

SAMEDI 30 MAI 2026

ARON / PRÉ-EN-PAIL-SAINT-SAMSON - 215,1km - 3364m D+

Permanence : **8h15** - Place Vital Grandin - 53440 ARON
Départ fictif : **11h40** - D35 - Rue de la Libération - 53440 ARON
Départ réel : **11h50** - D7 - La Coudre

KM		ITINÉRAIRE			HORAIRES			
Parcours	A parcourir	LIEU			Caravane	44 km/h	42 km/h	40 km/h
0,0	Fictif 4 km	ARON	D35 - Rue de la Libération		10:00	11:40	11:40	11:40
0,2		ARON	Tout droit - D7	ROND-POINT				
0,0	215,1	DÉPART RÉEL	D7 - La Coudre		10:10	11:50	11:50	11:50
2,1	213,0	JUBLAINS	D7 - Droite - D241		10:12	11:52	11:53	11:53
6,5	208,7	BELGEARD	D241 - Droite - D207		10:18	11:58	11:59	11:59
10,1	205,0	LA BAZOGE MONTPINCON	D207 - Tout droit - D207	ILOTS X2	10:23	12:03	12:04	12:05
11,8	203,4	D207/C	Droite - Sainte Ouie		10:26	12:06	12:06	12:07
12,7	202,4	C/D35	Droite - D35		10:27	12:07	12:08	12:09
13,8	201,3	ARON	D35 - Tout droit - D35		10:28	12:08	12:09	12:10
15,0	200,2	ARON	D7 - Gauche - D35		10:30	12:10	12:11	12:12
20,2	194,9	GRAZAY	D35		10:37	12:17	12:18	12:20
20,5	194,6	GRAZAY	D35 - Gauche - D160		10:38	12:18	12:19	12:20
23,0	192,1	MARCILLÉ LA VILLE	Place de l'église - Droite - D160		10:41	12:21	12:22	12:24
23,1	192,0	MARCILLÉ LA VILLE	D160 - Tout droit - D160		10:41	12:21	12:23	12:24
25,0	190,1	D160/D160	Gauche - D160		10:44	12:24	12:25	12:27
25,7	189,4	D160/D527	Droite - D527		10:45	12:25	12:26	12:28
27,6	187,5	SPRINT BONIF' N°1	200 m avant La Vennière	BONIFICATIONS : 3" - 2" - 1"	10:47	12:27	12:29	12:31
28,1	187,1	D527/C	Droite - Sainte Anne		10:48	12:28	12:30	12:32
30,0	185,1	KILOMÈTRE 30	Le Val Marie	OUVERTURE RAVITAILLEMENT	10:50	12:30	12:32	12:35
30,1	185,0	C/D129	Gauche - D129		10:51	12:31	12:33	12:35
31,3	183,8	D254	L'Aventura	ZONE PROPRE - RAVITO	10:52	12:32	12:34	12:36
31,9	183,3	D129/C	Droite - Ricordeau		10:53	12:33	12:35	12:37
34,7	180,5	C/D147	Droite - D147		10:57	12:37	12:39	12:42
37,7	177,5	HARDANGES	D147 - Gauche - D264		11:01	12:41	12:43	12:46
40,0	175,1	GPM 2ème caté. : 6-4-2-1 pts	Barrière	Mont du Saule	11:04	12:44	12:47	12:50
42,7	172,5	LE HAM	D245 - Droite - D219 Rue principale		Pause 20'	12:48	12:50	12:54
42,8	172,3	LE HAM	D219 - Droite D219 Rue de la Grotte		Caravane	12:48	12:51	12:54
43,1	172,1	LE HAM	D219 - Gauche - Le Bas de la Butte		11:28	12:48	12:51	12:54
43,8	171,3	LE HAM	Gauche - D219		11:29	12:49	12:52	12:55
47,1	168,1	D219/D256	Gauche - D256		11:34	12:54	12:57	13:00
