**SORTIES SEMAINES 05 – 08**

**Départ de Tinténiac à 9H00 en février-mars-avril le jeudi et le dimanche**

***Semaine 05 – Dimanche 4 février– 9h00***

 ***Changement d’heure de départ***

***GP 63 km 462 m******[– carte GP](https://www.openrunner.com/route-details/9367772) -*** TINTENIAC – LES IFFS – CARDROC – BECHEREL sur 250 m) à Gauche MINIAC SOUS BECHEREL – à Gauche IRODOUER – LANDUJAN – à Gauche D62 - LA CHAPELLE DU LOU DU LAC – ROMILLE - GEVEZE – (RENNES) Montgerval – LA MEZIERE - – VIGNOC – HEDE – [TINTENIAC]

***MP 54 km 408 m*** [– carte MP](https://www.openrunner.com/route-details/9367810)- IRODOUER – D72 D28 ROMILLE –

***PP 41 km 326 m*** - [carte PP](https://www.openrunner.com/route-details/9367846) - LES IFFS – (IRODOUER) Le Grand Chemin - – LA CHAPELLE CHAUSSEE – près de ST GONDRAN - LANGAN – LANGOUET –GEVEZE –

***Semaine 06 – Dimanche 11 février – 9h00***

***GP 66 km 574 m -–*** [***carte GP***](https://www.openrunner.com/route-details/9384305) ***-*** TINTENIAC – QUEBRIAC – LA CHAPELLE AUX F- COMBOURG - – près de TREMEHEUC – CUGUEN – à Droite (ANTRAIN sur 6 km) La Buftais - – à Droite D90 BAZOUGES LA PEROUSE – ST REMY DU PLAIN – D90 (ANDOUILLE NEUVILLE) - La Belle Etoile – à Droite D20 FEINS – MONTREUIL SUR ILLE – GUIPEL – HEDE – [TINTENIAC]

***MP 57 km 478 m*** - [carte MP](https://www.openrunner.com/route-details/9384369)- COMBOURG – ST LEGER DES PRES – MARCILLE RAOUL – ST REMY DU PLAIN -

***PP 42 km 349 m*** - [carte PP](https://www.openrunner.com/route-details/9384435) - LA CHAPELLE AUX F – DINGE – FEINS –

***Semaine 07 – Dimanche 18 février – 9h00***

***GP 69 km 720 m -–*** [***carte GP***](https://www.openrunner.com/route-details/9385242) ***-*** TINTENIAC – (LA BAUSSAINE – TRIMER) – La Saudraie – Tourdelin - – ST THUAL – ST JUDOCE – EVRAN – (LANVALLAY) Tressaint – LEHON Vieux Pont – (CALORGUEN) Le Pin – ST CARNE Cimetière – TREVRON – ST JUVAT – TREFUMEL – PLOUASNE – ST PERN – MINIAC SOUS BECHEREL – CARDROC – LES IFFS - – ST SYMPHORIEN - HEDE – [TINTENIAC]

***MP 55 km 454 m*** - [carte MP](https://www.openrunner.com/route-details/9385298)- EVRAN – D78 (TREVRON) Bétineuc – La Roussais

– à Gauche D12 ST JUVAT -

***PP 45 km 385 m*** - [carte PP](https://www.openrunner.com/route-details/9385330) - ST THUAL – (ST JUDOCE puis à Gauche LE QUIOU) La Délèche – (LE QUIOU sur 2,6 km puis à Gauche) TREFUMEL -

***Semaine 08 – Dimanche 25 février – 9h00***

***GP 74 km 507 m - –*** [***carte GP***](https://www.openrunner.com/route-details/9386458) ***-*** TINTENIAC – La Basse Forêt – DINGE – FEINS – SENS DE BRETAGNE – (ST AUBIN DU CORMIER) près de MEZIERE SUR COUESNON – D102 GOSNE - – D26 ERCE PRES LIFFRE – ST AUBIN D’AUBIGNE – ST MEDARD SUR ILLE – HEDE - – [TINTENIAC]

***MP 65 km 414 m*** - [carte MP](https://www.openrunner.com/route-details/9386522)- SENS DE BRETAGNE – (ST AUBIN DU CORMIER sur 2 km) D97 GAHARD - -ST AUBIN D’AUBIGNE -

***PP 51 km 386*** - [carte PP](https://www.openrunner.com/route-details/9386557) - FEINS – Neuville – ANDOUILLE NEUVILLE – ST AUBIN D’AUBIGNE -