

TLA 1ère étape Plessé - Plessé samedi 28 mai (156 km)

| Route | Itinéraire complet | Fait | à faire | 40 kmh | Horaire 45kmh |
|-------|---|------|---------|--------|---------------|
| | PLESSE | | | | |
| | Départ Neutralisé | | | 13h30 | 13h30 |
| | 20 rue de Malague | | | | |
| D131 | Rue de Malague | | | | |
| D3 | Rue Michel Manoll | | | | |
| D2 | Rue de la Poste | | | | |
| | Rue Charles Perron | | | 13h31 | 13h31 |
| | Départ Réel | | | | |
| D35 | Rue de la Piardière | 0 | 156 | 13h33 | 13h32 |
| | LE GÂVRE | | | | |
| D35 | Rue de la Forêt | 3 | 153 | 13h37 | 13h36 |
| D35 | Rond point de la Belle Etoile | 6 | 150 | 13h42 | 13h40 |
| D35 | Route de la Maillardais | 9 | 147 | 13h46 | 13h44 |
| D35 | Rue de la Forêt | 10 | 146 | 13h48 | 13h46 |
| D42 | Grande Rue | | | | |
| | Rue du Stade | 11 | 145 | 13h49 | 13h47 |
| | Chemin des Rotys | 12 | 144 | 13h51 | 13h48 |
| | VAY | | | | |
| | Route du Haut-Luc | 13 | 143 | 13h52 | 13h50 |
| | Chemin des Rotys | 14 | 142 | 13h54 | 13h51 |
| | La Gaby | | | | |
| | MARSAC-SUR-DON | | | | |
| | Le Pré Rocher | 19 | 137 | 14h01 | 13h58 |
| | LA Rimbaudais | 20 | 136 | 14h03 | 13h59 |
| | Sprint Bonification Loire-Atlantique N°1 | 20,5 | | | |
| D44 | Route de Vay | 23 | 133 | 14h07 | 14h03 |
| D44 | Rue Saint-Léger | | | | |
| D124 | Rue Général de Gaulle | | | | |
| | Rue de l'Abbaye de Redon | | | | |
| D125 | Rue Saint Martin | | | | |
| D125 | Rue Moulin de la Roche | 24 | 132 | 14h09 | 14h04 |
| | GUEMENE-PENFAO | | | | |
| D125 | Rue Moulin de la Roche | | | | |
| D125 | Le Tahun | 29 | 127 | 14h16 | 14h11 |
| D42 | Les Rivières | 31 | 125 | 14h19 | 14h14 |
| | CONQUEREUIL | | | | |
| | Pré de la Châtelaie | 32 | 124 | 14h21 | 14h15 |
| | Rue des Potinières | 33 | 123 | 14h22 | 14h16 |
| | Allée des Massicais | | | | |
| D124 | Rue de la Renaissance | 34 | 122 | 14h24 | 14h18 |
| | GUEMENE-PENFAO | | | | |
| D124 | Route de Nozay | 35 | 121 | 14h25 | 14h19 |
| | Sprint Maillot Rose N°1 | 35,3 | | | |
| | Château de Juzet | | | | |
| | La Vallée | 37 | 119 | 14h28 | 14h22 |
| | Sprint Michel Quirion N°1 | 37,8 | | | |
| | Mezillac | 38 | 118 | 14h30 | 14h23 |
| D125 | Rue de Guémené | 39 | 117 | 14h31 | 14h24 |

