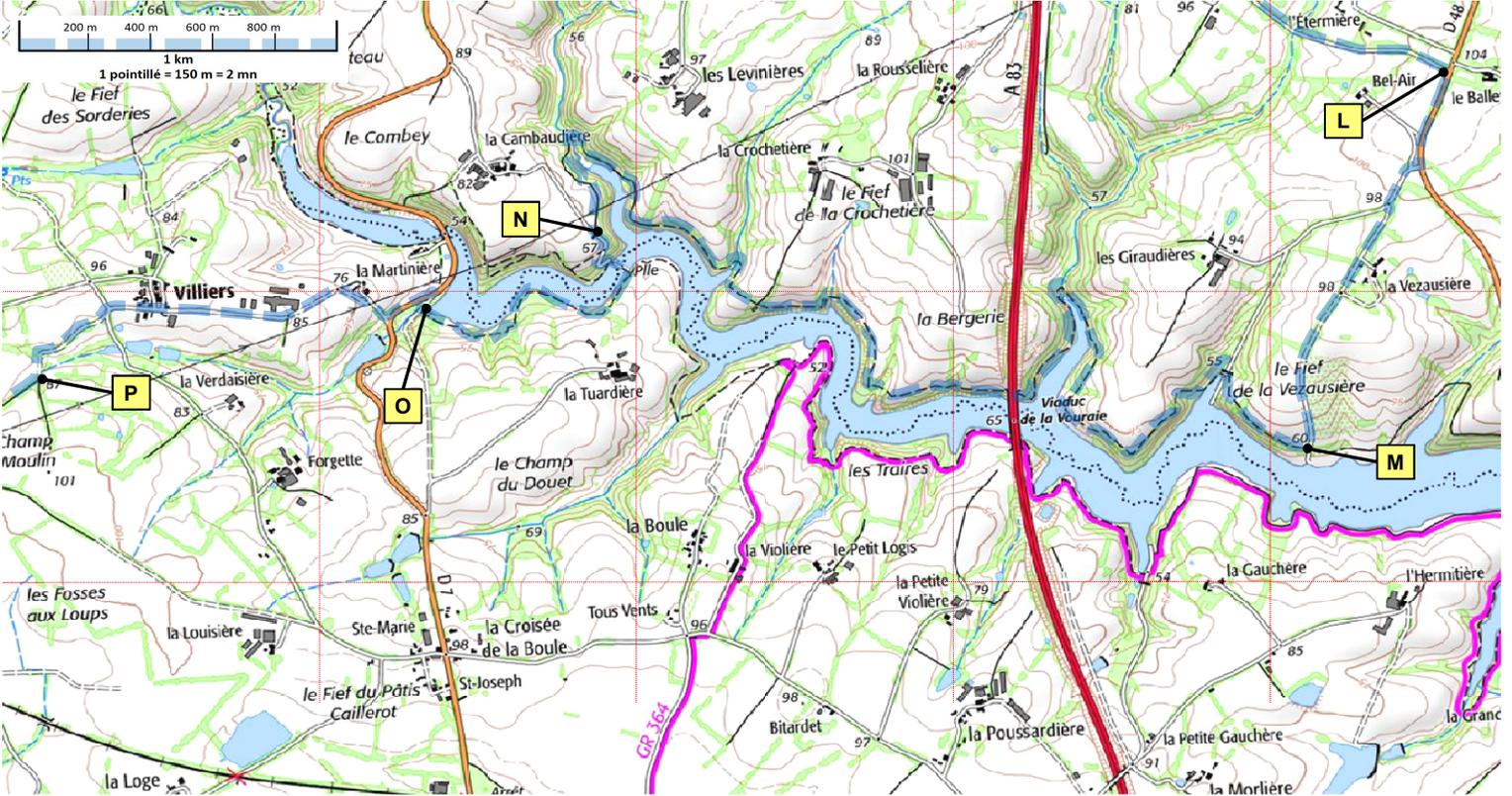
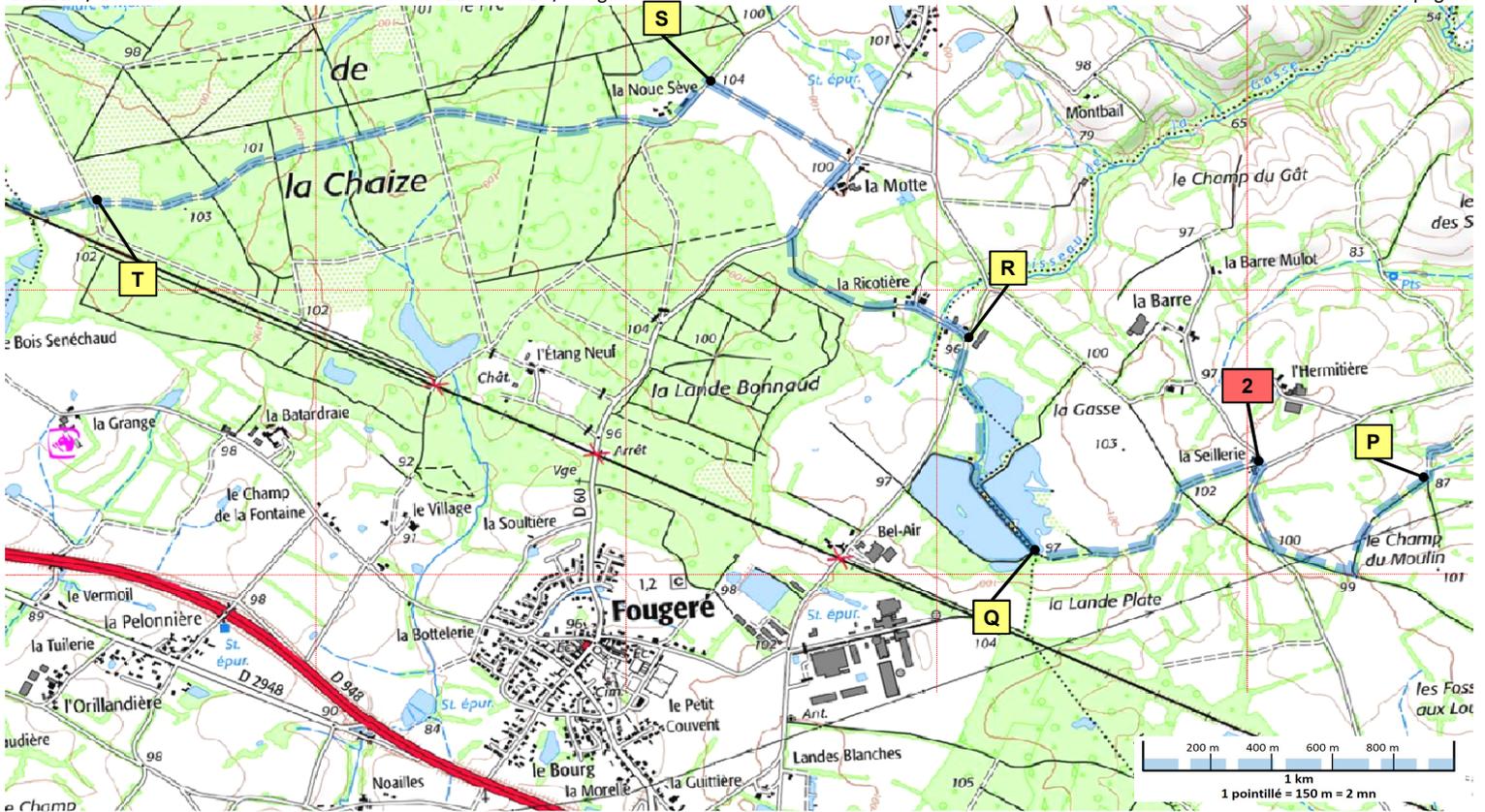


| | | | | | |
|----------|-----|--------------------------------|---|--|-----|
| 0 | 0,0 | Gymn. Clemenceau | | CONTRÔLE n° 0/ven 08:30/ven 08:30 / Contrôle -départ | |
| A | 0,2 | Gymn. Clemenceau | → | prends le sentier qui longe le gymnase | 160 |
| | | au coin de la pelouse | → | à droite sur l'allée piétons, grillage vert à ta droite | 100 |
| | | passerelle à ta droite | ↑ | continue en face entre jardins et rivière (à ta droite) | 130 |
| B | 0,4 | + av de Lattre | ↖ | traverse et prends, presque en face, la rue B. Fillon Au niveau de la Pl. Carnot continue tout droit | 280 |
| | | STOP | → | tourne à droite dans la rue Collineau | 80 |
| | | après le pont | ↖ | tourne à gauche sur la petite place et longe la rivière | 50 |
| | | passerelle | ↖ | traverse la rivière puis suis le sentier (rivière à ta droite) | 90 |
| | | passerelle suivante | ↖ | retraverse la rivière puis tourne à gauche pour la longer | 30 |
| | | + rue (boîte à livres) | ↖ | traverse la rue () et prends presque en face un sentier le long de la rivière | 440 |
| | | T rue de L'Epine | ↖ | tourne à gauche dans la rue | 110 |
| C | 1,5 | + rue de Gaulle | ↖ | traverse avec prudence et prends en face la rue Rochereau | 20 |
| | | T aussitôt | ↖ | tourne à droite vers résidence du Pont d'Arcole | 250 |
| | | après la passerelle | ↖ | tourne à gauche sur un sentier vers Parcours Sportif | 240 |
| | | à la fin d'une courbe à droite | ↖ | tourne à gauche sur une allée-piétons (installations du Parcours Sportif) | 210 |
| | | T avenue Pharmacie | → | traverse le boulevard, tourne à droite pour marcher sur le bas-côté gauche | 100 |