48,8	166,3	D256/D13/D256	Tout droit - D256		11:36	12:56	12:59	13:03
52,7	162,5	VILLEPAIL	D256 - Droite - D240		11:41	13:01	13:05	13:09
53,8	161,3	GPM 2ème caté. : 6-4-2-1 pts	La Mézengerie	Côte des éoliennes	11:43	13:03	13:06	13:10
54,7	160,4	CRENNES SUR FRAUBÉE	D240 - Gauche - D511	DESCENTE !	11:44	13:04	13:08	13:12
54,8	160,4	CRENNES SUR FRAUBÉE	D511 - Droite - C2		11:44	13:04	13:08	13:12
57,8	157,4	VILLAINES LA JUHEL	C2 - Gauche - D20		11:48	13:08	13:12	13:16
64,2	150,9	D20/D218	Gauche - D218		11:57	13:17	13:21	13:26
66,3	148,9	VILLEPAIL	D218 - Droite - Rue des Planchettes		12:00	13:20	13:24	13:29
66,5	148,6	VILLEPAIL	D218 - Droite - C120		12:00	13:20	13:25	13:29
67,7	147,5	C120/C	Droite - Route de la Cohelie		12:02	13:22	13:26	13:31
69,7	145,5	C/D536	Gauche - D536		12:04	13:24	13:29	13:34
73,6	141,5	SAINT CYR EN PAIL	Droite - Rue de la Corniche	VIRAGE !	12:10	13:30	13:35	13:40
75,1	140,0	C	Gauche - Rte de l'oratoire du pont		12:12	13:32	13:37	13:42
76,7	138,4	C/D20	Gauche - D20		12:14	13:34	13:39	13:45
77,6	137,5	D20/C	Droite - C		12:15	13:35	13:40	13:46
77,7	137,4	D20	La Noé aux Cerfs	ZONE PROPRE - RAVITO	12:15	13:35	13:41	13:46
80,3	134,9	D20/D245	Gauche - D245		12:19	13:39	13:44	13:50
80,6	134,5	SAINT JULIEN DES ÉGLANTIERS	D245 - Tout droit - D245		12:19	13:39	13:45	13:50
81,6	133,6	D245/D204	Droite - D204		12:21	13:41	13:46	13:52
82,8	132,3	D204/C	Droite - C - Les Pervenches		12:22	13:42	13:48	13:54
83,4	131,7	C/C	Droite - C - Le Perroux	DESCENTE !	12:23	13:43	13:49	13:55
84,9	130,2	C/D255	Gauche - D225		12:25	13:45	13:51	13:57
85,3	129,9	D255/D218	Droite - D218		12:26	13:46	13:51	13:57
86,6	128,5	D218/C	Gauche - C La Mare Houssaie		12:28	13:48	13:53	13:59
88,1	127,1	C/D255	Droite - D255		12:30	13:50	13:55	14:02
88,9	126,3	D255/D121	Droite - D121		12:31	13:51	13:56	14:03
91,9	123,2	D121/D255	Gauche - D255		12:35	13:55	14:01	14:07
94,8	120,4	D255/D149	Droite - D149		12:39	13:59	14:05	14:12
95,6	119,5	AVERTON	Gauche - D119		12:40	14:00	14:06	14:13
97,0	118,2	D119/D222	Droite - D222		12:42	14:02	14:08	14:15
100,1	115,1	SAINT AUBIN DU DESERT	D222 - Gauche - D239 - D268		12:46	14:06	14:12	14:20
102,6	112,5	D268/D119	Gauche - D119		12:49	14:09	14:16	14:23
103,1	112,1	D119/D268	Droite - D268		12:50	14:10	14:17	14:24
107,6	107,5	GPM 2ème caté. : 6-4-2-1 pts	Chemin à droite avant carrefour	Col de Saint Sulpice	12:56	14:16	14:23	14:31

