

# ETAPE N° 4 – KBE 2022 Lundi 01 Août 2022

GUINGAMP STADE DU ROUDOUROU – LA VALLEE DU DAOULAS – ROSTRENEN  
avec 6 TOURS COMPLETS DE CIRCUIT – 176,5 Km

Signature : 11 h --- 12 h au Car Podium - Départ des Véhicules Assistance Coureurs : 12 h  
départ fictif stade du ROUDOUROU à 12 h 15 Traversée de Guingamp (6 Km)

**AU RALENTI SVP avertir les coureurs**

Km		Indications	Itinéraire	Routes	Horaires		
Fait	Restant				40 Km/h	42 Km/h	44 Km/h
			12 H 30 Départ devant la mairie de PLOUMAGOAR				
0	176,5	<b>DEPART ↑</b>	<b>TOUT DROIT</b>	EV	12:30	12:30	12:30
0,2	176,3	○→	Rond point – 1 <sup>ère</sup> Sortie SAINT PEVER	EV	12:30	12:30	12:30
0,4	176,1	<b>ATTENTION↑</b>	<b>⌈ RETRECISSEMENT</b>	EV	12:30	12:30	12:30
0,6	175,9	<b>ATTENTION↑</b>	▲ Attention Ralentisseur	EV	12:30	12:30	12:30
0,9	175,6	↵	A GAUCHE Direction CORLAY	EV	12:31	12:31	12:31
1,4	175,1	↵	A GAUCHE Direction SAINT PEVER	D5	12:32	12:32	12:31
1,6	174,9	↑	Panneau Sortie de PLOUMAGOAR	D5	12:32	12:32	12:32
3,5	173,0	↗▲	A DROITE Virage dangereux	D5	12:36	12:36	12:35
7,1	169,4	↗▲	A DROITE Virage dangereux	D5	12:41	12:41	12:40
7,7	168,8	↑	Panneau Entrée de SAINT-PEVER	D5	12:42	12:42	12:41
8,0	168,5	↗▲	A DROITE VIRAGE BRUSQUE	EV	12:43	12:42	12:41
8,1	168,4	↗▲	A DROITE VIRAGE BRUSQUE	EV	12:43	12:42	12:42
8,3	168,2	↑	Panneau Sortie de SAINT PEVER	D24	12:43	12:42	12:42
9,0	167,5	↑D24/D767	Au Stop <b>TOUT DROIT</b> Vers BOURBRIAC	D24	12:44	12:43	12:43
10,0	166,5	<b>MG 1</b>	<b>MEILLEUR GRIMPEUR 1</b>	D24	12:46	12:45	12:44
10,5	166,0	↵	A GAUCHE Direction PLESIDY	D63	12:46	12:46	12:45
14,0	162,5	↑	Panneau Entrée de PLESIDY	NC	12:52	12:51	12:50
14,4	162,1	<b>ATTENTION↑</b>	▲ Attention Ralentisseur	EV	12:52	12:51	12:50
14,5	162,0	↑STOP	Tout droit	EV	12:52	12:51	12:50
14,7	161,8	↑	Panneau Sortie de PLESIDY	NC	12:53	12:52	12:51
17,7	158,8	↵▲	A GAUCHE vers ETANG NEUF	NC	12:57	12:56	12:55
18,6	157,9	SPRINT 1	<b>SPRINT 1 MONUMENT DE LA RESISTANCE</b>	NC	12:58	12:57	12:56
19,0	157,5	↵	A GAUCHE Direction CORLAY	NC	12:59	12:58	12:56
19,6	156,9	↗	Céder le Passage A DROITE	D767	13:00	12:59	12:57
19,7	156,8	↵	A GAUCHE VERS SAINT CONNAN	C2	13:00	12:59	12:57
21,7	154,8	↵	A GAUCHE Panneau Entrée de SAINT CONNAN	NC	13:03	13:02	13:00
21,8	154,7	↵	A GAUCHE vers SEVEN LEHART	NC	13:03	13:02	13:00
22,0	154,5	↗	A DROITE vers le Centre BOURG	NC	13:04	13:02	13:01
22,3	154,2	↗	A DROITE vers le Centre BOURG	NC	13:04	13:02	13:01
22,4	154,1	↗STOP	A DROITE vers le Centre BOURG	NC	13:04	13:03	13:01
22,5	154,0	↵	A GAUCHE	NC	13:04	13:03	13:01
24,6	151,9	↑	TOUT DROIT	NC	13:07	13:06	13:04
26,7	149,8	↗	A DROITE AU STOP	D28	13:11	13:09	13:07
28,2	148,3	↑	TOUT DROIT vers SAINT GILLES PLIGEAUX	D4	13:13	13:11	13:09
28,5	148,0	↵STOP	A GAUCHE vers SAINT GILLES PLIGEAUX	D767	13:13	13:11	13:09
28,8	147,7	↗◇ILOTS	A DROITE vers ST GILLES PLIGEAUX	D4	13:14	13:12	13:10
29,1	147,4	↑ ⌈▲	Entrée ST GILLES PLIGEAUX	D4	13:14	13:12	13:10
29,3	147,2	<b>ATTENTION↑</b>	▲ Attention Ralentisseur	D4	13:14	13:12	13:10
29,7	146,8	↑	TOUT DROIT	D4	13:15	13:13	13:11
29,8	146,7	↑	TOUT DROIT Vers CANIHUEL	D4	13:15	13:13	13:11
29,9	146,6	<b>ATTENTION↑</b>	▲ Attention Ralentisseur	D4	13:15	13:13	13:11
30,0	146,5	↑	Panneau sortie de SAINT GILLES PLIGEAUX	D4	13:16	13:13	13:11
33,4	143,1	↑	TOUT DROIT	D4	13:21	13:18	13:16
34,2	142,3	↑	Panneau Entrée de CANIHUEL	D4	13:22	13:19	13:17
34,6	141,9	↑	TOUT DROIT devant la Mairie	D4	13:22	13:20	13:18
34,8	141,7	↑	Panneau Sortie de CANIHUEL	D4	13:23	13:20	13:18
35,5	141,0	↑	DEBUT ZONE VERTE	D4	13:24	13:21	13:19
36,3	140,2	↑	FIN ZONE VERTE	D4	13:25	13:22	13:20
39,1	137,4	◇ ↗▲	ILOT CENTRAL A DROITE Vers SAINT NICOLAS	D4	13:29	13:26	13:24
39,8	136,7	↑	Panneau Entrée de SAINT NICOLAS	D4	13:30	13:27	13:25
40,0	136,5	↵	A GAUCHE	EV	13:31	13:28	13:25
40,3	136,2	↑	TOUT DROIT	EV	13:31	13:28	13:25