| | | entrée parking Lidl | ↖ | continue tout droit (en restant sur le bas-côté gauche) jusqu'au rond-point | 120 |
| | | ◇ | ↖ | à gauche, toujours sur le bas-côté gauche. On longe l'arrière du magasin ACTION | 390 |
| D | 2,8 | aussitôt après ◇ | ↖ | immédiatement après le passage inférieur, monte à gauche sur un talus | 20 |
| | | aussitôt | → | prends tout de suite à droite un sentier; il mène à une ancienne voie SNCF | 170 |
| | | + petite route | ↑ | continue en face | 660 |
| | | étroit passage à gauche | ↖ | ATTENTION Descends à gauche le talus et prends le grand chemin vers la gauche | 900 |
| E | 4,6 | + D98 | ↑ | traverse le route et continue sur le large chemin en face | 210 |
| | | T chemins | → | tourne à droite dans le large chemin | 110 |
| | | chemins T | ↑ | continue en face dans un chemin moins fréquenté | 240 |
| | | ↪ | ↖ | le chemin tourne à gauche et devient sentier qui zigzague entre 2 haies | 640 |
| | | ↪ | ↑ | le sentier redevient chemin plus large | 230 |
| F | 6,0 | + Croisée du Chiron | ↑ | tout droit | 180 |
| | | ↪ | ↖ | tourne à gauche. On passe près de la fontaine de la Culère | 410 |
| | | T Moulin des Tourneaux | ↖ | tout droit | 160 |
| G | 6,7 | T route | ↖ | prends la route vers la gauche | 140 |



| | | | | | | |
|----------|------|--|-------------------------|---|--|------|
| L | 12,7 | | route | → | prends la grand'route vers la droite | 340 |
| | | | | → | prends à droite la petite route vers La Vezauzière | 40 |
| | | | aussitôt | ↗ | légèrement vers la gauche sur la route principale | 140 |
| | | | | ↖ | prends un peu à gauche vers La Vezauzière Après les maisons, la route descend au lac | 900 |
| M | 14,1 | | petit parking à gauche | → | saute le talus puis tourne à droite dans un sentier qui va longer le lac sur 6 kms | 400 |
