





**43èmes BOUCLES DE CHARENTE-MARITIME**

**4ème étape dimanche 10 mai 2026 LA VALLEE - PONS**

avant	ITINÉRAIRE/INTERSECTION	après	km parcourus	km intermédiaire	km restants	heures de passage moyenne 40km/h	heures de passage moyenne 44km/h
D128	<b>DÉPART FICTIF - LA VALLÉE (face à la mairie)</b>	D128	-4,00			12h15	12h15
D128	carrefour D128/CV	CV	-3,20				
CV	à droite	CV	-1,90				
CV	LA VALLÉE (entrée)	CV	-1,20				
CV	à gauche square André Catrou	CV	-1,10				
CV	à droite rue du Dolmen, rue du ruisseau	CV	-0,80				
CV	à droite	D128	-0,30				
D128	<b>DÉPART RÉEL - face à la mairie</b>	D128	0	0,00	154,40	12:30	12:30
D128	à droite direction Beurlay	D118	1,90	1,90	152,50	12:32	12:32
D118	à gauche direction Romegoux	D128	2,50	0,60	151,90	12:33	12:33
D128	à gauche direction Romegoux	D128	4,00	1,50	150,40	12:36	12:35
D128	<b>ROMEGOUX</b> <b>1er Meilleur Sprinteur</b> 	D128	4,10	0,10	150,30	12:36	12:35
D128	<b>GEAY</b> <b>1er meilleur grimpeur</b> 	D128	7,70	3,60	146,70	12:41	12:40
D128	carrefour D128/D122 direction Crazannes	D128	7,80	0,10	146,60	12:41	12:40
D128	carrefour La Motte D128/D18 Stop tout droit direction Crazannes	D128	10,20	2,40	144,20	12:45	12:43
D128	carrefour D128/D119 à droite direction Plassay	D119	12,70	2,50	141,70	12:49	12:47
D119	carrefour D119/D216E2	D119	14,10	1,40	140,30	12:51	12:49
D119	carrefour D119/D216E2 à droite direction Saint Porchaire	D216E2	14,70	0,60	139,70	12:52	12:50
D216E2	carrefour D216E2/D216E1 direction Saint Porchaire	D216E1	17,90	3,20	136,50	12:56	12:54
D216E1	<b>SAINT PORCHAIRE</b> <b>danger îlots</b>	D216E1	19,30	1,40	135,10	12:58	12:56
D216E1	à gauche allée des platanes	CV	20,10	0,80	134,30	13:00	12:57
CV	carrefour D137 à gauche et droite direction Les Essards	D237	20,30	0,20	134,10	13:00	12:57
D237	<b>Sortie de Saint Porchaire</b> <b>2ème Meilleur Sprinteur</b> 	D237	20,90	0,60	133,50	13:01	12:58
D237	carrefour D237/D237E1 à droite direction Souligonnes	D237E1	23,10	2,20	131,30	13:04	13:01
D237E1	carrefour D237E1/D237E4 direction Souligonnes	D237E1	24,30	1,20	130,10	13:06	13:03
D237E1	carrefour D23E1/D119 à droite direction Souligonnes	D119	25,10	0,80	129,30	13:07	13:04
D119	<b>SOULIGNONNES</b>	D119	25,40	0,30	129,00	13:08	13:04
D119	carrefour D119/D125 tout droit	D119	25,50	0,10	128,90	13:08	13:04
D119	Bapaume	D119	26,30	0,80	128,10	13:09	13:05
D119	<b>CORME ROYAL</b>	D119	29,20	2,90	125,20	13:13	13:09
D119	carrefour D119/D117E1 à droite Pont l'Abbé d'Arnoult	D117E1	29,70	0,50	124,70	13:14	13:10
D117E1	à gauche direction Saint Romain	D119	29,80	0,10	124,60	13:14	13:10
D119	Rond point D728 en face direction Saint Romain	D119	30,90	1,10	123,50	13:16	13:12
D119	Les Croix Blanches à gauche direction Pisany	D142	33,20	2,30	121,20	13:19	13:15
D142	<b>PISANY</b>	D142	37,00	3,80	117,40	13:25	13:20
D142	à gauche rond point direction Saintes	D142	37,60	0,60	116,80	13:26	13:21
D142	carrefour D142/D127 à droite direction Thézac	D127	38,10	0,50	116,30	13:27	13:21
D127	<b>sortie Pisany</b> <b>3ème Meilleur Sprinteur</b> 	D127	38,40	0,30	116,00	13:27	13:22
D127	<b>THÉZAC</b> direction Meursac	D127	41,50	3,10	112,90	13:32	13:26
D127	carrefour D127/D138 tout droit	D127	42,00	0,50	112,40	13:33	13:27
D127	à gauche étang de l'ombrail	CV	42,40	0,40	112,00	13:33	13:27
CV	à gauche direction Les Epeauds	D136	44,50	2,10	109,90	13:36	13:30
D136	Les Epeauds	D136	44,70	0,20	109,70	13:37	13:30
D136	carrefour D136/D114 tout droit direction Montpellier de Médillan	D136	46,30	1,60	108,10	13:39	13:33
D136	<b>MONTPELLIER DE MÉDILLAN</b>	D136	47,90	1,60	106,50	13:41	13:35
D136	carrefour D136/D139 direction Rioux	D136	48,60	0,70	105,80	13:42	13:36
D136	rétrécissements avec quilles	D136	49,00	0,40	105,40	13:43	13:36
D136	<b>RIOUX</b> carrefour D136/D129 à gauche direction Tesson	D129	51,30	2,30	103,10	13:46	13:39
D129	carrefour D129/D136 à droite direction Tesson	D136	51,80	0,50	102,60	13:47	13:40
D136	<b>TESSON</b>	D136	55,90	4,10	98,50	13:53	13:46
D136	carrefour D136/D142 Stop tout droit	D142	56,00	0,10	98,40	13:54	13:46
D142	à droite	D142	56,10	0,10	98,30	13:54	13:46
D142	carrefour D142/D2 Stop tout droit	D142	56,20	0,10	98,20	13:54	13:46

