



CIRCUITS GR1 2023

DATE	HEURE	Kms / Dénivelé	Numéro parcours	PARCOURS
01/01	9h00	75 km 600 m	PICy-P042	Plonéis, Dz, Pont Croix, Audierne, Plozévet, Pouldreuzic, Tréogat, Plonéour-lanvern, stand ar bacol, Le minenn, RP aéroport, Pluguffan, Plonéis
08/01	9h00	67 km 677 m	PICy-P001	Plonéis, Pluguffan (direction Pouldreuzic, première à gauche, rejoindre la route de Plonéour-Lanvern, St-Sébastien, Tréméoc, Plonéour-Lanvern, Pont-l'Abbé, Bénodet, Quimper, Pluguffan ,La rocade, Plonéis <i>Galette des Rois 11h30</i>
15/01	9h00	85 km 973 m	PICy-P002	Plonéis, St-Alouarn, Troheir, Quimper, Briec, Ederne, Enseigne-Verte, Laz, Trégourez, Coray, Quimper, L'hippodrome, centre ville, rt-Dz, Plonéis
22/01	9h00	91 km 862 m	PICy-P003	Plonéis, Pluguffan, Pont-l'Abbé, Plonéour-Lanvern, Pouldreuzic, Plozévet, Audierne, 4-Vents, Poullan, Dz, Plonéis
29/01	8h30	97 km 983 m	PICy-P004	Plonéis, Pluguffan ,Quimper, St-Yvi, Rosporden, Scaër, Ty Louet, Coray, Quimper, centre ville,rt-Dz, Plonéis
05/02	8h30	93 km 862 m	PICy-P006	Plonéis, Le-Fort, Pouldergat, Landudec, Kérandoaré, Psg, Pouldreuzic, Plonéour-Lanvern, Plomeur, Pendreff, Plobannalec, Rocade Pont-l'Abbé, Bénodet, Quimper, Pluguffan, Plonéis
12/02	8h30	97 km 1191 m	PICy-P005	Plonéis, Dz- Brehuel, Kerlaz, Locronan, Cast, Chateaulin, Route-Doux, Pleyben, Briec, route-des-mines, Quimper, Gourvilly, Troheir, rt -Dz, Plonéis
19/02	8h30	89 km 1109 m	PICy-P008	Plonéis, Plogonnec, Plonévez Porzay, Ste-Anne, Pentrez, St-Nic, rt de Crozon, Ste-Marie, Chateaulin, rt de Quimper, Moulin-du-Lay, Plogonnec, Plonéis
26/02	8h30	100 km 832 m	PICy-P009	Plonéis, Pluguffan, Quimper, Kerustum, Ergué-Armel, Troc'h-Yallac'l, Rosporden, Nizon, Névez la gare, trégunc, Concarneau, Croas-Avalou, Quimper, Pluguffan, Plonéis
05/03	8h00	100 km 1143 m	PICy-P010	Plonéis, Plogonnec, Moulin-du-Lay, St-Véneq, Les-3-Croix, Pleyben, Le Cloître-Pleyben, Lanvézeneg, Lennon, Gouézec, Briec, Landrévarzec, Saliou, Quimper, Troheir, rt-Dz, Plonéis

12/03	8h00	113 km 1038 m	PI-Cy-P011	Plonéis, Pluguffan, Quimper, Kerustum, Ergué-Armel, Troc'h-Yallac'l, Rosporden, Scaër, Cinq Chemins, Roudouallec, Coray, Rouillen, Quimper, Gourvilly ,Troheir ,rt-Dz ,Plonéis,
19/03	8h00	100,8 km 1429 m	PICy-P012	Plonéis, Locronan, Plomodiern, St-Nic, Argol, Pt-de-Térénez, Rosnoën, Ty-Jopic, Quimerc'h, Pt-de-Buis, Chateaulin, Cast , Locronan , Plonéis
26/03	8h00	105 km 1313 m	PI-Cy-P013	Plonéis, Plogonnec, Locronon, Cast, Chateaulin, Pont de Buis, Lopérec, Brasparts, Pleyben, Briec, Quimper, Troheir, rt de DZ, Plonéis
02/04	8h00	106 km 1441 m	PICy-P014	Plonéis, St-Alouarn, Troheir, Briec, Les Trois-Croix (2km après, à gauche Kerreu), Chateaulin, Dinéault, Ste Marie du Ménez-Hom, Plomodiern, Plonévez-Porzay, La Clarté, Le Ris, Dz, Pouldergat, Landudec, Plonéis
