

CIRCUITS DU JEUDI

CIRCUIT N° J1 63 kms

St Alban - les Rigaudais - St Jaques - la Ville Cochard - le Puits Merpault - la Couture - le Dréneuf - Caroual - Erquy - les Hopitaux - la Bouillie - Hénansal - St Aaron - Andel – Planguenoual

CIRCUIT N° J2 64 kms

St Alban -Coron – la Bouillie – Hénansal – Hénanbien – le Haut Boulay – St Denoual – St Aubin – Plédéliac -St Rieul - Trégomar - route de Quintenic 6 kms à gauche, la Doberie - St Aaron – St Alban

CIRCUIT N° J3 63 kms

Planguenoual – morieux - les Ponts neufs – Coetmieux – Pommeret - Tegenestre – Quessoy route de Moncontour - Beau soleil gauche - Bréhand - St Timoel – Landéhen - Lamballe - St Aaron St Alban

CIRCUIT N° J4 63 kms

La Couture -Erquy - les Hopitaux - Plurien - Carquoas - Plévenon – St Aide - Fréhel - cyclo mod -St Jean - la Bouillie - Hénansal - Coron – St Aaron - St Alban

CIRCUIT N° J5 60kms

St Alban - La Bouillie - Montbran - St Potan – Landébia - Pléven
St Aubin - Quintenic - Coron - la Bouillie - Pléneuf - St Alban

CIRCUITS DU JEUDI

CIRCUIT N° J6 67kms

St Aaron par les Rigaudais – Lamballe – Noyal – Plestan – Tramain - le temple à droite - D44 le Boissy - à gauche 100m à droite - 3kms à droite Landéhen - Lamballe - St Aron - St Alban

CIRCUIT N° J7 65 kms

Pléneuf - Bois de Coron - la Bouillie_ St Aubin - super U – Plurien - Carquas - Fréhel - St Jean - la Bouillie - Hénansal - St Alban

CIRCUIT N° J8 65kms

Pléneuf - la couture cyclo-mob - St Jean à gauche Fréhel – St Aide - Fort la Latte - le Cap - Vieux bourg - Fréhel_ - restaurant la Humbert - la Bouillie - Coron - les Rigaudais - St Alban

CIRCUIT N° J9 63 kms

Planguenoual – Andel - Les Ponts Neufs – St René – Gare d'Yffiniac - à droite La Chenaie - direction Plédran à Bel Air - à gauche direction Quessoy – Tégenestre – Meslin - Lamballe – St Aaron - St Alban par la Ribourdais - Pléneuf,

CIRCUIT N° J10 65 kms

Morin – St Aaron – Lamballe – Route de Noyal – 2kms à droite - Landéhen – St Trimoel – Bréhand – Le Vau Jaune – Route d'Hénon – 1km500 – à droite St Blaise – Pommeret-Andel – Planguenoual – St Alban

CIRCUITS DU JEUDI

CIRCUIT N° J11 65kms

La Couture – Erquy – Les Hopitaux – Fréhel – Port à la Duc – Pléboule – Ruca – Landébia – Quintenic – Hénansal - La Bouillie -Pléneuf – St Alban

CIRCUIT N° J12 65kms

Planguenoual- Andel – Les Landes – Meslin – Trégenestre - Medon - Carnoen – Pommeret – Coetmieux – Les Ponts Neufs – en face Licantois – La Grand ville – Morieux - Planguenoual – St Alban

CIRCUIT N° J13 65kms

Coron-Quintenic – St Aubin – à gauche Chêne au Loup - St Igneuc – Route de Lamballe – 9 kms à droite St Rieul - Plédéliac – Quintenic – St Alban

CIRCUIT N° J14 62 Kms

St Aaron par Morin - la Doberie - à gauche 500m à droite - les Riaux- St Denoual - la ville Téhérel – Hénanbihen - le Haut des Bois - Landébia - Pléven après St Aubin à droite Quintenic - Bois de Coron la Ribourdais-Pléneuf - St Alban

