

## Étape Hénon - Plouaret vendredi 24 mai 2024

| Km   | Ecart | Reste | Route | Communes traversées - lieux dits  | Direction     | 38 km/h      | 36 km/h | 33 km/h |
|------|-------|-------|-------|---|---------------|--------------|---------|---------|
| 1,1  |       |       |       | <b>Départ fictif</b>  |               | <b>12:26</b> |         |         |
| 0,0  |       | 135,6 |       | <b>Départ réel La Croix Davy</b>  |               | <b>12:30</b> |         |         |
| 1,4  | 1,4   | 134,2 | D81   | Gauche  | ↶             | 12:32        | 12:32   | 12:32   |
| 2,8  | 1,4   | 132,8 | C3    | <b>Hénon</b> , pancarte   | AGGLOMERATION | 12:34        | 12:34   | 12:35   |
| 3,2  | 0,4   | 132,4 |       | Église, contourner, vers rue Jean Sio, virages serrés                   | ⚠             | 12:35        | 12:35   | 12:35   |
| 3,7  | 0,5   | 131,9 | D25   | Ron-point, droite sur D25   | ↻             | 12:35        | 12:36   | 12:36   |
| 3,9  | 0,2   | 131,7 | D25   | <b>Hénon</b> , pancarte sortie  | SORTIE        | 12:36        | 12:36   | 12:37   |
| 7,8  | 3,9   | 127,8 | D25   | <b>Saint Carreuc</b> , pancarte   | AGGLOMERATION | 12:42        | 12:43   | 12:44   |
| 7,8  | 0,0   | 127,8 | D25   | CLP, tout droit, obstacles centraux, et rétrécissement                  | ⚠             | 12:42        | 12:43   | 12:44   |
| 8,3  | 0,5   | 127,3 | D27   | CLP, droite, vers Pledran sur D27                                       | ↷             | 12:43        | 12:43   | 12:45   |
| 9,0  | 0,7   | 126,6 | D27   | <b>Saint Carreuc</b> , pancarte sortie                                  | SORTIE        | 12:44        | 12:45   | 12:46   |
| 9,5  | 0,5   | 126,1 | D28   | Gauche, vers Plaintel sur D28   | ↶             | 12:45        | 12:45   | 12:47   |
| 13,5 | 4,0   | 122,1 | D22   | CLP, droite vers Plaintel, sur D22                                      | ↷             | 12:51        | 12:52   | 12:54   |
| 14,7 | 1,2   | 120,9 | D22   | <b>Plaintel</b> , pancarte sur rue de Bel Air                           | AGGLOMERATION | 12:53        | 12:54   | 12:56   |
| 15,0 | 0,3   | 120,6 |       | Obstacle central ++   | ⚠             | 12:53        | 12:55   | 12:57   |
| 15,5 | 0,5   | 120,1 |       | Rond-point, droite vers Saint Briec                                     | ↻             | 12:54        | 12:55   | 12:58   |
| 15,6 | 0,1   | 120,0 |       | Gauche, vers Quintin St Briec sur D22                                   | ↶             | 12:54        | 12:56   | 12:58   |
| 16,1 | 0,5   | 119,5 | D22   | Passage sous la D700  | ↑             | 12:55        | 12:56   | 12:59   |
| 16,3 | 0,2   | 119,3 | D22   | <b>Plaintel</b> , pancarte sortie, <b>Les Tinnières</b> pancarte entrée | AGGLOMERATION | 12:55        | 12:57   | 12:59   |
| 16,7 | 0,4   | 118,9 |       | <b>Les Tinnières</b> pancarte sortie, virages serrés, descente          | ⚠             | 12:56        | 12:57   | 13:00   |
| 18,3 | 1,6   | 117,3 | V3    | Gauche vers Caron, St Brandan sur V3                                    | ↶             | 12:58        | 13:00   | 13:03   |
| 20,5 | 2,2   | 115,1 | V3    | Droite vers Caron, St Brandan sur V3                                    | ↷             | 13:02        | 13:04   | 13:07   |
