

**TOUR DE BRETAGNE CYCLISTE**

**Etape n° 4: PLANCOET - LANNION**

**Jeudi 28 avril 2016**

ROUTES	ITINERAIRE	KILOMETRAGE		MOYENNE HORAIRE		
		PARCOURU	A PARCOURIR	40 km/h	41 km/h	42 km/h
D768	<p><b>Rassemblement et contrôle Départ : 10 h 00</b>  <b>Cérémonie protocolaire et départ en groupe: 12h15</b></p> <p><b>DEPART FICTIF : EMBALLAGES SAMSON, Rue de la Libération, Au giratoire à gauche vers D34, Rue de l'Abbaye, Au giratoire à gauche vers D768 LAMBALLE, Rue du Pont puis à droite rue Salonne, Au carrefour à gauche vers austres directions, Rue St Sauveur, Au giratoire à gauche direction LAMBALLE, Rue Calmette, puis au carrefour à droite Vers LAMBALLE, Rue de la Madeleine, <b>Sortie PLANCOET</b>, au giratoire tout droit direction ST BRIEUC</b></p>					
D768	<b>DEPART REEL OU KM 0 après 4 km de parcours fictif:</b> Au lieu dit LES TROIS CROIX	0	163,5	12 h 25	12 h 25	12 h 25
D768	Au carrefour avec D16, tout droit	4,8	158,7	12 h 32	12 h 32	12 h 31
D768	<b>SAINT DENOUAL</b>	10	153,5	12 h 40	12 h 39	12 h 39
D768	<b>Sortie SAINT DENOUAL</b>	10,8	152,7	12 h 41	12 h 40	12 h 40
D768	Carrefour D768 - D14 tout droit	11,6	151,9	12 h 42	12 h 41	12 h 41
D768	LA DOBERIE	16,4	147,1	12 h 49	12 h 49	12 h 48
D768	Au giratoire, à droite direction D78 ST BRIEUC	20,3	143,2	12 h 55	12 h 54	12 h 54
D768	Au giratoire intersection avec D791 - D14, à gauche direction D78	21,5	142	12 h 57	12 h 56	12 h 55
D768	Au giratoire à droite direction D712 COETMIEUX	24,1	139,4	13 h 01	13 h 00	12 h 59
D712	<b>LA DEHANNE</b>	24,2	139,3	13 h 01	13 h 00	12 h 59
D712	<b>Sortie LA DEHANNE</b>	25,3	138,2	13 h 02	13 h 02	13 h 01
D712	Intersection avec D46 à droite suivre D712 ANDEL	26,8	136,7	13 h 05	13 h 04	13 h 03
D712	Au giratoire avec D46, tout droit direction D712 POMMERET	27,4	136,1	13 h 06	13 h 05	13 h 04
D712	A gauche D712 POMMERET	28,3	135,2	13 h 07	13 h 06	13 h 05
D712	Au carrefour à gauche vers C46 LAMBALLE	29,3	134,2	13 h 08	13 h 07	13 h 06
C46	Suivre direction POMMERET	30,7	132,8	13 h 11	13 h 09	13 h 08
	<b>POMMERET, Rue de Rennes</b>	31,1	132,4	13 h 11	13 h 10	13 h 09
	Devant l'église, à droite direction D80 ST BRIEUC puis à gauche vers C3 QUESSOY	32	131,5	13 h 13	13 h 11	13 h 10
	<b>Sortie POMMERET</b>	33,4	130,1	13 h 15	13 h 13	13 h 12
	Au STOP à gauche, Rue de l'étang	34,7	128,8	13 h 17	13 h 15	13 h 14
	Au carrefour D765 - D81, à droite vers D81 QUESSOY	35,8	127,7	13 h 18	13 h 17	13 h 16
D81	<b>QUESSOY</b>	38,5	125	13 h 22	13 h 21	13 h 20