| Route | Itinéraire complet | Fait | à faire | 40 kmh | Horaires 45kmh |
|-------|--|------|---------|--------|----------------|
| | Treguely | 41 | 115 | 14h34 | 14h27 |
| | Sprint Michel Quirion N°2 | 41,9 | | | |
| | Lande du Dessus | 42 | 114 | 14h36 | 14h28 |
| D125 | Rue Sainte-Anne | 43 | 113 | 14h37 | 14h30 |
| D125 | Rue de Guemené | 44 | 112 | 14h39 | 14h31 |
| | Boulargot | 45 | 111 | 14h40 | 14h32 |
| | Tregueneuf | | | | |
| | Le Verger-Guenouvry | | | | |
| | Le Verger | 46 | 110 | 14h42 | 14h34 |
| | Le Verger-Guenouvry | | | | |
| | PLESSE | | | | |
| D15 | Route de Blain | 48 | 108 | 14h45 | 14h36 |
| | Château Grenot | 49 | 107 | 14h46 | 14h38 |
| | La Brousse | 50 | 106 | 14h48 | 14h39 |
| | Bel Air | 51 | 105 | 14h49 | 14h40 |
| | Lotissement de la Gare | | | | |
| D2 | Route de la Gare | 52 | 104 | 14h51 | 14h42 |
| D2 | Grande Rue | | | | |
| D2 | Rue de Plessé | 53 | 103 | 14h52 | 14h43 |
| D35 | Rue de la Piardière Fin de la 1ère boucle | 56 | 100 | 14h57 | 14h47 |
| | LE GÂVRE | | | | |
| D35 | Rue de la Forêt | 59 | 97 | 15h01 | 14h51 |
| D35 | Rond point de la Belle Etoile | 62 | 94 | 15h06 | 14h55 |
| D35 | Route de la Maillardais | 65 | 91 | 15h10 | 14h59 |
| D35 | Rue de la Forêt | 66 | 90 | 15h12 | 15h00 |
| D42 | Grande Rue | | | | |
| | Rue du Stade | 67 | 89 | 15h13 | 15h02 |
| | Chemin des Rotys | 68 | 88 | 15h15 | 15h03 |
| | VAY | | | | |
| | Route du Haut-Luc | 69 | 87 | 15h16 | 15h04 |
| | Chemin des Rotys | 70 | 86 | 15h18 | 15h06 |
| | La Gaby | | | | |
| | MARSAC-SUR-DON | | | | |
| | Le Pré Rocher | 75 | 81 | 15h25 | 15h12 |
| | LA Rimbaudais | 76 | 80 | 15h27 | 15h14 |
| | Sprint Bonification Loire-Atlantique N°2 | 76,5 | | | |
| D44 | Route de Vay | 79 | 77 | 15h31 | 15h18 |
| D44 | Rue Saint-Léger | | | | |
| D124 | Rue Général de Gaulle | | | | |
| | Rue de l'Abbaye de Redon | | | | |
| D125 | Rue Saint Martin | | | | |
| D125 | Rue Moulin de la Roche | 80 | 76 | 15h33 | 15h19 |
| | GUEMENE-PENFAO | | | | |
| D125 | Rue Moulin de la Roche | | | | |
| D125 | Le Tahun | 85 | 71 | 15h40 | 15h26 |
| D42 | Les Rivières | 87 | 69 | 15h43 | 15h28 |
| | CONQUEREUIL | | | | |
| | Pré de la Châtelaine | 88 | 68 | 15h45 | 15h30 |
| | Rue des Potinières | 89 | 67 | 15h46 | 15h31 |
| | Allée des Massicais | | | | |

| Route | Itinéraire complet | Fait | à faire | 40 kmh Horaire | 45kmh |
|-------|---|-------|---------|----------------|-------|
| D124 | Rue de la Renaissance | 90 | 66 | 15h48 | 15h32 |
| | GUEMENE-PENFAO | | | | |
| D124 | Route de Nozay | 91 | 65 | 15h49 | 15h34 |
| | Sprint Maillot Rose N°2 | 91,3 | | | |
| | Château de Juzet | | | | |
| | La Vallée | 93 | 63 | 15h52 | 15h36 |
| | Sprint Michel Quirion N°3 | 93,8 | | | |
| | Mezillac | 94 | 62 | 15h54 | 15h38 |
| D125 | Rue de Guémené | 95 | 61 | 15h55 | 15h39 |
| | Treguely | 97 | 59 | 15h58 | 15h42 |
| | Sprint Michel Quirion N°4 | 97,8 | | | |
| | Lande du Dessus | 98 | 58 | 16h00 | 15h43 |
| D125 | Rue Sainte-Anne | 99 | 57 | 16h01 | 15h44 |
| D125 | Rue de Guemené | 100 | 56 | 16h03 | 15h46 |
| | Boulargot | 101 | 55 | 16h04 | 15h47 |
| | Tregueneuf | | | | |
| | Le Verger-Guenouvry | | | | |
| | Le Verger | 102 | 54 | 16h06 | 15h48 |
| | Le Verger-Guenouvry | | | | |
| | PLESSE | | | | |
| D15 | Route de Blain | 104 | 52 | 16h09 | 15h51 |
| | Château Grenot | 105 | 51 | 16h10 | 15h52 |
| | La Brousse | 106 | 50 | 16h12 | 15h54 |
| | Bel Air | 107 | 49 | 16h13 | 15h55 |
| | Lotissement de la Gare | | | | |
| D2 | Route de la Gare | | | | |
| D2 | Grande Rue | 108 | 48 | 16h15 | 15h56 |
| | Place Eglise Le Coudray | | | | |
| | Rue de Soulbary | 109 | 47 | 16h16 | 15h58 |
| | Etang de Guillé | 110 | 46 | 16h18 | 15h59 |
| | Le Pigeon Blanc | | | | |
| | Lande de la Troulais | 113 | 43 | 16h22 | 16h03 |
| D131 | Route d'Avessac | 114 | 42 | 16h24 | 16h04 |
| | 1er passage ligne d'arrivée | 115 | 41 | 16h25 | 16h06 |
| | Rue de Malague | | | | |
| D3 | Rue de Guémené | | | | |
| | Le Pigeon Blanc | | | | |
| | Lande de la Troulais | | | | |
| | Route d'Avessac | | | | |
| | 2ème passage ligne d'arrivée | 123,2 | 32,8 | 16h37 | 16h16 |
| | Sprint Bonification Loire-Atlantique N°3 | 123,2 | | | |
| | 3ème passage ligne d'arrivée | 131,4 | 24,6 | 16h49 | 16h27 |
| | 4ème passage ligne d'arrivée | 139,6 | 16,4 | 17h01 | 16h38 |
| | Sprint Maillot Rose N°3 | 139,6 | | | |
| | 5ème passage ligne d'arrivée | 147,8 | 8,2 | 17h14 | 16h50 |
| | 6ème passage ARRIVEE | 156 | 0 | 17h27 | 17h00 |