CIRCUIT N° J15 65 Kms

Pléneuf route Erquy - Croix des Landes - l'Hioval à gauche - la ville Maloisel - à droite - la ville Poince - à gauche la Couture Bellevue – St Pabu à droite tout droit la Ville Ory - Fréhel- à gauche- vieux Bourg - Fréhel- plage le cap - Plévenon – Fréhel – Besnard - la Bouillie -Pléneuf - St Alban

CIRCUITS DU JEUDI

CIRCUIT N° J16 66 Kms

Morin St Aaron – Lamballe - Noyal - Plestan – Tramain - le Temple à droite – d 44 le Boissy -à gauche à droite - Landéhen -Lamballe - St Aaron - la Ribourdais – Pléneuf - St Alban

CIRCUIT N° J17 65 Kms

Planguenoual- Andel_ Les Landes -Meslin – Trégenestre - Meudon - Quessoy - Carnonen -Pommeret – Coetmieux - les Ponts Neuf - Morieux - Planguenoual - le Queré - St Alban

CIRCUIT N° J18 68 kms

la bouillie – Montbran - Matignon – Croix au Merles - par la voie verte – direction Plancoët – le vieux bourg, à droite – Pluduno – Pléven – St Aubin – Quintenic – St Alban par Galimènes.

CIRCUIT N° J19 67 kms

St Aaron - Lamballe – la Poterie – Trégomar – Noyal- Plestan- StRieul – Plédéliac – St Aubin – à droite 1km à gauche le haut Boulay -Hénanbihen – Hénansal - La Bouillie - Pléneuf – St Alban

CIRCUIT N° J20 65 kms

Planguenoual – Morieux – les Ponts Neufs – Coetmieux – Pommeret – Quessoy- route de Moncontour – Beau soleil à gauche D35 – Bréhand - Landéhen – Maroué - Lamballe – St Aaron - St Alban

CIRCUITS DU JEUDI

CIRCUIT N° J21 65 kms

Pléneuf – la Couture – Erquy -les Hopitaux – Fréhel - Port a la Duc –
Plébouille – Ruca – Landébia - Quintenic – Hénansal – la Bouillie –
Pléneuf – St Alban

CIRCUIT N° J22 60 KMS

Planguenoual - Andel – Les Landes – Meslin – Trégenestre – Meudon –
Carnoën- Pommeret – Coetmieux - Les Ponts Neufs – en face Licantois -
La Grand Ville – Morieux – Planguenoual – St Alban

CIRCUIT N° J23 65 KMS

Morin – Les Rigaudais – La Ville Cochard- La Bouillie- Le Haut des Bois
-Landébia -au rond point à gauche -direction St Potan- 4 kms à droite -
direc Plancoët, à Pluduno – droite -D-28 – Pléven – St Aubin -Quintenic-
Coron St Alban

CIRCUIT N° J24 64 KMS

St Quay - Planguenoual par la Cotentin - Andel -Route de Coetmieux – à
gauche Lamballe – La Diane – La ville es Lan- Maroué - Landéhen-
direction St Glen 4kms 500 à gauche Le Boissy -D44 – Carbehaut -3kms
à gauche direction Plestan – Noyal –Lamballe - St Aaron - St-Alban

CIRCUIT N° J25 63 KMS

Pléneuf- Croix Des Landes – le Puits Merpault la Couture -le Dréneuf -
Caroual-Erquy -les Hopitaux- La Bouillie – Hénansal -St Aaron -Andel –
Planguenoual

CIRCUITS DU JEUDI

CIRCUIT N° J26 65 KMS

Dahouet -Morieux- les Ponts Neufs -Coetmieux -St René -Yffiniac-
Hillion – Lermot - Bon Abrit- Grand Ville - Licantois - Ponts Neuf –
Andel – StAaron - la Ribourdet – Pléneuf – St Alban

CIRCUIT N° J27 66 kms

St Aaron - Lamballe - Noyal- droite à la boulangerie -Carbehault
– gauche L'épine – Tramain - Plestan- St Rieul – Trégomar- la
Poterie – Lamballe -St Aaron - St-Alban

CIRCUIT N° J28 63kms

Pléneuf- le Clos Grimaud – la Croix des Landes- la Bouillie- St-
Jean- la ville Besnard -Fréhel- Plévenon-le-cap Fréhel- Plurien-
super U au rond point à gauche - La Bouillie St Alban

