

**Comines - Barcelone ETAPE 1****Comines - Compiègne****185,3 kms**

samedi 29 juillet 2023 D+: m (selon openrunner)

**Section en Belgique ...****... WALLONIE**

capitale de région : NAMUR

... Province de Hainaut

chef-lieu : MONS

0		Comines (B)
		grand place départ 7H00
		rue du Faubourg
		Rue du Fort
		pont sur la Lys

**Section en France ...****... Région : Hauts de France**

capitale de région : Lille

... Département du Nord (59)

préfecture : Lille

		Comines (F)
0,6		1° à droite après le pont toujours tout droit
1,3	D2945	jonction D9245 rue d'Armentières
3	D2945	rond-point Lidl : 4° sortie par chemin du Hel chemin du Hel
5,1		emb chemin de la petite Hollande : AD
5,6		carr chemin du Wynem : AG
6,5		emb chemin des Patards : AG
8	D108	jonction D108 : AG Quesnoy-sur-Deûle carr : AD
8,7		pont sur la Deûle
	M36	feu lumineux (carr) : tout droit
10,9	M36	carr du Croix-au-Bois (rond-point) : 2° sortie TD
	M36	hameau du Funquereau
13,2	M36	la Prévôté jonction M7: AD
13,5	M7	emb M36: AG
14,4	M36	emb petite route : AG
15,1		pont sous SNCF attention car sinueux!! bas de Pérenchies
15,1		emb : à 2H petite côte non classée (rue Roger Lecerf)
15,6		jonction : AD par rue Jacquard
15,8		emb : AG
16	M952	jonction M952 : AD
	M952	Premesques
18	M952	rond-point (carr ancienne route nationale de Lille à Armentières) : 2° sortie TD
18,6	M141	pont sur TGV
19,5	M141	jonction : AG
20,1		pont sur autoroute A25 (Lille-Dunkerque)
20,3	M63	jonction M63 : AG lieu dit Blanc Coulon Ennetières-en-Weppes près de ...
21,9	M63	jonction M7 : AG (feu lumineux)
22,1	M7	rond-point : 1° sortie AD par M952
	M952	pont sur N41 (route rapide)
23	M952	carr M63 : AD (feu lumineux)
	M63	Hallennes-les-Haubourdin
24,2	M63	pont sous M207
24,7	M63	carr M941 (feu lumineux)
25,7		Santes

	M241	vers la droite devant l'église
28,9	M241	carr M62 : AG
		passage à niveau
	M62	emb rue Vincent Auriol : AD
		Wavrin
29,5		rond-point : 3° sortie AG
		jonction M241 : AD
30,2	M241	rond-point : 3° sortie AG
30,3	M145	rond-point : 1° sortie
32,3	M241	rond-point : 3°s à 11H
	M241	pont sur le canal de la Deûle
		Don
	M241	pont sur le 2° bras du canal de la Deûle
	M241	Annoeullin
35,8		jonction M41 : AD
36,1		emb M41B : AG
		centre pénitenciaire de Lille-Annoeullin
<b>... Département du Pas-de-Calais (62)</b>		
<b>préfecture : Arras</b>		
38,3		carr D919 (rond-point : 1° sortie) : AD
		ring de Carvin
39,7	D919	rond-point : 2° s TD
42	D919	rond-point : 2° s TD
		CARVIN près de ...
		<i>cité</i> Saint-Jean
		pont sur canal
	D919	Courrières
		<i>nom lié à la catastrophe minière de Courrières (plus de 1000 morts)</i>
45,3	D919	rp 2°s TS
46,5	D919	rp 2°s à 1H
		pont sous A21
48		carr
		Avenue des Déportés
48,5		jonction D39 : TD
		<b>HENIN-BEAUMONT</b>
		rue de l'abbaye
48,8		rp 1°s AD
		rue Napoléon Demarquette
49		emb : AG
		rue Henri Leclercq
49,1		jonction : AD par rue Jacquard
		hôtel de ville
49,3	D919	carr
49,6		passage à niveau
		rue d'Arras
50,3	D919	rp 2°s TD
51,1		côte de Drocourt 5° cat
		D+ : 55m alt : 83m
51,6		sommet
52,6	D919	rp 2°s TD (carr D40e)
		<b>Drocourt</b>
53,6	D919	carr D40
		<b>Bois-Bernard</b>
54,4	D919	emb D46 : AG
55,1	D46	rp 2°s AG
		hôpital privé
57		côte de Neuvireuil 5° cat
		alt : 71m D+ : 40m
57,5	D46	sommet
		<b>Neuvireuil</b>
58,1		carr D48
59		côte non classée
59,9		pont sur TGV et autoroute A1
60,5	D46	carr D950 route nationale Douai - Arras
		<b>Fresnes-lès-Montauban</b>