40,5	136,0	O→	ROND POINT A DROITE vers LANRIVAIN	EV	13:31	13:28	13:26
41,0	135,5	↑	Panneau Sortie de SAINT NICOLAS	D5	13:32	13:29	13:26
41,9	134,6	↑	Tout droit vers LANRIVAIN	D5	13:33	13:30	13:28
42,9	133,6	↑▲	DESCENTE DANGEUREUSE	D5	13:35	13:32	13:29
47,0	129,5	↑ [ ]	Panneau Entrée de LANRIVAIN	D50	13:41	13:38	13:35
47,3	129,2	<b>SPRINT 2</b>	<b>SPRINT 2</b>	EV	13:41	13:38	13:35
47,5	129,0	↵ [ ]	A GAUCHE RETRECISSEMENT	EV	13:42	13:38	13:35
47,7	128,8	↑	Panneau Sortie de LANRIVAIN	D50	13:42	13:39	13:36
48,8	127,7	◇ ↵▲	ILOT CENTRAL A GAUCHE vers PLOUNEVEZ	D8	13:44	13:40	13:37
48,2	128,3	↑	TOUT DROIT Vers PLOUNEVEZ QUINTIN	D8	13:43	13:39	13:36
53,7	122,8	↑	TOUT DROIT Vers PLOUNEVEZ QUINTIN	D8	13:51	13:47	13:44
54,2	122,3	<b>DANGER</b> ↵ ▲	A DROITE – Circuit touristique de la Pierre	NC	13:52	13:48	13:44
54,4	122,1	↵	A GAUCHE	NC	13:52	13:48	13:45
54,5	122,0	↵	A GAUCHE	NC	13:52	13:48	13:45
54,8	121,7	↵	A GAUCHE	NC	13:53	13:49	13:45
55,6	120,9	↵	A GAUCHE au stop direction PLOUNEVEZ QUINTIN	NC	13:54	13:50	13:46
55,7	120,8	↑	AU STOP TOUT DROIT	EV	13:54	13:50	13:46
55,8	120,7	↵	A DROITE	EV	13:54	13:50	13:47
55,8	120,7	↑	TOUT DROIT	EV	13:54	13:50	13:47
55,9	120,6	↵	A GAUCHE PLOUGUERNEVEL	EV	13:54	13:50	13:47
56,1	120,4	↵	A GAUCHE	EV	13:55	13:51	13:47
56,3	120,2	↑	Panneau Sortie de PLOUNEVEZ QUINTIN	D8	13:55	13:51	13:47
56,8	119,7	↑	TOUT DROIT VERS GOUAREC	D8	13:56	13:52	13:48
63,7	112,8	↑↓	TOUT DROIT PASSAGE AU DESSUS N164	D8	14:06	14:02	13:57
63,8	112,7	↑	Panneau Entrée GOUAREC	D8	14:06	14:02	13:58
64,6	111,9	↵	STOP A GAUCHE vers SAINT GELVEN	EV	14:07	14:03	13:59
65,0	111,5	↵	A GAUCHE ROSQUELFEN Avant sortie GOUAREC	EV	14:08	14:03	13:59
65,4	111,1	↵	A DROITE	NC	14:09	14:04	14:00
66,1	110,4	<b>MG2 puis</b> ↵	<b>MEILLEUR GRIMPEUR 2 et A GAUCHE</b>	NC	14:10	14:05	14:01
66,3	110,2	↵	A DROITE	NC	14:10	14:05	14:01
66,5	110,0	O↵	AU ROND POINT 3 <sup>ème</sup> Sortie devant Chapelle	NC	14:10	14:06	14:01