D81	Au carrefour avec D1, à droite direction D1 TREGUEUX	38,6	124,9	13 h 22	13 h 21	13 h 20
D1	<b>Sortie QUESSOY</b>	39	124,5	13 h 23	13 h 22	13 h 20
D1	<b>L'HOPITAL</b>	40,9	122,6	13 h 26	13 h 24	13 h 23
D1	<b>Sortie L'HOPITAL</b>	41,9	121,6	13 h 27	13 h 26	13 h 24
D1	Au carrefour à gauche puis à droite PLEDRAN	42,7	120,8	13 h 29	13 h 27	13 h 26
	<b>PLEDRAN, Rue Bel Orient</b>	45,1	118,4	13 h 32	13 h 31	13 h 29
	Au giratoire à droite, Rue du 8 mai 1945, puis au carrefour à gauche Rue des chênes	45,8	117,7	13 h 33	13 h 32	13 h 30
	Au carrefour à gauche puis à droite direction TREGUEUX	46,2	117,3	13 h 34	13 h 32	13 h 31
	Au giratoire à gauche, Rue du centre puis au carrefour à droite au cimetière Rue St Nicolas	46,6	116,9	13 h 34	13 h 33	13 h 31
	<b>Sortie PLEDRAN</b>	47,2	116,3	13 h 35	13 h 34	13 h 32
	Au STOP intersection avec D10 à gauche	51,7	111,8	13 h 42	13 h 40	13 h 38
D10	<b>SAINT JULIEN, Rue de la Croix</b>	51,9	111,6	13 h 42	13 h 40	13 h 39
D10	Au giratoire à droite direction ST JULIEN	52,2	111,3	13 h 43	13 h 41	13 h 39
	<b>ATTENTION Passage à Niveau N°8</b> puis tout droit au feu direction D40 PLEDRAN	52,8	110,7	13 h 44	13 h 42	13 h 40
D40	<b>Sortie SAINT JULIEN</b>	53,5	110	13 h 45	13 h 43	13 h 41

D40	<b>SAINTE ANNE DU HOULIN</b>	54,6	108,9	13 h 46	13 h 44	13 h 43
D40	<b>Sortie SAINT ANNE DU HOULIN</b>	54,8	108,7	13 h 47	13 h 45	13 h 43
D40	<b>MG2 PLAINE HAUTE</b> , montée de 1700m à 5-6 %	56,4	107,1	13 h 49	13 h 47	13 h 45
	Au carrefour à droite direction ST DONAN puis Route du petit moulin.	56,5	107	13 h 49	13 h 47	13 h 45
	<b>Sortie PLAINE HAUTE</b>	57,4	106,1	13 h 51	13 h 49	13 h 47
C3	<b>SPRINT INTERMEDIAIRE SAINT DONAN</b>	60,2	103,3	13 h 55	13 h 53	13 h 51
C3	2 fois à gauche direction D45 COHINIAC	60,5	103	13 h 55	13 h 53	13 h 51
D45	Sortie SAINT DONAN	61,1	102,4	13 h 56	13 h 54	13 h 52
D45	Au carrefour intersection avec D7, à droite direction D7 CHATELAUDREN	66	97,5	14 h 04	14 h 01	13 h 59
D7	Au carrefour à gauche direction LE MOULIN NEUF	68,4	95,1	14 h 07	14 h 05	14 h 02
	<b>BOQUEHO</b>	69	94,5	14 h 08	14 h 05	14 h 03
	<b>MG1</b> face au garage, montée de 500m à 10-12 %	69,1	94,4	14 h 08	14 h 06	14 h 03
	Au niveau de l'église à droite	69,3	94,2	14 h 08	14 h 06	14 h 04
	Au carrefour avec D24 direction D24 LANRODEC	69,5	94	14 h 09	14 h 06	14 h 04
D24	<b>Sortie BOQUEHO</b>	69,9	93,6	14 h 09	14 h 07	14 h 04
D24	Au carrefour avec D65, à gauche direction ST FIACRE	75	88,5	14 h 17	14 h 14	14 h 12
D65	Au STOP intersection avec D4, à gauche vers ST FIACRE	75,3	88,2	14 h 17	14 h 15	14 h 12