| 20,8 | 0,3   | 114,8 | D22a  | <b>Saint Brandan</b> , pancarte   | AGGLOMERATION | 13:02        | 13:04   | 13:07   |
| 21,2 | 0,4   | 114,4 |       | CLP, droite sur rue du Plessix  | ↷             | 13:03        | 13:05   | 13:08   |
| 21,3 | 0,1   | 114,3 |       | Rond-point, gauche sur Place du 19 mars 1962, vers St Briec             | ↻             | 13:03        | 13:05   | 13:08   |
| 21,4 | 0,1   | 114,2 | D115  | Droite sur D115, sur rue Malabry  | ↷             | 13:03        | 13:05   | 13:08   |
| 21,6 | 0,2   | 114,0 | D115  | <b>Saint Brandan</b> , pancarte sortie, chaussée rétrécie               | SORTIE        | 13:04        | 13:06   | 13:09   |
| 22,8 | 1,2   | 112,8 | D115  | Stop, gauche vers Quintin, sur D115                                     | ↶             | 13:06        | 13:08   | 13:11   |
| 23,6 | 0,8   | 112,0 |       | <b>Gare de Quintin</b> , pancarte, rue de Launay                        | AGGLOMERATION | 13:07        | 13:09   | 13:12   |
| 24,1 | 0,5   | 111,5 |       | Voie de chemin de fer   | ⚠             | 13:08        | 13:10   | 13:13   |
| 24,4 | 0,3   | 111,2 | D115  | Stop, droite vers Loudéac, sur rue de la Gare                           | ↷             | 13:08        | 13:10   | 13:14   |
| 24,7 | 0,3   | 110,9 |       | <b>La Ville Neuve</b> , pancarte  | AGGLOMERATION | 13:09        | 13:11   | 13:14   |
| 24,8 | 0,1   | 110,8 |       | Rond-point, tout droit vers centre-ville                                | ↻             | 13:09        | 13:11   | 13:15   |
| 24,9 | 0,1   | 110,7 |       | Rond-point, tout droit, sur avenue du Général de Gaulle                 | ↻             | 13:09        | 13:11   | 13:15   |
| 25,1 | 0,2   | 110,5 |       | <b>Quintin</b> , pancarte tout droit                                    | AGGLOMERATION | 13:09        | 13:11   | 13:15   |
| 25,3 | 0,2   | 110,3 |       | Stop, tout droit, sur avenue du Général de Gaulle                       | ↑             | 13:09        | 13:12   | 13:16   |
| 25,8 | 0,5   | 109,8 |       | <b>Sprint-1</b> , passage piétons, face restaurant "la Vallée"          | 🚶             | 13:10        | 13:13   | 13:16   |
| 26,0 | 0,2   | 109,6 |       | Obstacle central, pavés   | ⚠             | 13:11        | 13:13   | 13:17   |
| 26,4 | 0,4   | 109,2 | D7    | Feu tricolore, droite vers le Vieux Bourg, Guingamp, sur D7             | ↷             | 13:11        | 13:14   | 13:18   |
| 27,1 | 0,7   | 108,5 | D28   | Gauche vers le Vieux Bourg, sur rue Brohée, D28                         | ↶             | 13:12        | 13:15   | 13:19   |
| 27,6 | 0,5   | 108,0 | D28   | <b>Quintin</b> , pancarte sortie  | SORTIE        | 13:13        | 13:16   | 13:20   |
| 29,9 | 2,3   | 105,7 | D28   | Pont, chaussée rétrécie   | ↑             | 13:17        | 13:19   | 13:24   |
| 31,7 | 1,8   | 103,9 | D28   | Pont, chaussée rétrécie   | ↑             | 13:20        | 13:22   | 13:27   |
| 31,8 | 0,1   | 103,8 |       | <i>Début zone de ravitaillement, croisement La Ville au Traître</i>     | ↑             | 13:20        | 13:23   | 13:27   |