D142	Chez Sorignet	D142	57,40	1,20	97,00	13:56	13:48
D142	carrefour D142/D125 à gauche direction Berneuil	D125	60,20	2,80	94,20	14:00	13:52
D125	lieu dit Le Motard carrefour D125/D234E4 à droite	D234E4	62,00	1,80	92,40	14:03	13:54
D234E4	à droite chemin de Marennes	CV	62,20	0,20	92,20	14:03	13:54
CV	carrefour D125E2 à gauche direction Saint Léger	D125E2	64,70	2,50	89,70	14:07	13:58
D125E2	Forêt Sud <b>entrée circuit</b>	D125E2	64,90	0,20	89,50	14:07	13:58
D125E2	<b>SAINT LÉGER</b>	D125E2	66,20	1,30	88,20	14:09	14:00
D125E2	carrefour D125E2/D249 à droite direction Pons	D249	66,70	0,50	87,70	14:10	14:00
D249	Les Chevaliers	D249	68,40	1,70	86,00	14:12	14:03
D249	Rond point à droite accès Pons route à proximité de la rocade D137		70,60	2,20	83,80	14:15	14:06
	<b>PONS</b> avenue Gambetta		71,00	0,40	83,40	14:16	14:06
	Rond point à droite rue de l'Assomption		71,40	0,40	83,00	14:17	14:07
	1er passage		71,80	0,40	82,60	14:17	14:07
	carrefour rue des Jacobins tout droit rue André Moreau		72,00	0,20	82,40	14:18	14:08
	Rond point à droite direction Tesson		72,20	0,20	82,20	14:18	14:08
D142	Stop rocade entrée Pons tout droit	D142	72,60	0,40	81,80	14:18	14:09
D142	Les Chartres tout droit	CV	73,40	0,80	81,00	14:20	14:10
CV	carrefour lieu dit Soute tout droit	CV	74,40	1,00	80,00	14:21	14:11
CV	Forêt Sud à droite	D125E2	76,70	2,30	77,70	14:25	14:14
D125E2	<b>SAINT LÉGER</b> <b>4ème meilleur sprinteur</b> 	D125E2	78,00	1,30	76,40	14:27	14:16
D125E2	carrefour D125E2/D249 à droite direction Pons	D249	78,50	0,50	75,90	14:27	14:17
D249	Les Chevaliers	D249	80,20	1,70	74,20	14:30	14:19
D249	Rond point à droite accès Pons route à proximité de la rocade		82,40	2,20	72,00	14:33	14:22
	<b>PONS</b> avenue Gambetta		82,80	0,40	71,60	14:34	14:22
	Rond point à droite rue de l'Assomption		83,20	0,40	71,20	14:34	14:23
	2ème passage <b>2ème meilleur grimpeur</b> <b>fin du 1er tour</b> 		83,60	0,40	70,80	14:35	14:24
	3ème passage fin du 2ème tour		95,40	11,80	59,00	14:53	14:40
	4ème passage <b>3ème meilleur grimpeur</b> <b>fin du 3ème tour</b> 		107,20	11,80	47,20	15:10	14:56
	5me passage fin du 4ème tour		119,00	11,80	35,40	15:28	15:12
	6ème passage <b>4ème meilleur grimpeur</b> <b>fin du 5ème tour</b> 		130,80	11,80	23,60	15:46	15:28
	7ème passage fin du 6ème tour		142,60	11,80	11,80	16:03	15:44
	8ème passage fin du 7ème tour <b>ARRIVÉE</b>		154,40	11,80	0,00	16:21	16:00

**Dérivation des directeurs sportifs avenue de Versailles et retour au lycée par rue André Moreau, avenue du lycée de ravitaillement à Pisany Km 39 à 40 et zone verte km 41, ravitaillement sur le circuit final Forêt Sud et panneaux solaires soit km 65 à km 88,6 à km 89,6 puis km 100,4 à km 101,4 puis km 112,2 à km 113,2, puis km 124 à km 125, puis km 135,8 à km 136,8 et zone verte id**