60,7		jonction D43 : à 2H
61,3	D43	TD par D43
		<b>Biache-Saint-Vaast</b>
64		pont sur la Scarpe
65,1		côte de la vallée de la Scarpe 5° cat alt : 83m D+ : 53m
		<b>Hamblain-lès-Prés</b>
		AD par D43
66,1	D43	à 1H par D34
66,7	D34	pont sur A26 (autoroute Calais - Dijon)
		<b>Boiry-Notre-Dame</b>
	D34	emb : AG par D9e4
68,4	D9e4	descente
69,5	D9e4	côte de Vis-en-Artois 5°cat alt : 70m D+ : 35m
		<b>Vis-en-Artois</b>
		jonction D939 : AG
		emb rue de l'église : AD
		jonction rue du 19 mars: AG
		carr D9
71,7		pont sur la Sensée, affluent de l'Escaut petite route : chemin d'Hendecourt
72,1		côte de la vallée de la Sensée 5° cat alt : 80m D+ : 34m
72,7		vers la gauche
75,7	D956	jonction D956 : à 1H
		<b>Hendecourt-lès-Cagnicourt</b>
77,8	D956	côte de Bullecourt 5° cat alt : 115m D+ : 40m
		<b>Bullecourt</b>
79,5	D956	sommet
80,1	D956	<b>Ecoust-Saint-Mein</b>
80,1	D956	jonction D5 : AG
	D5	emb D36e1 : AD
83	D36e1	côte de Vaulx 5° cat alt : 139m D+ : 60m
83,9	D36e1	jonction D36 TD
		<b>Vaulx-Vraucourt</b>
	D36	emb : AG par D10e2
86,9	D10e2	sommet
		<b>Beugnâtre près de ...</b>
87,7	D10e2	jonct D956 : AG
	D956	pont sur aut A1
	D956	rp 3°s TD
91		<b>Bapaume</b>
		rp 4° s AG
	D917	emb D10 : AD
		rue du maréchal Leclercq
94	D10	<b>Ligny-Tilloy</b>
94,7		côte de Flers 5°cat alt : 161m D+ : 72m
96,5	D10	changement de département
<b>... Département de la Somme (80)</b>		
<b>préfecture : Amiens</b>		
		la D10 devient la D197
		carr D74
98	D197	<b>Flers</b>
100		sommet
101	D197	<b>Longueval</b>
103,7	D197	carr D64
		<b>Maricourt</b>
106,7	D197	emb petite route : AG
		descente vers la vallée de la Somme
109,8		côte de Eclusier-Vaux 5° cat alt : 84m D+ : 42m