09/04	7h30	132,8 km 1237 m	PICy-P015	Ploneis,Pluguffan, L'avantage, Bénodet (pointe), Moustierlin (pointe), Fouesnant, Concarneau, Trégunc, Trévignon (pointe), Névez (à droite sortie bourg), Pont-Aven, Rosporden, Quimper, Pluguffan, Plonéis
16/04	8h00	102,5 km 1200 m	PICy-P016	Plonéis , St-Alouarn , Troheir , Ty-Sanquer , rt- de-Chateaulin, Saliou, Landrévarzec, Briec, Pleyben, Kerlesquin,rt-Doux, Port-Launay, Chateaulin, Quimper,Troheir, rt-Dz, Plonéis
23/04	7h30	138,1 km 1812 m	PICy-P138	Plonéis, Quimper, Kerivoal, Briec, Pleyben, Brasparts, à gauche D30, St Rivoal, Forêt-du-Cranou, Quimerch, Chapelle St-Sébastien, Guily-Glas, Chateaulin, Quimper,Troheir, rt-Dz, Plonéis
23/04	8H00	117 km 1220 m	PI-Cy-P117	Plonéis, Quimper, Kerivoal, Briec, Pleyben, Brasparts, à gauche D30, Lopérec, Pont de buis, Chapelle St-Sébastien, Guily-Glas, Chateaulin, Quimper,Troheir, rt-Dz, Plonéis
30/04	8h00	116 kms 1102 m	PI-Cy-P018	Plonéis, route de Douarnenez, Troheir, Quimper, Chateaulin, Rt-Doux, Le Cloître Pleyben D48, Plonévez-du-Faou, Chateaneuf, Briec, Quimper, Troheir, route de Douarnenez, Plonéis
7/05	7h30	146,3 km 1498 m	PICy-P146	LA JEAN MICH Plonéis, Penhars, Quimper, Keradennec, Concarneau, Pont-Aven, Guidel, Quimperlé, Mellac, Bannalec, Rosporden, Quimper, Pluguffan, Plonéis
14/05	7h45	128,5 km 1462 m	PICy-P020	Plonéis, Pluguffan, Quimper, Kerustum, Ergué-Armel, Troc'h-Yallac'l, Rosporden, Scaër, rt de ty-Louet, Roudouallec , à gauche Spézet , Châteauneuf , Briec, route des mines, Quimper, Troheir ,rt-Dz, Plonéis
21/05	7h45	128,2 km 1485 m	PICy-P021	Plonéis, Pluguffan, Quimper, Bénodet, Fouesnant, Croas-Avalou, Concarneau, Rosporden, Coray, Trégourez, Croas- Bren, Gouézec, Cabaret, Croas-ar-Born, Briec, Quimper, Troheir, rt-Dz, Plonéis

28/05	8h00	100,2 km 1439 m	PICy-P022	Plonéis, Guengat, Plogonnec, Plonévez-Porzay, Pentrez, dir. Telgruc à gauche, Caméros, Rostegoff, Plage du Caon, Lespiquet, Pte de Trebéron, Crozon, Tal-ar-Groas, Menez-Hom, Plomodiern, Locronan, Plogonnec, Plonéis
04/06	7h30	139 km 1684 m	PICy-P139	Plonéis, Pluguffan, Combrit, Bénodet, Fouesnant, La forêt fouesnant, Melgven, Rosporden, Tournich, Coadry, Ty-louet, D6, Croaz janus D41, Laz, Penn ar stang, Gouezec D785, Les 3 fontaines, Les 3 croix, Quémerven, Locronan, Plogonnec, Guengat, Kerdrein, Ploneis
04/06	8H00	119 km 1322 m	PI-Cy-P119	Plonéis, Pluguffan, Combrit, Bénodet, Fouesnant, La forêt fouesnant, Melgven, Rosporden, Tournich, Coadry,, Coray, Trégourez, Saint adrien, Quimper Rp Park poullig, Kérivoal, Rte de Douarnenez, Ploneis
11/06	7h45	120 km 1000 m	PI-Cy-P072	Ploneis, Pluguffan, Ch. de Commerce, Concarneau , Trégunc, Rien sur belon , Baye, Le trévoux, Loge Bégoarem, Bannalec , Rosporden, Quimper, Pluguffan, Ploneis