66,9	109,6	↵	CEDER LE PASSAGE A GAUCHE	NC	14:11	14:06	14:02
67,0	109,5	↵	CEDER LE PASSAGE A DROITE	NC	14:11	14:06	14:02
67,3	109,2	O→	DEUXIEME SORTIE STE TREPHINE	D5	14:11	14:07	14:02
67,5	109,0	O→	TROISIEME SORTIE STE TREPHINE	D5	14:12	14:07	14:03
70,0	106,5	↵	A GAUCHE	D5	14:16	14:11	14:06
71,6	104,9	↑	Panneau Entrée de SAINTE TREPHINE	D5	14:18	14:13	14:08
71,6	104,9	<b>SPRINT 3</b>	<b>SPRINT 3 A L'ENTREE DE STE TREPHINE</b>	D5	14:18	14:13	14:08
71,7	104,8	↑ATTENTION	▲RALENTISSEUR	EV	14:18	14:13	14:08
71,9	104,6	↵	A DROITE DIRECTION SAINT IGEAUX	EV	14:18	14:13	14:09
72,0	104,5	↵	A DROITE	NC	14:19	14:13	14:09
73,6	102,9	↵	A DROITE	NC	14:21	14:16	14:11
75,3	101,2	↑	Panneau Entrée de SAINT IGEAUX	NC	14:23	14:18	14:13
75,5	101,0	↵	A GAUCHE	EV	14:24	14:18	14:13
75,7	100,8	↵	A GAUCHE	EV	14:24	14:19	14:14
75,8	100,7	↵	A DROITE VERS CORLAY	D44A	14:24	14:19	14:14
75,9	100,6	ATTENTION	[ ] RETRECISSEMENT	D44A	14:24	14:19	14:14
76,0	100,5	↑	Panneau sortie de SAINT YGEAUX	D44A	14:25	14:19	14:14
77,0	99,5	↵	Au CEDER le passage A DROITE vers LANISCAT	D44	14:26	14:21	14:16
81,1	95,4	↑	Panneau Entrée de LANISCAT	D44	14:32	14:26	14:21
81,4	95,1	ATTENTION	▲RALENTISSEUR	D44	14:33	14:27	14:22
81,5	95,0	ATTENTION	▲RALENTISSEUR	D44	14:33	14:27	14:22
81,5	95,0	↑	TOUT DROIT devant l'église	D44	14:33	14:27	14:22
81,8	94,7	↵	A DROITE vers Vallée De Daoulas	D44	14:33	14:27	14:22
81,9	94,6	↑	Début ZONE DE RAVITAILLEMENT	NC	14:33	14:28	14:22
82,3	94,2	↑	Fin de ZONE DE RAVITAILLEMENT	NC	14:34	14:28	14:23
82,3	94,2	↑	ZONE VERTE	EV	14:34	14:28	14:23
82,3	94,2	↑	TOUT DROIT Sortie de LANISCAT	D44	14:34	14:28	14:23
82,6	93,9	↑	FIN ZONE VERTE	D44	14:34	14:29	14:23
83,1	93,4	↵ ↵ PUIS STOP	Passage sous la N164 A GAUCHE vers Bon Repos	D44	14:35	14:29	14:24
85,9	90,6	↵	A GAUCHE vers SAINT GELVEN	D2164	14:39	14:33	14:28
86,0	90,5	↵	A DROITE vers PERRET	D44	14:40	14:33	14:28
86,3	90,2	ATTENTION	▲PONT TRES ETROIT DEVANT BON REPOS	D44	14:40	14:34	14:28