| 33,4 | 1,6   | 102,2 |       | <b>Le Vieux Bourg</b> , pancarte  | AGGLOMERATION | 13:22        | 13:25   | 13:30   |
| 33,7 | 0,3   | 101,9 | D28   | Stop, tout droit sur D28  | ↑             | 13:23        | 13:26   | 13:31   |
| 34,0 | 0,3   | 101,6 |       | Stop, tout droit sur D28  | ↑             | 13:23        | 13:26   | 13:31   |
| 34,1 | 0,1   | 101,5 | D28   | <b>Le vieux Bourg</b> , pancarte sortie                                 | SORTIE        | 13:23        | 13:26   | 13:32   |
| 36,0 | 1,9   | 99,6  |       | Gauche, vers Kernault, Corlay   | ↶             | 13:26        | 13:30   | 13:35   |
| 40,0 | 4,0   | 95,6  |       | Droite  | ↷             | 13:33        | 13:36   | 13:42   |
| 41,7 | 1,7   | 93,9  |       | <b>Début zone de déchets-1</b> , croisement Dénézo                      | ♻️            | 13:35        | 13:39   | 13:45   |
| 42,6 | 0,9   | 93,0  | D767  | Stop, droite sur D767   | ↷             | 13:37        | 13:41   | 13:47   |
| 44,5 | 1,9   | 91,1  |       | Obstacle central  | ⚠             | 13:40        | 13:44   | 13:50   |
| 45,5 | 1,0   | 90,1  |       | Pont, chaussée rétrécie, barrières sur 200 ml                           | ⚠             | 13:41        | 13:45   | 13:52   |
| 49,5 | 4,0   | 86,1  |       | <b>Grimpeur-1</b> , 1ère catégorie, panneau Col de la Clarté            | ⚠             | 13:48        | 13:52   | 14:00   |

|       |     |      |      |   |               |       |       |       |
|-------|-----|------|------|---|---------------|-------|-------|-------|
| 51,9  | 2,4 | 83,7 |      | Gauche, vers Musée de la Résistance                           | ↩             | 13:51 | 13:56 | 14:04 |
| 52,5  | 0,6 | 83,1 |      | Droite, vers Musée de la Résistance                           | ↪             | 13:52 | 13:57 | 14:05 |
| 53,0  | 0,5 | 82,6 |      | <b>Mémorial de la Résistance</b>                              |               | 13:53 | 13:58 | 14:06 |
| 53,7  | 0,7 | 81,9 |      | Pont, chaussée rétrécie, sur 300 ml                           | ↑             | 13:54 | 13:59 | 14:07 |
| 57,0  | 3,3 | 78,6 | V4   | <b>Plesidy</b> , pancarte, tout droit sur rue de l'Etang Neuf | AGGLOMERATION | 14:00 | 14:05 | 14:13 |
| 57,1  | 0,1 | 78,5 |      | Stop, tout droit sur rue de l'Etang Neuf                      | ↑             | 14:00 | 14:05 | 14:13 |
| 57,2  | 0,1 | 78,4 | D5   | Gauche, vers Bourbriac sur D5                                 | ↩             | 14:00 | 14:05 | 14:14 |
| 58,1  | 0,9 | 77,5 | D22  | <b>Plesidy</b> , pancarte sortie                              | SORTIE        | 14:01 | 14:06 | 14:15 |
| 59,4  | 1,3 | 76,2 |      | Pont, chaussée rétrécie                                       |               | 14:03 | 14:09 | 14:18 |
| 63,2  | 3,8 | 72,4 | D22  | <b>Bourbriac</b> , pancarte                                   | AGGLOMERATION | 14:09 | 14:15 | 14:24 |
| 63,6  | 0,4 | 72,0 |      | Obstacle central, pavés                                       | ⚠ ↑           | 14:10 | 14:16 | 14:25 |
| 64,5  | 0,9 | 71,1 |      | Obstacles stationnement, chaussée rétrécie sur 500 ml         | ↑             | 14:11 | 14:17 | 14:27 |
| 64,7  | 0,2 | 70,9 | D22  | <b>Bourbriac</b> , pancarte sortie                            | SORTIE        | 14:12 | 14:17 | 14:27 |