18/06	8h00	114,5km 1440m	PICy-P025	Plonéis,Locronan, Plonévez-Porzay, Ploéven, Pentrez, Crozon, Camaret, Le Fret, Lanvéoc, Tal-Ar-Groas, Ste-Marie, Locronan, Plonéis
25/06	8h00	95,1km 1370m	PICy-P026	Plonéis, Plogonnec, Cast, Chateaulin, Ménez-Quélerc'h, Chateaulin, St-Coulitz, Lothey, Cabaret, Gouézec, Roche-du Feu, Ty-Fléhan, Edern, Langolen, Croaz-Ménez-Bris, Ergué-Armel, Pluguffan, La rocade, Plonéis
02/07	7h30	185,7 km 2239m	PICy-P180	Plonéis, Quimper, Kérivoal, Briec, Pleyben, Brasparts, Plounéour-Menez, Le relecq, Berrien, Locmaria-Berrien, Poullaouen, Carhaix, Port-de-Carhaix, Saint-Hernin, Spézet, Chateaneuf ,Briec ,Rte des mines, Quimper, Troheir, rt-Dz, Plonéis
02/07	8H00	122 km 1358 m	PI-Cy-P122	Plonéis, Quimper, Kerivoal, Briec, Braspart, Le cloitre Pleyben, Lennon, Moulin meilh ti men, Alé vihan, Kroaz brenn, L'enseigne verte, Edern, Briec, route mines, Quimper Rp Park poullig, Kérivoal, Rte de Douarnenez, Ploneis
09/07	8h00	115,8km 1165m	PICy-P028	Plonéis, Quimper, Penhars, Kerustum, Ergué-Armel, Troc'h-Yallac'l, Rosporden, Scaër, les 5 chemins, Roudouallec, Laz, Enseigne-Verte, Edern, Briec, Quimper, Troheir, rt-Dz, Plonéis
16/07	8h00	121,7km 1090m	PICy-P029	Plonéis, Dz, Tréboul, Poullan/mer, Pointe du Van, Plogoff, Audierne,Plozévet, Pouldreuzic, Plomeur, Pont-l'Abbé, Rd point Super U (Ile Tudy), L'avantage, Plonéis
23/07	8h00	108 km 1344 m	PICy-P030	Plonéis, Locronan, Plonévez Porzay, Cast, St Gildas, Menez Quelerch, Chateaulin, Port Launay, Guily Glas, St Ségal, Pleyben, Ty Blaise, Lennon, Tymen, Gouezec, Cabaret, St Venec, Gare Quemerven, Forêt du duc, Plogonnec, Plonéis

30/07	7h30	141 km 1292m	PICy-P141	Plonéis, Pluguffan, Quimper, Kerustum, Ergué-Armel, Troc'h-Yallac'l, Rosporden, Bannalec, Quimperlé, Le Faouët, Scaër, Coray, Quimper centre, rt-Dz, Plonéis
06/08	8h00	119,7km 1340m	PICy-P032	Plonéis, Quimper, centre ville, Coray, Gourin, Col de Toularon, Spézet, Chateauneuf-du-Faou, Briec, Rte des mines, Quimper, Troheir, rt-Dz, Plonéis
13/08	7h30	146 km	PICy-P147	Plonéis, Pluguffan, Quimper, Rosporden, Bannalec, Mellac, Quimperlé, Guidel, Pont-Aven, Concarneau, Keradenec, Quimper, Penhars, Ploneis
20/08	8h00	112 km 1143 m	PICy-P034	Plonéis, Pluguffan, Quimper, Kerustum, Ergué-Armel, Troc'h-Yallac'l, Rosporden, Bannalec, Dir Quimperlé à droite à Creis obet, Le trévoux, Loge Beg Oarem, La trinité, Melgven, Cadol, Roudou, RP eau blanche Qper, ergué-armel Pluguffan, Plonéis
27/08	8h00	115,7km 1323m	PICy-P024	Plonéis, Quimper, Kérivoal, Briec, Ederm, Le Niver, Trégourez, Rocuet, Ty-Louet, Scaër, Rosporden, Quimper, Pluguffan, Tourne-ici, à droite Hilguy, Lot Bellevue, Plonéis
03/09	8h00			RANDO PLONEIS
10/09	8h00	95km 1209m	PICy-P036	Plonéis, Quimper, Moulin-vert, Le Croézou, Plogonnec, Forêt-du-Duc, Kergoat, Cast, Plonévez-Porzay, Ste-Marie, route de Crozon, Saint-Nic, Pentrez, Ploéven, Locronan, Plogonnec, La rocade, Plonéis