| | | | ancienne route | ↑ | 3 remonte l'ancienne route sur 10-15 m et reprends le sentier légèrement à gauche | 260 |
| | | | 2 traces | ↑ | 3 2 traces possibles. Celle du haut est moins empruntée mais plus facile et un peu plus courte | 850 |
| | | | | ↑ | 3 jonction des 2 traces | 220 |
| | | | | ↑ | 3 le sentier contourne une anse du lac | 470 |
| | | | | ↑ | 3 le sentier passe sous l'autoroute A83 | 1120 |
| | | | vieille baraque en tôle | ↑ | 3 continue tout droit | 1050 |
| | | | | ↑ | 3 le sentier contourne une autre anse du lac | 380 |
| N | 18,9 | | (parking à droite) | ↖ | 3 tourne à gauche dans le chemin pour descendre au lac | 80 |
| | | | chemin | ↑ | 3 continue à descendre | 100 |
| | | | passerelle | ↑ | 3 traverse le lac par la passerelle (← barrage à 7 km) | 80 |
| | | | fin de la passerelle | → | 3 prends le 2ème sentier vers la droite. | 100 |
| | | | sentier | ↑ | 3 suis le sentier principal sans t'occuper du sentier "Amanéa" | 250 |
| | | | sentier | ↑ | 3 toujours tout droit | 310 |
| | | | sentier | ↖ | 3 prends légèrement à gauche le sentier qui monte fort | 250 |
| O | 20,0 | | grand chemin | → | prends le grand chemin vers la droite | 80 |
| | | | route | ↖ | tourne à gauche sur la grand'route. Le mieux est de marcher sur le côté droit | 150 |
| | | | route | ↗ | prends à droite la route de La Martinière | 80 |
| | | | avant la 1ère maison | ↖ | prends le chemin légèrement à gauche (GAEC La Martinière) | 170 |
| | | | | ↖ | continue sur le chemin vers la gauche. Au niveau de la ferme, le chemin devient route | 530 |
| | | | villiers | ↑ | continue tout droit | 160 |
| | | | route | ↖ | prends presque en face (un peu à gauche) un large chemin | 360 |
