**SORTIES SEMAINES 45 – 48**

**Ces parcours communs ACIR Tinténiac et ASVHG Hédé sont :**

**- Le Dimanche, avec un départ de Tinténiac à 9H00 (en novembre)**

**- Le Jeudi, avec un départ de Tinténiac à la même heure**

***Semaine 45 – Vendredi 11 novembre - 9H00***

*Circuit à définir*

***Semaine 45 – Dimanche 13 novembre - 9H00***

***GP 76 km 764 m –*** ***[carte GP](https://www.openrunner.com/route-details/9647516) -*** TINTENIAC – La Saudraie – Tourdelin – ST THUAL

– (ST JUDOCE) à Gauche LE QUIOU – TREFUMEL – D39 ST MADEN – YVIGNAC LA TOUR

– à l’arrivée, à Droite et à Droite D62 CAULNES – GUITTE – PLOUASNE – ST PERN

– (BECHEREL) MINIAC SOUS BECHEREL – LA CHAPELLE CHAUSSEE – ST BRIEUC DES IFFS

– ST SYMPHORIEN - HEDE – [TINTENIAC]

***MP 58 km 588 m*** – **[carte MP](https://www.openrunner.com/route-details/9647523)** -TREFUMEL – GUENROC – GUITTE -

***PP 47 km 451 m*** - [**carte PP**](https://www.openrunner.com/route-details/9647557) - TREFUMEL – PLOUASNE –

***Semaine 46 – Dimanche 20 novembre - 9H00***

***GP 72 km 517 m -*** [***carte GP***](https://www.openrunner.com/route-details/9662455) ***-*** TINTENIAC - QUEBRIAC – LA CHAPELLE AUX F – MEILLAC

– (LANVALLAY) Tournebride – LANHELIN– (MINIAC MORVAN sur 3 km) LE TRONCHET

– PLERGUER – DOL DE BRETAGNE – avant abbaye à Droite D80 La Dibois – BONNEMAIN

– COMBOURG Château – DINGE – (GUIPEL) BAZOUGES SOUS HEDE – HEDE – [TINTENIAC]

***MP 66 km 472 m*** - [**carte**](https://www.openrunner.com/route-details/9662509) **MP** - LE TRONCHET – BAGUER MORVAN – rejoindre D80 La Dibois -

***PP 43 km 308 m* -** [carte PP](https://www.openrunner.com/route-details/9662776) MEILLAC – (BONNEMAIN) LE Plessis Margat – COMBOURG Château –

***Semaine 47 – Dimanche 27 novembre - 9H00***

***GP 66 km 478 m -*** [***carte GP***](https://www.openrunner.com/route-details/9662938) ***-*** TINTENIAC - ST BRIEUC DES IFFS – LA CHAPELLE CHAUSSEE

– LANGAN – D80 (GEVEZE) jusqu’à D28 – à Droite D28 sur 1 km Croix des Trois Evêchés

– D231 PARTHENAY DE BRETAGNE – D331 ST GILLES – L’HERMITAGE

– (MORDELLES) sur 1,1 km après voie ferrée – à Gauche D287 sur 1,5 km

– à Gauche L’HERMITAGE – D287 PACE – LA CHAPELLE DES FOUGERETZ

– Rejoindre D637 La Brosse – (LA MEZIERE) Montgerval – GEVEZE - VIGNOC

– HEDE – [TINTENIAC]

***MP 56 km 443 m*** - [**carte MP**](https://www.openrunner.com/route-details/9662997) - ST GILLES – D612 PACE -

***PP 45 km 375 m*** - [**carte PP**](https://www.openrunner.com/route-details/9663039) - PARTHENAY DE BRETAGNE – à Gauche D231 (MONTGERMONT) sur 3 km

– au carrefour avec D287, continuer tout droit entre ces 2 routes pour Montgerval –

***Semaine 48 – Dimanche 4 décembre - 9H30 (changement d’heure)***

***GP 66 km 519 m*** [***carte GP***](https://www.openrunner.com/route-details/9663840) ***- –*** TINTENIAC – ST DOMINEUC – TREVERIEN – EVRAN – Tressaint

– LANVALLAY – DINAN Viaduc – DINAN Place Duclos – LEHON Hôpital – CALORGUEN

– ST ANDRE DES EAUX – LE QUIOU – (ST THUAL) La Délèche – La Barre de BECHEREL

– CARDROC – LES IFFS – ST SYMPHORIEN - HEDE–- [TINTENIAC]

***MP 61 km 479 m*** - [**carte MP**](https://www.openrunner.com/route-details/9666207)- Tressaint – LEHON Vieux Pont -

***PP 45 km 333 m*** - [**carte PP**](https://www.openrunner.com/route-details/9666250)**-** EVRAN – LE QUIOU