D4	Au carrefour avec D24 direction D24 BOURBRIAC	78,5	85	14 h 22	14 h 19	14 h 17
D24	Au STOP avec D63 suivre D24 ST PEVER	81	82,5	14 h 26	14 h 23	14 h 20
D24	<b>SAINT PEVER</b>	81,5	82	14 h 27	14 h 24	14 h 21
D24	Suivre D24 BOURBRIAC à gauche	82	81,5	14 h 28	14 h 25	14 h 22
D24	<b>Sortie SAINT PEVER</b>	82,2	81,3	14 h 28	14 h 25	14 h 22
D24	Au STOP intersection avec D767, à droite puis de suite à gauche direction D24 BOURBRIAC	82,9	80,6	14 h 29	14 h 26	14 h 23
D24	Au carrefour avec D63, à droite direction D63 ST ADRIEN	84,5	79	14 h 31	14 h 28	14 h 25
D63	<b>SAINT ADRIEN</b>	85,1	78,4	14 h 32	14 h 29	14 h 26
	<b>MG2</b> 50m avant le carrefour (à gauche vers KERMORZU), montée de 700m 8-10 %	85,4	78,1	14 h 33	14 h 29	14 h 27
	<b>BOURBRIAC</b> , Rue de Coat Liou	88,9	74,6	14 h 38	14 h 35	14 h 32
	Au STOP à gauche puis à droite devant la mairie	89,6	73,9	14 h 39	14 h 36	14 h 33
	Au carrefour D22 - D24, tout droit D22 GURUNHUEL	90,3	73,2	14 h 40	14 h 37	14 h 34
D22	<b>ATTENTION</b> Passage à niveau N°18	95,4	68,1	14 h 48	14 h 44	14 h 41
D22	Au STOP intersection avec D787, tout droit direction D20 GURUNHUEL	96,1	67,4	14 h 49	14 h 45	14 h 42
D20	<b>SPRINT INTERMEDIAIRE GURUNHUEL</b>	99,5	64	14 h 54	14 h 50	14 h 47
D20	Intersection avec D22 suivre D22 LOUARGAT	100	63,5	14 h 55	14 h 51	14 h 47
D22	<b>Sortie GURUNHUEL</b>	100,1	63,4	14 h 55	14 h 51	14 h 48
D22	Au carrefour avec D31, tout droit	100,9	62,6	14 h 56	14 h 52	14 h 49
D22	Au carrefour avec D712, à gauche vers D712 BELLE ISLE EN TERRE	108,7	54,8	15 h 08	15 h 04	15 h 00
D712	<b>BELLE ISLE EN TERRE</b>	108,8	54,7	15 h 08	15 h 04	15 h 00
D712	Au carrefour avec D33, tout droit vers D712 PLOUNEVEZ MOEDEC	108,9	54,6	15 h 08	15 h 04	15 h 00
D712	<b>Sortie BELLE ISLE EN TERRE</b>	109,4	54,1	15 h 09	15 h 05	15 h 01
D712	<b>MG2</b> PONT ELOU, Montée de 1200m à 6-7%	110,6	52,9	15 h 10	15 h 06	15 h 03
D712	<b>DEBUT ZONE DE RAVITAILLEMENT PLOUNEVEZ MOEDEC</b> , Rue Edouard Prigent	112,3	51,2	15 h 13	15 h 09	15 h 05
D712	<b>FIN ZONE DE RAVITAILLEMENT</b> , au giratoire à droite direction Vallée du Léguer	112,9	50,6	15 h 14	15 h 10	15 h 06
	<b>Sortie PLOUNEVEZ MOEDEC</b>	113,5	50	15 h 15	15 h 11	15 h 07
	à droite direction TREGROM	113,6	49,9	15 h 15	15 h 11	15 h 07
	<b>MG1</b> , site de KERNASQUELLEC, montée de 700m à 8-10%	116,3	47,2	15 h 19	15 h 15	15 h 11
C1	<b>TREGROM</b>	118,8	44,7	15 h 23	15 h 18	15 h 14
	Après l'église à droite D33 PLUZUNET	119,1	44,4	15 h 23	15 h 19	15 h 15
