

Point Carte	Controles	KM partiel	Cumul km	Km restant	Déniv+	Cumul deniv	1 ^{er} 2019	1 ^{ere} 2019	Dernier 2019	Barrières	Ravitaillement
PS	DÉPART Village de Poul Fétan (Quistinic)	0			0	0	5H00	5H00	5H00		
1	Kermoisan (entrée)										
2	Kermoisan (sortie)										
3	Locunole										
4	route de kermelin										
5	Kermelin-poblei										
6	Rte St Yves D 23										
7	Botconan	7,5	7,5	96,1							
8	lomelec	4	11,5	92,1							
9	kerantouner	1	12,5	91,1							
10	Lann Kerantourner										
11	rosmenic braz										
12	Mane droual										
13	gare de lanvaudan	3,7	16,2	87,4	468	468					Point eau
14	ty henri	3	19,2	84,4							
15	ty henri-la vigne										
16	Pont du Crano	2	21,2	82,4							
17	Mane Froment	2,3	23,5	80,1							
18	D102 - Kerendor	0,8	24,3	79,3							
19	Pont-Simon	1,6	25,9	77,7							
20	Entrée Plouay - rue de la liberation	1,5	27,4	76,2							
21	Plouay - Rue de Becherel										
22	Plouay - rue des alliés										
23	Plouay - Rond point rue Gal de Gaulle										
24	Ravito PLOUAY manéhouarne	1,5	28,9	74,7	153	621	7h08	7h49	9h22	9h35	Ravit COMPLET
25	Kerscoulic	0,5	29,4	74,2							
26	Le Nezerh	2,2	31,6	72							
27	D110 - Pont-Neuf	1	32,6	71							
28	Villeneuve Pontulaire-Poulibet	2	34,6	69							
29	Moulin du Stang	2,9	37,5	66,1							
30	Kerloquet	2,6	40,1	63,5							
31	Route Menegal	1,3	41,4	62,2							
32	D222 St Eloi	2,1	43,5	60,1							
33	Keriuarch - Kerroch	1,4	44,9	58,7							
34	Route roches du Diable	3	47,9	55,7							
35/36	Pont Neuf	1,5	49,4	54,2	445	1066					
37/38	Locunole	2	51,4	52,2	96	1162	8h59	10h13	12h56	13h00	Ravit COMPLET
39	Bodalec	3,2	54,6	49							
40	Moulin Mohot	1,8	56,4	47,2							
41	Mene Bloch	2,6	59	44,6							
42	Route Ty Nadan	1,7	60,7	42,9	215	1377					
43	Guelenec	4	64,7	38,9							Point eau
44	Gleud Zu	1,3	66	37,6							
45	Ruerno	2,4	68,4	35,2							
46	La Motte	3,4	71,8	31,8							
47	Entree Quimperle	1,6	73,4	30,2							
48/49/50	Centre Quimperle	0,5	73,9	29,7							
51	Ravito Quimperle (prairie saint nicolas)	1	74,9	28,7	330	1707	11h02	12h57	16h47	16h45	Ravit COMPLET
52	Coat Me	2,4	77,3	26,3							
53	Chateau Carnoet	3,4	80,7	22,9							
54	Pre Mathurin	3,8	84,5	19,1							
55	Ravito Creperie St Maurice	2,1	86,6	17	240	1937				19h00	Ravit COMPLET
56	Porsmoric	3,9	90,5	13,1							
57	Port du Pouldu	2,3	92,8	10,8							
58	Kerzellec										
59	Le Pouldu - Plage des grands sables	2,5	95,3	8,3							Point eau
60	Doelan rive gauche (route du pont)	7,1	102,4	1,2							
61	Doelan rive Droite	1,2	103,6	0	398	2335	13h35	16h36	22h15	22h30	

Temps au Kms Poul Fétan à Plouay

les temps de moyens au km s'échelonnent de **4,26** à **9,04** pour les extrêmes,

Temps au Kms Plouay à Locunolé

Les temps moyens pour cette partie vont de **5,04** à **11,21** pour les extrêmes

Temps au Kms Locunolé à Quimperlé

Les temps moyens pour cette partie vont de **5,07** à **11,10** pour les extrêmes

Temps au Kms Quimperlé à Doelan

Les temps moyens pour cette partie vont de **5,19** à **12,50** pour les extrêmes

L'organisation se réserve le droit de modifier jusqu'au dernier moment les points de passage