		<b>DANGER</b>					
86,4	90,1	↗	<b>A DROITE vers Cabane de Quénécan</b>	NC	14:40	14:34	14:28
87,8	88,7	↗	<b>A DROITE</b> direction PERRET	NC	14:42	14:36	14:30
88,2	88,3	<b>MG3</b>	<b>MEILLEUR GRIMPEUR 3</b>	NC	14:43	14:37	14:31
91,1	85,4	↑	Panneau Entrée de PERRET	D4	14:47	14:41	14:35
91,6	84,9	↖	Dans le bourg <b>A GAUCHE</b> vers STE BRIGITTE	V2	14:48	14:41	14:35
92,1	84,4	↑	Panneau sortie de PERRET	V2	14:49	14:42	14:36
94,0	82,5	↑	Panneau Entrée de STE BRIGITTE	V2	14:52	14:45	14:39
94,1	82,4	↑	<b>TOUT DROIT</b> au stop CLEGUEREC	V2	14:52	14:45	14:39
94,3	82,2	↗◇	<b>CEDER PASSAGE A DROITE CLEGUEREC</b>	D15A	14:52	14:45	14:39
94,6	81,9	↑	Panneau Sortie de STE BRIGITTE	D15A	14:52	14:46	14:40
96,5	80,0	◇↗	<b>CEDER PASSAGE + ILOT A DROITE SILFIAC</b>	D15	14:55	14:48	14:42
97,7	78,8	↑ <b>D15/D764</b>	<b>TOUT DROIT SILFIAC</b>	C4	14:57	14:50	14:44
98,0	78,5	↑	Panneau Entrée de SILFIAC	C4	14:58	14:51	14:44
98,3	78,2	↖ <b>ATTENTION</b>	<b>▲A GAUCHE Virage</b> angle droit brusque	C201	14:58	14:51	14:45
98,5	78,0	↑	Panneau sortie de SILFIAC	C201	14:58	14:51	14:45
99,3	77,2	↑	<b>TOUT DROIT</b> vers LESCOUET GOUAREC	C4	14:59	14:52	14:46
100,8	75,7	↑	<b>TOUT DROIT</b>	C201	15:02	14:55	14:48
104,3	72,2	<b>ATTENTION</b> ↗	<b>▲Cx Kerlan A DROITE</b>	D108	15:07	15:00	14:53
107,2	69,3	◇↖	<b>ILOT CENTRAL - AU STOP A GAUCHE</b>	D31	15:11	15:04	14:57
107,4	69,1	ATTENTION ↗	<b>A DROITE</b> – Croix Nivit	D108	15:12	15:04	14:57
108,3	68,2	↗	<b>AU STOP – A DROITE</b> Vers PLELAUFF	D76	15:13	15:05	14:58
109,7	66,8	↑	Panneau Entrée PLELAUFF	D76	15:15	15:07	15:00
110,0	66,5	↑	<b>TOUT DROIT</b>	D76	15:16	15:08	15:01
110,3	66,2	↑	<b>AU STOP TOUT DROIT</b>	D76	15:16	15:08	15:01
110,7	65,8	↖	<b>A GAUCHE</b> vers PLOUGUERNEVEL	NC	15:17	15:09	15:01
110,8	65,7	↑	Panneau Sortie PLELAUFF	NC	15:17	15:09	15:02
114,6	61,9	↖◇	<b>ILOT CENTRAL -A GAUCHE</b> PLOUGUERNEVEL	D2164	15:22	15:14	15:07
115,1	61,4	↑	Panneau Entrée PLOUGUERNEVEL	D2164	15:23	15:15	15:07
115,7	60,8	○↖↗	Au rond point 3 <sup>ème</sup> sortie vers MAIRIE puis DROITE	EV	15:24	15:16	15:08
115,9	60,6	○↖	Au rond point 2 <sup>ème</sup> sortie MAIRIE	EV	15:24	15:16	15:09
116,6	59,9	↗	<b>A DROITE</b> KERMARC'H	EV	15:25	15:17	15:10
116,8	59,7	↑	Panneau Sortie PLOUGUERNEVEL	NC	15:26	15:17	15:10
118,5	58,0	↗	<b>A DROITE – ENTREE CIRCUIT</b> – Circuit de 8,7 Km – <b>6 Tours</b> complets-	NC	15:28	15:20	15:12
124,3	52,2	<b>SPRINT4</b>	<b>SPRINT 4 PREMIER PASSAGE LIGNE</b>	EV	15:37	15:28	15:20
133,0	43,5		Deuxième Passage	EV	15:50	15:41	15:32
133,0	43,5		ZONE VERTE après passage ligne	EV	15:50	15:41	15:32
141,7	29,4		Troisième Passage	EV	16:03	15:53	15:44
149,6	26,9	<b>MG4</b>	<b>MEILLEUR GRIMPEUR 4</b> Sommet rue Le Hir	EV	16:15	16:04	15:55
150,4	26,1		Quatrième Passage	EV	16:16	16:05	15:56
159,1	17,4		<b>Cinquième Passage</b>	EV	16:29	16:18	16:07
167,8	8,7		Sixième Passage	EV	16:42	16:30	16:19
176,5	0,0	<b>ARRIVEE</b>	Au Septième Passage <b>FINAL</b> du KBE	EV	16:55	16:43	16:31