| P | 21,6 | | | ↖ | suis le chemin le chemin principal vers la droite | 440 |



| | | | | | |
|----------|------|---------------------|---|--|------|
| P | 21,6 | | ↗ | suis le chemin le chemin principal vers la droite | 440 |
| | | | → | tourne à droite dans un chemin très herbeux (propriété privée autorisée) | 260 |
| | | | → | à droite sur la route | 310 |
| | | | ↖ | prends à gauche vers Les Barres | 30 |
| 2 | 22,6 | La Seillerie | | CONTRÔLE n° 2/ven 12:16/ven 16:34 / boîte à lettres n°105 | |
| | | La Seillerie | ← | prends à gauche la petite route qui longe la maison. Elle devient vite chemin | 680 |
| | | | ↑ | continue en face dans un petit sentier (le chemin de droite est privé) | 150 |
| | | | ↑ | continue sur le sentier en face (celui de droite est privé) | 30 |
| Q | 23,5 | | → | tourne à droite. Le sentier emprunte un large fossé qui sépare 2 grands étangs privés. Toujours rester sur cette trace | 410 |
| | | baraque à gauche | ↑ | continue en face sur la trace (passerelle) | 320 |
| | | | → | la trace traverse une haie suivie d'un fossé. Prends ensuite la route vers la droite | 140 |
| R | 24,3 | La Prée | ← | tourne à gauche vers La Ricotière | 210 |
| | | La Ricotière | ↑ | continue en face malgré le ; la route devient chemin | 540 |
| | | | → | prends la route D60 vers la droite | 310 |
| | | La Motte | ← | prends à gauche l' av. des sangliers vers La Noue Sève | 530 |
| S | 25,9 | | ← | prends la route vers la gauche, vers La Noue Sève | 240 |
| | | La Noue Sève | ↗ | file dans le Chemin communal un peu à droite malgré le | 740 |
| | | | ↑ | l'allée coupe plusieurs chemins transversaux privés. Toujours filer tout droit jusqu'à... | 1140 |
| T | 28,1 | | ↑ | file dans le chemin en face (ouvrir et refermer la grille si nécessaire) | 180 |