		<b>Eclusier-Vaux</b>
110,7		sommet
110,9		bifurcation : vers la gauche pont sur la Somme
111,5		jonction rue de Frise (petite route) : AG
111,8		bifurcation petite route à 2H : AD (en légère montée) ne pas la rater!
111,8		<b>côte de la vallée de la Somme 5°cat</b> <b>alt : 83m D+ : 50m</b>
112,7	D1	carr D1 : AG
114	D1	carr D471 : AD
114,6	D471	sommet emb rue Agnès : AD
		<b>Dompierre-Becquencourt</b> carr rue Neuve
116,6	D71	jonction D71 : AD carr D164
118	D71	emb : AG
		<b>Fontaine-lès-Cappy</b> jonction : AG petite route
118,4		
118,7		<b>côte de Fontaine-lès-Cappy 5° cat</b> <b>alt : 80m D+ : 45m</b>
120		sommet
121	D143	jonction D143 : à 11H
121,5		carr D1029 (route nationale St-Quentin - Amiens) ancienne chaussée romaine (chaussée Brunehaut)
	D143	<b>Foucaucourt-en-Santerre</b>
123	D143	<b>côte de Vermandovillers 5° cat</b> <b>alt : 104m D+ : 55m</b>
123,4	D143	pont sur autoroute E29 St Quentin-Amiens
	D143	<b>Vermandovillers</b>
125	D143	rp 1°s par D79
126,8		sommet
127,9	D79	<b>Lihons</b> bif : vers la gauche par D337
128	D337	<i>carr</i> : AD par rue de Chily
128,2		2 bras : vers la gauche
129,5		passage à niveau
131,4		carr D31
		<b>Chily</b> bif: vers la droite rue de Roye petite route
131,4		<b>Fransart lieu-dit</b> carr D161
134,5		
135,5	D161e	<b>La Chavatte lieu-dit</b>
137,5	D161e	carr D34 : AG
139,3	D34	carr D139
140,4	D34	emb D132
141,8	D34	pont sur TGV Thalys
142	D34	pont sur autoroute A1
142,4	D34	rp 2°s TD
142,6	D34	rp 2°s TD
		<b>ROYE</b>
144,3		jonction D4221 : AD
	D4221	pont sur l'Avre <i>L'Avre prend sa source dans la région de Roye pour se jeter dans la Somme près d'Amiens.</i>
145	D4221	emb D221 : à 2H
145,6	D221	carr D1017
149	D221	chgt de département
<b>... Département de l'Oise (60)</b> <b>préfecture : Beauvais</b>		
149,3	D142	carr D133
	D142	<b>Crapeaumesnil</b>
		<b>Fresnières</b>
153,3	D142	emb D41 : AD

154,3	D41	côte de Gury 5° cat alt : 111 m D+ : 50m
		<b>Canny-sur-Matz</b>
155,8	D41	emb D160 : AG
156,5	D160	carr D938
156,5		j D78 : à 2H
159	D78	<b>Gury</b>
159,2		sommet de la côte
159,3	D78	j : AD par D78
162,5	D78	<b>Mareuil-la-Motte</b>
163	D78	emb D82 : TD
165,1		<b>Margny-sur-Matz</b>
		j D15 : AG
166,6	D15	emb D589 : AD pont sur le Matz
167,2	D589	côte de la vallée du Matz 5° cat (avec descente au milieu) alt : 104m D+ : 80m
167,5	D589	<b>Vandélicourt</b>
171,1	D589	2 bras : AG par D73
171,5	D73	j D142 : AD
		<b>Villers-sur-Coudun</b>
173,4	D142	emb : TD par D142
173,7		pont sur l'Aronde
173,9		AG par D142
		<b>Coudun</b>
175,3	D142	pont sur D1032
177	D142	pont sous N31
177,5	D142	emb D13 : AD
179,2	D13	carr D935 : AG prudence en ville !!!!
		<b>Magny-lès-Compiègne</b>
179,8	D935	rp : 1°s AD gare de Compiègne pont sur SNCF
180	D932	rp : 1°s AD par D932 rive droite de l'Oise
180,3	D932	rp : 3°s AG vers le pont pont sur l'Oise <i>Pour rappel, l'Oise prend sa source près de Macquenoise en Belgique (Rien à déclarer!!) et constitue un affluent de la Seine (rive droite)</i>
		<b>COMPIEGNE</b>
180,5		carr : AD (feu) par la rue de l'Oise rive gauche de l'Oise
181,4		accès à la voie verte longeant l'Oise
183,5		accès à la rue docteur Guérin
183,8		pont sous D1131 rue Ferdinand de Lesepts
185,1		carr Robert Schuman rond-point : 1°s par Av Marcellin Berthelet
185,3		hôtel Kyriad sur la droite ouf <i>Compiègne compte un peu moins de 100.000 h et est arrosée par l'Oise qui vient de recevoir sur sa droite l'Aisne, son principal affluent. Résidence royale des Mérovingiens à la Révolution, Compiègne est toujours désignée comme ville d'Empire (Napoléon Ier et Napoléon III). Proximité de la forêt de Compiègne.</i>

