

ITINÉRAIRE HORAIRE

KM		ÉTAPE 1		HORAIRES			
À parcourir	Parcours			Caravane	44 km/h	42 km/h	40 km/h
FINISTÈRE (29)							
		VC	BREST	10:10	12:10	12:10	12:10
			Passage à niveau : tramway	10:15	12:15	12:15	12:15
			GUIPAVAS-Le Rody (VC-D165)				
		D165	LE RELECO-KERHUON (près) (D165-N165)				
		N165	Pont de l'Iroise				
			Carrefour N165-VC				
197.8	0	VC	BREST	10:30	12:30	12:30	12:30
197	0.8		PLOUGASTEL-DAOULAS (VC-D33)	10:31	12:31	12:31	12:31
192.4	5.4	D33	LOPERHET (D33-VC)	10:38	12:37	12:38	12:38
189.2	8.6	VC	Côte de Trébéolin	10:43	12:42	12:42	12:43
187.2	10.6		DAOULAS (VC-D770)	10:46	12:44	12:45	12:46
183.7	14.1	D770	Goasven (LOGONNA-DAOULAS) (près)	10:51	12:49	12:50	12:51
182.9	14.9		L'HÔPITAL-CAMFROUT	10:52	12:50	12:51	12:52
178	19.8		Pontol (HANVEC)	11:00	12:57	12:58	13:00
175.6	22.2		LE FAOU (D770-D791-D47)	11:03	13:00	13:02	13:03
170.6	27.2	D47	ROSNŌEN	11:11	13:07	13:09	13:11
170.6	27.2		Côte de Rosnoën	11:11	13:07	13:09	13:11
169.5	28.3		La Croix Blanche	11:12	13:08	13:10	13:12
164.8	33		Carrefour D47-D791	11:19	13:15	13:17	13:19
164.4	33.4	D791	Pont de Térénez	11:20	13:16	13:18	13:20
160.8	37		Carrefour D791-C1	11:25	13:20	13:23	13:25
159.5	38.3	C1	ARGOL (C1-D60-D163)	11:27	13:22	13:25	13:27
155.9	41.9	D163	Croas Séméno (TELGRUC-SUR-MER) (D163-D887-VC)	11:33	13:27	13:30	13:33
154	43.8	VC	Mez Meur	11:36	13:30	13:33	13:36
153.3	44.5	C3	Kerninet (SAINT-NIC)	11:37	13:31	13:33	13:37
152.5	45.3		Pentrez (SAINT-NIC) (C3-C4)	11:38	13:32	13:35	13:38
151.6	46.2	C4	Plage de Pentrez (SAINT-NIC)	11:39	13:33	13:36	13:39
150	47.8	VC	Plage de Lestrevet (PLOMODIERN)	11:42	13:35	13:38	13:42
147.6	50.2		Ti Gwenn (PLOMODIERN)	11:45	13:38	13:42	13:45
144.9	52.9		Kermerrien (PLOÉVEN)	11:49	13:42	13:45	13:49
144	53.8		Toul Fil (VC-D63)	11:51	13:43	13:47	13:51
141.6	56.2	D63	PLONÉVEZ-PORZAY	11:54	13:47	13:50	13:54
137.2	60.6		LOCRONAN (D63-VC)	12:01	13:53	13:56	14:01
136.3	61.5	VC	Côte de Locronan	12:02	13:54	13:58	14:02
134.6	63.2		PLOGONNEC (VC-D39-D56)	12:05	13:56	14:00	14:05
131.1	66.7	D56	Plaisance	12:10	14:01	14:05	14:10
129.6	68.2		GUENGAT	12:12	14:03	14:07	14:12
125.6	72.2		Kergaben (PLONÉIS) (D56-D765)	12:18	14:08	14:13	14:18
119.1	78.7	D765	QUIMPER (D765-VC-D783)	12:28	14:17	14:22	14:28
113	84.8	D783	Échangeur d'AI Loc'h (D783-VC)	12:37	14:26	14:31	14:37
109.8	88	VC	Carrefour VC-D785	12:42	14:30	14:36	14:42
108.5	89.3	D785	Penity	12:44	14:32	14:38	14:44
107.3	90.5		Waterloo	12:46	14:33	14:39	14:46
103.6	94.2		Bel Air	12:51	14:38	14:45	14:51
101.2	96.6		BRIEC-DE-L'ODET	12:55	14:42	14:48	14:55
98.7	99.1		Poulzaff (EDERN)	12:59	14:45	14:51	14:59
97.3	100.5		Les Trois Croix	13:01	14:47	14:53	15:01
95.4	102.4		Ty Daoudal (D785-D241)	13:04	14:50	14:56	15:04
94.3	103.5	D241	Ty Béo	13:05	14:51	14:58	15:05
92.1	105.7		Carrefour D241-D41	13:08	14:54	15:01	15:08
91.9	105.9	D41	Penn Allée	13:09	14:54	15:01	15:09
91.7	106.1		Kervernal Bihan	13:09	14:55	15:01	15:09
90.8	107		Kroas Ar Born (SAINT-COULITZ) (D41-D770)	13:10	14:56	15:03	15:10
89.2	108.6	D770	Le Quinquis (SAINT-COULITZ)	13:13	14:58	15:05	15:13
88.8	109		Kerbolé (CAST)	13:13	14:59	15:06	15:13
88	109.8		Pontamoez (CAST)	13:15	15:00	15:07	15:15
87.7	110.1		Feunteun Vad (CAST)	13:15	15:00	15:07	15:15
86.1	111.7		CHÂTEAULIN (D770-D887)	13:18	15:02	15:10	15:18
82.8	115	D887	Côte de Stang Ar Garront	13:22	15:07	15:14	15:22
82.2	115.6		Stang Ar Garront (D887-D48)	13:23	15:08	15:15	15:23