| 65,8  | 1,1 | 69,8 |      | Pont, chaussée rétrécie                                       | ↑             | 14:13 | 14:19 | 14:29 |
| 69,7  | 3,9 | 65,9 |      | Voie de chemin de fer   | ⚠ ↑           | 14:20 | 14:26 | 14:36 |
| 69,8  | 0,1 | 65,8 |      | Pont, chaussée rétrécie                                       | ↑             | 14:20 | 14:26 | 14:36 |
| 70,5  | 0,7 | 65,1 | D20  | Stop, obstacle central, tout droit vers Gurunhuel             | ⚠ ↑           | 14:21 | 14:27 | 14:38 |
| 71,3  | 0,8 | 64,3 |      | <b>Début zone de déchets-2, ligne haute tension</b>           | ♻️ ↑          | 14:22 | 14:28 | 14:39 |
| 74,0  | 2,7 | 61,6 | D20  | <b>Gurunhuel</b> , pancarte                                   | AGGLOMERATION | 14:26 | 14:33 | 14:44 |
| 74,4  | 0,4 | 61,2 | D22  | Droite, vers Louargat, sur D22                                | ↪             | 14:27 | 14:34 | 14:45 |
| 74,6  | 0,2 | 61,0 |      | <b>Gurunhuel</b> , pancarte sortie                            | SORTIE        | 14:27 | 14:34 | 14:45 |
| 82,0  | 7,4 | 53,6 |      | Pont, chaussée rétrécie                                       |               | 14:39 | 14:46 | 14:59 |
| 83,2  | 1,2 | 52,4 | D712 | CLP, gauche vers Morlaix sur D712                             | ↩             | 14:41 | 14:48 | 15:01 |
| 83,3  | 0,1 | 52,3 |      | <b>Belle Isle en Terre</b> , pancarte                         | AGGLOMERATION | 14:41 | 14:48 | 15:01 |
| 83,4  | 0,1 | 52,2 | D33  | Droite, vers Trégrom, sur rue Crec'h Ugen, rue pavée          | ↪             | 14:41 | 14:49 | 15:01 |
| 83,6  | 0,2 | 52,0 |      | Droite sur rue Saint Jacques                                  | ↪             | 14:42 | 14:49 | 15:02 |
| 83,8  | 0,2 | 51,8 |      | Gauche après le pont, vers Trégrom, rue de Locmaria           |               | 14:42 | 14:49 | 15:02 |
| 84,3  | 0,5 | 51,3 |      | <b>Belle Isle en Terre</b> , pancarte sortie                  | SORTIE        | 14:43 | 14:50 | 15:03 |
| 84,5  | 0,2 | 51,1 |      | Passage sous la N12   | ↑             | 14:43 | 14:50 | 15:03 |
| 87,5  | 3,0 | 48,1 |      | <b>Grimpeur-2, 1ère catégorie, Lann Kernaman</b>              | ⚡             | 14:48 | 14:55 | 15:09 |
| 87,5  | 0,0 | 48,1 | D33  | Gauche croisement, D33 - D15, vers Trégrom                    | ↩             | 14:48 | 14:55 | 15:09 |
| 89,3  | 1,8 | 46,3 |      | Gauche sur Ruguellou  | ↩             | 14:51 | 14:58 | 15:12 |
| 89,9  | 0,6 | 45,7 |      | Droite vers Trégrom sur C1                                    | ↪             | 14:51 | 14:59 | 15:13 |
| 90,9  | 1,0 | 44,7 | C1   | <b>Trégrom</b> , pancarte                                     | AGGLOMERATION | 14:53 | 15:01 | 15:15 |
| 91,4  | 0,5 | 44,2 |      | <b>Trégrom</b> , pancarte, sortie                             | SORTIE        | 14:54 | 15:02 | 15:16 |
| 92,0  | 0,6 | 43,6 |      | Pont sous voie ferrée, voie très rétrécie                     | ⚠ ↑           | 14:55 | 15:03 | 15:17 |
| 92,1  | 0,1 | 43,5 |      | Gauche, vers le Vieux Marché                                  | ↩             | 14:55 | 15:03 | 15:17 |
