



## JANVIER 2018

### Lundi 1 Janvier

56 Km

D+333 m

N°200 - 8127834

Meucon, Chanticoq, Plumergat, Gornevec, Sainte Anne, Pluneret, Le Bono, Plougoumelen, Ploeren, Béléan, Plescop, Saint Avé.

### Dimanche 7 Janvier

70 Km

D+413 m

N°201 - 8137432

Meucon, Chanticoq, Grand Champ, Brandivy, Pluvigner, Sainte Anne, Pluneret, Le Bono, Baden, Toulbroch, Ploeren, Béléan, Plescop, Saint Avé.

### Dimanche 14 Janvier

72 Km

D+537 m

N°202 - 8028279

Le Rohic, Laverdon, Locqueltas, Le Gorvello, Berric, Noyal Muzillac, Muzillac, Damgan, Ambon, Surzur, Noyal, Le Chapeau Rouge, Le Saindo, Le Rohic, Saint Avé.

### Dimanche 21 Janvier

72 Km

D+551 m

N°203 - 8096314

Plescop, Béléan, Ploeren, Pliant, Mériadec, Pluneret, La Croix Percée, à gauche, Kervanne, Brech, Pluvigner, Brandivy, Le Poteau, Plumergat, Mériadec, Plescop, St Avé.

### Dimanche 28 Janvier

71 Km

D+610 m

N° 204 - 8110794

Kerboulard, Tréfléan, Sulniac, La Vraie Croix, Questembert, Noyal Muzillac, Muzillac, La Trinité Surzur, Theix, Laverdon, Le Rohic, St Avé.

## SECURITE ... QUELQUES RAPPELS !

La neutralisation sur la totalité des circuits se fait du **16 octobre 2017 au 26 février 2018** inclus, afin d'assurer une qualité de sortie pour tous nous vous demandons de respecter la neutralisation. Merci d'être très prudent dans la traversée des villes et des villages. Respectez les habitants et la signalisation. Quatre groupes sont à votre disposition.

### DEPARTS :

Groupe **4/5** : → à H + **0** mn.

Groupe **3** : → à H + **5** mn.

Groupe **2** : → à H + **10** mn.

Groupe **1** : → à H + **15** mn.

Pour une bonne homogénéité, choisissez votre groupe en fonction de votre forme du moment.

Vous pouvez retrouver tous les circuits sur : [www.odenrunner.com](http://www.odenrunner.com) Recherche par mot clé : **CYCLOSTAVE**