107,8	107,3	D268/D149	Droite - D149	12:57	14:17	14:24	14:31
109,8	105,4	GESVRES	D149 - Droite - D121	12:59	14:19	14:26	14:34
110,1	105,1	GESVRES	D121 - Place des sports	ZONE PROPRE - RAVITO	13:00	14:20	14:27
115,2	99,9	SAINT PIERRE DES NIDS	D121 - Tout droit - D121	RETRECISSEMENT X6	13:07	14:27	14:34
116,1	99,0	SAINT PIERRE DES NIDS	D121 - Gauche - D505	ROND-POINT	13:08	14:28	14:35
119,2	95,9	CHAMPFRÉMONT	D505 - Gauche - D245		13:12	14:32	14:40
119,8	95,3	CHAMPFRÉMONT	D245 - Gauche - D245		13:13	14:33	14:41
122,7	92,4	BOULAY LES IFS	D245 - Droite - Belvédère des Avaloirs		13:17	14:37	14:45
125,1	90,0		Garenne	ENTRÉE CIRCUIT FINAL	13:20	14:40	14:48
126,6	88,5	C/C	Route du Belvédère	Mont des Avaloirs	13:22	14:42	14:50
126,6	88,5	C/C	Gauche C		13:22	14:42	14:50
128,9	86,2	C/D144	Droite - D144		13:25	14:45	14:54
131,6	83,5	PRÉ EN PAIL	D144 - Gauche - Rue des Magasins		13:29	14:49	14:58
131,9	83,3	PRÉ EN PAIL	Gauche - D204 - Rue du Champs de Foire		13:29	14:49	14:58
132,1	83,0	PRÉ EN PAIL	Droite - Rue de la Petite Vitesse		13:30	14:50	14:58
132,7	82,4	PRÉ EN PAIL	Gauche - D20 - Rue de la Corniche de Pail		13:30	14:50	14:59
132,9	82,2	PRÉ EN PAIL	1er passage sur la ligne, compte tour 5		13:31	14:51	14:59
133,1	82,0	PRÉ EN PAIL	Gauche - C - Bois Couret	ZONE PROPRE - RAVITO	13:31	14:51	15:00
134,2	81,0	GPM 2ème caté. : 6-4-2-1 pts	Les Fontaines	Côte des 14%	13:32	14:52	15:01
135,4	79,8	C/C	Gauche - C		13:34	14:54	15:03
136,3	78,8	C/D204	Droite - D204		13:35	14:55	15:04
136,9	78,2	D204/C	Gauche - C		13:36	14:56	15:05
139,9	75,2		Gauche - D144		13:40	15:00	15:09
140,9	74,3		Droite - C -Garenne		13:42	15:02	15:11
141,6	73,6		Gauche - C - Belvédère		13:43	15:03	15:12
143,0	72,1	GPM 1ère caté. : 8-6-4-2-1 pts	Route du Belvédère	Mont des Avaloirs	13:45	15:05	15:14
143,1	72,0	C/C	Gauche C		13:45	15:05	15:14
145,3	69,8	C/D144	Droite - D144		13:48	15:08	15:17
148,2	66,9	PRÉ EN PAIL	D144 - Gauche - Rue des Magasins		13:52	15:12	15:21
148,4	66,8	PRÉ EN PAIL	Gauche - D204 - Rue du Champs de Foire		13:52	15:12	15:21
148,5	66,6	PRÉ EN PAIL	Droite - Rue de la Petite Vitesse		13:52	15:12	15:22
149,1	66,0	PRÉ EN PAIL	Gauche - D20 - Rue de la Corniche de Pail		13:53	15:13	15:23
149,4	65,8	PRÉ EN PAIL	2ème passage sur la ligne, compte tour 4		13:53	15:13	15:23
149,6	65,5	PRÉ EN PAIL	Gauche - C - Bois Couret	ZONE PROPRE - RAVITO		15:14	15:23
150,6	64,6	GPM 2ème caté. : 6-4-2-1 pts	Les Fontaines	Côte des 14%		15:15	15:25
159,5	55,6	GPM 1ère caté. : 8-6-4-2-1 pts	Route du Belvédère	Mont des Avaloirs		15:27	15:37
165,8	49,3	PRÉ EN PAIL	3ème passage sur la ligne, compte tour 3			15:36	15:46
166,0	49,1	PRÉ EN PAIL	Gauche - C - Bois Couret	ZONE PROPRE - RAVITO		15:36	15:47
167,0	48,1	GPM 2ème caté. : 6-4-2-1 pts	Les Fontaines	Côte des 14%		15:37	15:48
175,9	39,2	GPM 1ère caté. : 8-6-4-2-1 pts	Route du Belvédère	Mont des Avaloirs		15:49	16:01
182,3	32,8	PRÉ EN PAIL	4ème passage sur la ligne, compte tour 2			15:58	16:10
182,5	32,6	PRÉ EN PAIL	Gauche - C - Bois Couret	ZONE PROPRE - RAVITO		15:58	16:10
183,5	31,7	GPM 2ème caté. : 6-4-2-1 pts	Les Fontaines	Côte des 14%		16:00	16:12
192,4	22,8	GPM 1ère caté. : 8-6-4-2-1 pts	Route du Belvédère - Mont des Avaloirs	Mont des Avaloirs		16:12	16:24
198,7	16,4	SPRINT BONIF' N°2	5ème passage sur la ligne, compte tour 1	BONIFICATIONS : 3" - 2" - 1"		16:20	16:33
198,9	16,2	PRÉ EN PAIL	Gauche - C - Bois Couret	ZONE PROPRE		16:21	16:34
208,8	6,3	SPRINT BONIF' N°3	Mont des Avaloirs - 6ème passage	BONIFICATIONS : 3" - 2" - 1"		16:34	16:48
215,1	0,0	ARRIVÉE	6ème passage et Arrivée Étape 2	BONIFICATIONS : 10" - 6" - 4"		16:43	16:57