Aubisque 18,5 – Cimetière Arrast en Lavedan (✕D918/D103↑D918 21,3) – Arcizans Dessus (✕D918/D127↑D918 24,9) - Aucun (✕ D918/route du Col de Couraduque 27,7) - Arrens Marsous (église 30,4) – Col du Soulor 1474 m 37,7 – D918 – Cirque du Lithor (2 tunnels) – Col d'Aubisque 1709 m 📍 47,3 – Gourette (office du tourisme 51,6) – Eaux Bonnes (✕D918/jardin public 59,8) Laruns (✕D918/D934 →D934 63,8) - Gère Bélesten (📍 📍 69,9) - 📍 D3934 – Bielle (✕D3934/D294 ←D294 74) – Chapelle de Houndas 78,9 – Col du Porteigt 875 m 79,9 - Col de Marie Blanche 85,6 – Escot (D294/D238 →D238 94,8) – D238- Lurbe Saint Christau (✕D238/D918↑D918 99,7) – Eysus – D238 - Bidos (pont sur le gave d'Aspe) - 📍 → 107,9 – Oloron Sainte Marie - Rue Adoue – Rue Carrerot – Office du tourisme rue de la Poste 109,1</p>	109,1	6438,2	2242	71082	2737



<https://drive.google.com/open?id=1G9tLteAxM2GxSUPFyhVmimiYtBio7O9al&usp=sharing>