**Contrôle Anti-Dopage au niveau de la ligne**  
Les résultats seront distribués après validation par le collège des commissaires de courses

↑ TOUT DROIT      ↗ A DROITE      ↖ A GAUCHE      [ ] RETRECISSEMENT      ◇ ÎLOT CENTRAL  
 ◇ ÎLOT DIRECTIONNEL      ○ GIRATOIRE      ▲ RALENTISSEUR      ↓ PASSAGE DESSUS      † PASSAGE DESSOUS  
 ↓ VIRAGE EN EPINGLE A DROITE      ↓ VIRAGE EN EPINGLE A GAUCHE      || CHICANE

LES POINTS DANGEREUX SONT EN JAUNE (QUI PEUVENT ETRE DES CHANGEMENTS DE DIRECTION)

LES PRINCIPAUX CHANGEMENT DE DIRECTION SONT EN ORANGE

LES MG Meilleurs GRIMPEURS (4) SONT EN ROUGE : 10,0 km, 66,1 km, 88,2 km, 149,6 km

LES SPRINTS (4) SONT EN VERT : 18,6 km, 47,3 km, 71,6 km, 124,3 km

LES ENTREES ET SORTIE DE VILLAGES SONT EN BLEU CIEL

LES 2 ZONES DE RAVITAILLEMENT SUIVIES DE ZONES VERTES SONT EN BLEU FONCE ET VERT FONCE