CIRCUIT N° J29 65kms

Planguenoual – Andel – Pommeret - la gare d'Yffiniac – à droite
La Chenaie - direction Plédran - à bel air gauche, Quessoy –
Trégenestre – Meslin – Lamballe - StAaron-
La Ribourdaïs - Pléneuf- StAlban

CIRCUIT N° J30 66-kms

St Aaron, direction la Bouillie - à Coron à droite Quintenic –
Trégomar - St Rieul – Plédéliac - Landébia - Hénanbihen - La
Bouillie - Pléneuf - St Alban

CIRCUITS DU JEUDI

CIRCUIT N° J31 63 kms

Pléneuf - Le Clos Grimault - La Croix Des Landes - Le Bourgeuf - tout droit traverser la D34, au bout à droite, Le Chalet au bout à gauche, La Chapelle - à droite, Langourian - Sable D 'or - direction Le Cap camping du Vieux Bourg, à droite Plévenon - St Aide – Fréhel - Besnard - St Jean - La Bouillie - La Ville Cochard - Les Rigaudais – St Alban

CIRCUIT N° J32 64 kms

La Bouillie - St Jean - Plurien à droite Fréhel - Port à La Duc - Montbran – Matignon - Voie verte Croix Au Merle rond point à droite direction St Potan - Ruca – Hénanbihen - La Bouillie - St Alban par Les Galimenes

CIRCUIT N° J33 65 kms

Dahouët - Planguenoual – Morieux – Andel - La Déhanne La Ville es Lan - Maroué - Landéhen - St Trimoel - Bréhand Trégenestre - Pommeret - Andel - Planguenoual St Alban

CIRCUIT N° J34 65kms

Morin - St Aaron - La Doberie - La Poterie - Trégomar Plédéliac - St Igneuc – Tramain – Plestan - Noyal - Lamballe – StAaron - St Alban

CIRCUIT N° J35 65 kms

Morin St Aaron - La Doberie à gauche 1 km à droite - les Riaux - St Denoual à droite, le Haut Boulay à droite St Aubin au bout à gauche, Landébia – Hénanbihen - La Bouillie St Jacques - les Rigaudais - St Alban

CIRCUITS DU JEUDI

CIRCUIT N° J36 64 kms

Planguenoual - Morieux - les Ponts Neufs - Hillion - la gare d'Yffiniac - au bar à droite - Quessoy - Meudon - Trégenestre - Bréhand - St Trimoel - Landéhen - Lamballe - St Aaron - St Alban

CIRCUIT N° J37 63 kms

La Ville Cochard - le Bourgneuf - à gauche tout droit Erquy - les Hôpitaux - Fréhel - Plévenon - Le Cap - Le Vieux Bourg à gauche - Fréhel - Besnard St Jean - St Samson - Hénansal - La Bouillie - Galimenes - St Alban

CIRCUIT N° J38 65 kms

Morin - St Aaron - Lamballe - La Poterie - Trégomar - St Rieul - Plestan - la Malheure - Maroué - Lamballe - St Aaron - Coron - Croix des Landes - Galimenes - St Alban

CIRCUIT N° J39 65Kms

Pléneuf - la Ville Berneuf - St Pabu - Le Dréneuf - le Chalet rond point U - Fréhel - Port à la Duc - Pléboule - Ruca - Landébia - Quintenic - Coron - St Alban

CIRCUIT N° J40 66 kms

St Alban - Planguenoual - Morieux - Hillion - Yffiniac - route de Moncontour - St Queneuc - Quessoy - L'Hopital - Bel Air - la Gare d'Yffiniac - Pommeret - Trégenestre - Méslin - Lamballe - St Aaron - St Alban

CIRCUITS DU JEUDI

CIRCUIT N° J41 63 kms

St Alban – Morin - St Aaron - La Poterie –Trégomar -
Noyal - St Igneuc – Plédéliac – Quintenic – Coron - La
Bouillie - Pléneuf - St Alban