| 92,6  | 0,5 | 43,0 |      | Gauche, vers le Vieux Marché sur D32                          | ↩             | 14:56 | 15:04 | 15:18 |
| 94,3  | 1,7 | 41,3 |      | Voie de chemin de fer   | ⚠ ↑           | 14:58 | 15:07 | 15:21 |
| 95,0  | 0,7 | 40,6 |      | <b>Le Vieux Marché</b> , pancarte                             | AGGLOMERATION | 15:00 | 15:08 | 15:22 |
| 96,4  | 1,4 | 39,2 |      | Pont sous voie ferrée, voie rétrécie                          | ↑             | 15:02 | 15:10 | 15:25 |
| 96,5  | 0,1 | 39,1 | D32  | Gauche, vers Plouaret   | ↩             | 15:02 | 15:10 | 15:25 |
| 96,5  | 0,0 | 39,1 |      | <b>Entrée sur le Circuit</b> , Hent Tanguy Prigent            | ↩             | 15:02 | 15:10 | 15:25 |
| 97,3  | 0,8 | 38,3 |      | <b>Plouaret</b> , pancarte                                    | AGGLOMERATION | 15:03 | 15:12 | 15:26 |
| 97,4  | 0,1 | 38,2 |      | Rue de la gare  | ↑             | 15:03 | 15:12 | 15:27 |
| 97,5  | 0,1 | 38,1 |      | Droite sur rue Joliot Curie                                   | ↪             | 15:03 | 15:12 | 15:27 |
| 98,1  | 0,6 | 37,5 |      | Droite sur rue de la Gare                                     | ↪             | 15:04 | 15:13 | 15:28 |
| 98,6  | 0,5 | 37,0 |      | Premier passage sur la ligne <i>compte tour</i> 5             | ↑             | 15:05 | 15:14 | 15:29 |
| 98,7  | 0,1 | 36,9 |      | Rue Jean Jaurès, puis rue de l'Armorique                      | ↑             | 15:05 | 15:14 | 15:29 |
| 99,5  | 0,8 | 36,1 |      | <b>Début zone de déchets-3, croisement rue Bernantec</b>      | ♻️            | 15:07 | 15:15 | 15:30 |
| 100,0 | 0,5 | 35,6 |      | Droite sur rue de Lan Aman                                    | ↪             | 15:07 | 15:16 | 15:31 |
| 101,3 | 1,3 | 34,3 | D132 | Droite sur D132, puis Hent Gwazzh Cado                        | ↪             | 15:09 | 15:18 | 15:34 |
| 103,6 | 2,3 | 32,0 | D132 | <b>Le Vieux Marché</b> , pancarte                             | AGGLOMERATION | 15:13 | 15:22 | 15:38 |
| 103,9 | 0,3 | 31,7 |      | Droite sur Hent Tanguy Prigent, puis rue de la Gare           | ↪             | 15:14 | 15:23 | 15:38 |
| 104,8 | 0,9 | 30,8 | D32  | <b>Plouaret</b> , pancarte                                    | AGGLOMERATION | 15:15 | 15:24 | 15:40 |
| 104,9 | 0,1 | 30,7 |      | Droite sur rue Joliot Curie                                   | ↪             | 15:15 | 15:24 | 15:40 |
| 105,5 | 0,6 | 30,1 |      | Droite sur rue de la Gare                                     | ↪             | 15:16 | 15:25 | 15:41 |
| 106,0 | 0,5 | 29,6 |      | Deuxième passage sur la ligne 4                               |               | 15:17 | 15:26 | 15:42 |

|       |     |      |  |  |   |   |       |       |       |
|-------|-----|------|--|--|---|---|-------|-------|-------|
| 113,4 | 7,4 | 22,2 |  | Troisième passage sur la ligne Sprint 2      | 3 | 🏠 | 15:29 | 15:39 | 15:56 |
| 120,8 | 7,4 | 14,8 |  | Quatrième passage sur la ligne               | 2 |   | 15:40 | 15:51 | 16:09 |
| 128,2 | 7,4 | 7,4  |  | Cinquième passage sur la ligne               | 1 |   | 15:52 | 16:03 | 16:23 |
| 135,6 | 7,4 | 0,0  |  | Sixième passage sur la ligne, Arrivée finale |   | 🏁 | 16:04 | 16:16 | 16:36 |