DISTANCE DÉPART FICTIF

DÉPART RÉEL

11,1 km

COLS OU CÔTES

OU ARRIVÉE EN ALTITUDE

Km 8,6 - Côte de Trébéolin

Montée de 900 m à 5,1 %

Km 27,2 - Côte de Rosnoën

Montée de 3 km à 4%

Km 61,5 - Côte de Locronan

Montée de 900 m à 9,3 %

Km 115

Côte de Stang Ar Garront

Montée de 2 km à 3,4 %

Km 150,7

Côte de Saint-Rivoal

Montée de 2,5 km à 3,9%

Km 197,8

Côte de la Fosse aux Loups

Montée de 3 km à 5,7 %

RELAIS-ÉTAPE

Place de la Résistance
et du Général de Gaulle
29320 Quimper

Km 80,2

ITINÉRAIRE HORS COURSE

Point de sortie après 8,2 km sur l'itinéraire du défilé (sortie «N265-Morlaix» de la D165). Prendre la N265 direction «Morlaix-Rennes». Poursuivre dans cette direction sur la N12. Quitter la N12 à la sortie «D770-Saint-Éloi». Prendre la D770 en direction de Landerneau. À Landerneau, continuer tout droit sur la D770. Après le pont de l'Europe, au rond-point de l'Europe, prendre à droite l'avenue Jean Monnet en direction de Guipavas.

Point d'insertion sur le parcours de la course : rond-point de l'Hermitage (carrefour avenue Jean Monnet-allée de l'Hermitage) à 5 km de la ligne d'arrivée.

Distance totale : 40 km

RESTRICTION CARAVANE

Km 137 à 163 - Monts d'Arrée

Parc naturel
Pas de sonorisation



ITINÉRAIRE HORAIRE

KM		ÉTAPE 1		HORAIRES			
À parcourir	Parcourus			Caravane	44 km/h	42 km/h	40 km/h
78.3	119.5	D48	Tachennic (SAINT-SÉGAL)	13:29	15:13	15:21	15:29
77.2	120.6		Garzaleg (D48-VC)	13:31	15:14	15:22	15:31
73.4	124.4	VC	PLEYBEN (VC-D785)	13:36	15:20	15:28	15:36
66.6	131.2	D785	Pont Kéryau	13:47	15:29	15:37	15:47
63.7	134.1		BRASPARTS (entrée)	13:51	15:33	15:41	15:51
62.7	135.1		BRASPARTS	13:53	15:34	15:43	15:53
58.1	139.7		Saint-Kaduan	13:59	15:40	15:49	15:59
56.3	141.5		Montagne Saint-Michel	14:02	15:43	15:52	16:02
54	143.8		Carrefour D785-D42	14:06	15:46	15:55	16:06
50.3	147.5	D42	SAINT-RIVOAL (D42-D30)	14:11	15:51	16:01	16:11
47.1	150.7	D30	Côte de Saint-Rivoal	14:16	15:55	16:05	16:16
45.2	152.6		Saint-Cadou (SIZUN) (D30-D130)	14:19	15:58	16:08	16:19
43.9	153.9	D130	Kermarquer (SIZUN)	14:21	16:00	16:10	16:21
43.2	154.6		Carrefour D130-D342	14:22	16:01	16:11	16:22
40.5	157.3	D342	Maner Klujau (LOPÉREC)	14:26	16:04	16:15	16:26
39.7	158.1		Menez Meur (HANVEC)	14:27	16:06	16:16	16:27
37.9	159.9		Carrefour D342-D42	14:30	16:08	16:18	16:30
33.5	164.3	D42	Carrefour D42-VC	14:36	16:14	16:25	16:36
30.7	167.1	VC	Kernellac'h (HANVEC) (VC-D18)	14:41	16:18	16:29	16:41
27.9	169.9	D18	Carrefour D18-D35	14:45	16:22	16:33	16:45
27.3	170.5	D35	SAINT-ÉLOY	14:46	16:22	16:33	16:46
23.3	174.5		LE TRÉHOU (D35-VC)	14:52	16:28	16:39	16:52
22.6	175.2	VC	Quillévenec	14:53	16:29	16:40	16:53
18.8	179		TRÉFLÉVÉNEZ (VC-C2-D87)	14:58	16:34	16:46	16:58
17.8	180	D87	Bellevue (D87-VC)	15:00	16:35	16:47	17:00
16.7	181.1	VC	Ty Garde	15:02	16:37	16:49	17:02
13.5	184.3		Carrefour VC-D47	15:06	16:41	16:53	17:06
12.8	185	D47	SAINT-URBAIN	15:07	16:42	16:54	17:07
9.9	187.9		Le Stum (DIRINON) (D47-D770)	15:12	16:46	16:58	17:12
7.5	190.3	D770	Mondragon (DIRINON)	15:15	16:49	17:02	17:15
6.9	190.9		LANDERNEAU (D770-VC) (entrée)	15:16	16:50	17:03	17:16
6	191.8		Passage à niveau n°566	15:18	16:52	17:04	17:18
2.7	195.1	VC	Passage à niveau n°567	15:23	16:56	17:09	17:23
0.3	197.5		La Croix Neuve (LANDERNEAU, PENCAN, DIRINON)	15:26	16:59	17:12	17:26
0	197.8		LANDERNEAU - Côte de la Fosse aux Loups	15:27	17:00	17:13	17:27

PROFIL PARTICULIER

CÔTE DE LA FOSSE AUX LOUPS

Côte de la Fosse aux Loups

176 m - km 197,8
(3 km à 5,7 %)