CIRCUIT N° J42 62 kms

St Alban –Pléneuf –La Ville Berneuf-- St Pabu – Erquy--
Les Hopitaux – Plurien - Le Cap - Fort La Latte - St Aide
Fréhel - Plurien - à gauche St Jean - La Bouillie - St Alban
par Les Galimenes

CIRCUIT N° J43 63 kms

St Alban - Pléneuf - Coron - La Bouillie - Hénansal -
Héanbihen - Le Haut Boulay - St Denoual - St Aubin
Plédéliac - St Rieul – Trégomar - Quintenic - St Alban

CIRCUIT N° J44 63 Kms

Pléneuf - la Croix des Landes - le Puits Merpault - la Couture -
le Dréneuf - camping des Roches – les Hôpitaux - Sables D'or -
Vieux Bourg - Fréhel - Plurien – St Jean - La Bouillie - St Aaron -
la Vollée – Planguenoual - Queré - St Alban

CIRCUIT N° J45 64 kms

Queré - la Cotentin - Planguenoual – Morieux - Coetmieux -
Pommeret - Trégenestre – Landéhen - Maroué – Plestan -
Noyal - Lamballe - St Aaron - St Alban

CIRCUITS DU JEUDI

CIRCUIT N° J46 67 kms

La Bouillie - Montbran - Matignon - St Cast - la Croix aux Merles - Matignon par la voie verte - Port a la Duc - Fréhel - la Couture - St Alban

CIRCUIT N° J47 65 kms

Planguenoual - Andel - Pommeret - la gare D 'yffiniac - Bel air Plédran - St Carreuc - Quessoy - Trégenestre – Meslin - Lamballe - St Aaron - St Alban

CIRCUIT N° J48 67 kms

St Alban - Morin - le Haut Corin - La Ribourdais - en face L'Islet -Fréhel - St Aide - Plévenon - le Cap - Sables D'Or - resto le Humbert à gauche - La Bouillie - Croix des Landes - les Galimenes - St Alban

CIRCUIT N° J49 65kms

Les Rigaudais - les Rivières - la Ville Cochard - le Bourgneuf - à droite - St Aaron – Lamballe – Noyal - Plestan – Tramain - L'épine à droite - D 44 - 6 kms à droite - Direction Plestan – Noyal - Lamballe - St Aaron - St Alban

CIRCUIT N° J50 65 kms

ZA le Queré – Planguenoual - Morieux – Andel – la Déhane, à gauche - la Ville Es Lan - Meslin – Trégenestre - Meudon - Quessoy - Pommeret - Andel – Planguenoual - Queré - St Pestan - St Alban

CIRCUITS DU JEUDI

CIRCUIT N° J51 65kms

St Alban – Pléneuf - la Ville Berneuf - Erquy - les Hôpitaux – Plurien - le Cap - Fort La Latte - St Aide Fréhel - Rond Point d'Erquy - La Bouillie - St Alban

CIRCUIT N° J52 65Kms

Pléneuf - la Croix Des Landes - la Bouillie - Coron - Quintenic - Plédéliac - St Igneuc -Noyal - Trégomar - la Poterie -St-Aaron
St Alban

Circuits de réserve

CIRCUIT N° J53 63 kms

Pléneuf - la Croix des Landes - le Puits Merpault - la Couture - le Dréneuf - camping des roches - les Hôpitaux - Sables D'or - Vieux Bourg - Fréhel - Plurien - St Jean - La Bouillie - St Aaron - la Vollée – Planguenoual - Queré - St Alban

CIRCUIT N° J54 64 kms

Queré - la Cotentin - Planguenoual – Morieux - Coetmieux - Pommeret - Trégenestre – Landéhen - Maroué – Plestan - Noyal - Lamballe - St Aaron - St Alban

CIRCUIT N° J55 67 kms

La Bouillie - Montbran - Matignon - St Cast - la Croix aux Merles - Matignon par la voie verte - Port a la Duc - Fréhel – la Couture - St Alban

CIRCUITS DU JEUDI

CIRCUIT N° J56 65 kms

Planguenoual - Andel - Pommeret - la gare d'Yffiniac - Bel air -
Plédran - St Carreuc - Quessoy - Trégenestre – Meslin - Lamballe
- St Aaron - St Alban