D33	<b>Sortie TREGROM</b>	119,3	44,2	15 h 23	15 h 19	15 h 15
D33	Au carrefour à droite vers D32 PLUZUNET	120,8	42,7	15 h 26	15 h 21	15 h 17

D32	A gauche vers D33 PLUZUNET	122,3	41,2	15 h 28	15 h 23	15 h 19
D33	<b>PLUZUNET</b>	125,1	38,4	15 h 32	15 h 28	15 h 23
D33	Au STOP intersection avec D30, à gauche direction D30 CAVAN	125,5	38	15 h 33	15 h 28	15 h 24
D30	<b>Sortie PLUZUNET</b>	126	37,5	15 h 34	15 h 29	15 h 25
D30	Intersection avec D31, à droite direction D31 TONQUEDEC	127,8	35,7	15 h 36	15 h 32	15 h 27
D31	<b>TONQUEDEC</b>	129,8	33,7	15 h 39	15 h 34	15 h 30
D31	Au niveau de l'église à gauche puis à droite direction D113 PLOUBEZRE	130,1	33,4	15 h 40	15 h 35	15 h 30
D113	<b>Sortie TONQUEDEC</b>	130,3	33,2	15 h 40	15 h 35	15 h 31
D113	A gauche direction D113 PLOUBEZRE	130,8	32,7	15 h 41	15 h 36	15 h 31
D113	<b>MG1</b> , KERUGAN, montée de 1800m à 6-8%	133,8	29,7	15 h 45	15 h 40	15 h 36
D113	A droite vers D11 LANNION	135,7	27,8	15 h 48	15 h 43	15 h 38
D11	<b>PLOUBEZRE</b>	136,2	27,3	15 h 49	15 h 44	15 h 39
D11	Devant l'église à gauche, Rue Yves Cudennec	137	26,5	15 h 50	15 h 45	15 h 40
	Au giratoire à droite et au carrefour à droite	137,3	26,2	15 h 50	15 h 45	15 h 41
	Au STOP à gauche vers KERANGLAZ	137,7	25,8	15 h 51	15 h 46	15 h 41
	A droite route du Quinquis	139,2	24,3	15 h 53	15 h 48	15 h 43
	<b>MG1</b> , au niveau de la chapelle, puis à droite. Montée de 900m à 10-12%	140,1	23,4	15 h 55	15 h 50	15 h 45
	A gauche vers KERAMPARK	140,6	22,9	15 h 55	15 h 50	15 h 45
	<b>ENTREE DU CIRCUIT</b> , Rond point de Bel air, suivre C98 LOGUIVY LES LANNION	141,6	21,9	15 h 57	15 h 52	15 h 47
C98	Au giratoire à droite	142,3	21,2	15 h 58	15 h 53	15 h 48
	<b>ATTENTION</b> , calvaire en descente puis virage à droite devant la chapelle	143,1	20,4	15 h 59	15 h 54	15 h 49
	<b>Sortie LOGUIVY LES LANNION</b>	144,2	19,3	16 h 01	15 h 56	15 h 51
	A droite avant le giratoire vers Rue des acacias	145,6	17,9	16 h 03	15 h 58	15 h 53
D786	<b>Sortie LANNION</b>	146,1	17,4	16 h 04	15 h 58	15 h 53
D786	<b>SPRINT INTERMEDIAIRE 1er passage sur la ligne d'arrivée</b> , Bd Pierre Mendès France	146,4	17,1	16 h 04	15 h 59	15 h 54
D786	<b>RETOUR ENTREE CIRCUIT</b> , Rond point de Bel Air	147,3	16,2	16 h 05	16 h 00	15 h 55
D786	<b>2ème passage sur la ligne d'arrivée</b>	152,1	11,4	16 h 13	16 h 07	16 h 02
D786	<b>3ème passage sur la ligne d'arrivée</b>	157,8	5,7	16 h 21	16 h 15	16 h 10
	<b>4ème passage sur la ligne d'arrivée et ARRIVEE</b>	<b>163,5</b>	<b>0</b>	<b>16 h 30</b>	<b>16 h 24</b>	<b>16 h 18</b>