17/09	8h00	105,4km 1060m	PICy-P037	Plonéis, Pluguffan, Quimper, Kerustum, Ergué-Armel, Troc'h-Yallac'l, Rosporden, Scaër, Ty-Louet, Coray, Quimper, Gourvilly, Troheir, rt-Dz, Plonéis
24/09	8h00	95,7km 818m	PICy-P038	Plonéis, Le-Paradis, Kerandoaré, Psg, Ménez-Kerveyen, Plonéour, Tachen-ar-Groas, Tronoen, La-Torche, Plomeur, Pendreff, Loctudy, Pont-l'abbé, Bénodet, Fouesnant, Quimper, Pluguffan, Plonéis
01/10	8h30	87,5km 1026m	PICy-P039	Plonéis, Prat-ar-Raz, Pluguffan, Pouldreuzic, Landudec, Plozévet, Audierne, Pont-Croix, Confort, Dz, Inter marché, Lannugat, Le Juch, Plogonnec, Guengat, Plonéis
08/10	8h30	85,1km 857m	PICy-P040	Plonéis, Le Fort, Gourlizon, Psg, Briscoul, Ménez-Kerveyen, Peumerit, Tréogat, Plonéour-Lanvern, Plomeur, Pont-l'abbé, Bénodet, Fouesnant, Pleuven, Quimper, Pluguffan, Plonéis
15/10	8h30	86 km 710 m	PICy-P041	Plonéis, Penhars, Quimper, Moulin du Pont, Arbre du Chapon, St-Evarzec, Fouesnant, Moustierlin, Bénodet, Combrit, Pont l'abbé, st Jean de Trolimon, Plonéour-Lanvern, Ninvenn, Pluguffan, La rocade, Plonéis
22/10	8h30	72,2km 841m	PICy-P042	Plonéis, Dz, Pont Croix, Audierne, Plozévet, Pouldreuzic, Tréogat, Plonéour-lanvern, stand ar bacol, Le minenn, RP aéroport, Pluguffan, Plonéis

29/10	8h30	79,3km 948m	PICy-P043	Plonéis, Pluguffan, Plonéour-Lanvern, Tréogat, Plovan, Penhors, Pors-Poulhan, Audierne (par la cote), Pont-Croix, Confort, Pouldergat, Plonéis
05/11	9h00	80km 752m	PICy-P044	Plonéis, rt de Germolait, Landudec, Plozévet, Audierne, Le-Loch, Cléden-cap-Sizun, Beuzec-cap-Sizun, Poullan, Kerviny, Dz, Plonéis
12/11	9h00	79,8km 548m	PICy-P045	Plonéis, Pluguffan, L'Avantage, Tréméoc, Rond-Point Ile-Tudy, Pont-l'abbé, Loctudy, Plomeur, St-Jean-Trolimon, Plonéour-Lanvern, Stang-ar-Baccol, Minven, Chapelle des Graces, Rp Kergaben, La rocade, Plonéis
19/11	9h00	73km 804m	PICy-P046	Plonéis, Quimper, Penhars, Moulin du pont, Arbre du Chapon, Croas-Avalou, La Forêt-Fouesnant, Fouesnant, Bénodet, Gouesnac'h, Quimper, Pluguffan, La rocade, Plonéis
26/11	10h00			ASSEMBLEE GENERALE
05/12	9h00	77,8km 821m	PICy-P047	Plonéis, Pluguffan, rt des chateaux, Combrit, Tréméoc, Stang-ar-baccol, Plonéour-Lanvern, Tréguennec, Penhors, Pouldreuzic, Menez-Kervéyen, Plogastel, Kerandoaré, Le Paradis, La rocade, Plonéis
10/12	9h00	69,5km 612m	PICy-P048	Plonéis, Dz, Poullan, Beuzec, Les-4-Vents, Audierne, Plouhinec, Le-Paradis, Plonéis
17/12	9h00	79,7 km 772m	PICy-P049	Plonéis, Quimper, centre-ville, Coray, Rosporden, Quimper, Ergué-Armel, Pluguffan, Plonéis
24/12	9h00	78,8km 799m	PICy-P050	Plonéis, L'avantage, Pont-L'abbé, Plonéour-Lanvern, Pouldreuzic, Plozévet, Pont-Croix (Lambabu), Confort, Dz, Plonéis
31/12	9h00		LIBRE	