<b>Comines - Barcelone ETAPE 2</b>		
<b>Compiègne - Nemours</b>		
<b>157,4</b>	<b>kms</b>	<b>dimanche 30 juillet 2023 D+:1195 m (selon openrunner)</b>
<b>... Région : Hauts de France</b>		
<b>capitale de région : Lille</b>		
<b>... Département de l'Oise (60)</b>		
<b>préfecture : Beauvais</b>		
<b>COMPIEGNE</b>		
0		Avenue Marcellin Berthelot Hôtel Kyriad
0,1		jonction rue Jacques Daguerre : AD
0,5		j rue Ferdinand de Leseps : AG
0,7		j voie verte (chemin longeant l'Oise) en très bon état : à 8H
		longement de l'Oise (allée George et Bernard Woimant)
		Ile du Grand Peuple
4,3		pont sous D200
5,1		vers la gauche par chemin du Bac
5,5		j D555 : AG
6,4	D555	carr : AD par rue Jules Ferry
		<b>Lacroix-Saint-Ouen</b>
		carr D932a
7,4		j D85 : AG
	D85	<b>Forêt de Compiègne</b>
12		carrefour de la Fontaine Huet ou carr du Pont de l'Auge
12,1	D85	emb : AD alt : 66m
12,8		<b>côte de la forêt de Compiègne 4° cat</b> alt : 153m D+ : 100m
13,3		carr de la Michelette
		route en lacets
15,8		sommet
15,9	D116	jonction D16 tout droit
	D116	<b>Orrouy</b>
20,4	D116	jonction D123 : AD
21	D123	emb D116 : AG
	D116	pont sur l'Automne, affluent de l'Oise
23	D116	<b>Gaignes près de ...</b>
24,4	D116	<b>Séry-Magneval</b>
26	D116	emb D116e : AD
		<b>Duvy</b>
27,5	D116e	emb D1324 :AG
27,6	D1324	<b>côte de Duvy 5°cat</b> alt : 95m D+ : 40m
27,8	D1324	emb C4 :AD
	C4	chemin des Meuniers
28,3	C4	<b>sommet</b>
		passage à niveau
	C4	rp 1° s AD par D136 <b>près de Rouville</b>
32,8	D136	<b>Ormoy-Villers</b>

		suivre D136 vers la gauche
34,9	D136	côte d'Ormoy-Villers 5° cat (avec petites descentes) alt : 139m D+ : 60m
36,6		sommet
38,7	D136	pont sous N2 (Paris - Bruxelles)
39,1	D136	jonction D922 : TD
		<b>Nanteuil-le-Haudouin</b>
		emb : TD; virage 90° AD; contournement église
39,8		emb : AG rue de l'Hôtel Dieu
40,8		2 bras : vers la droite
		<b>Ognes</b>
44,5	D548	jonction D548 : AD puis AG par rue de Oissery
46		changement de région
... Région : Ile de France		
capitale de région : Paris		
... Département de la Seine-et-Marne (77)		
préfecture : Melun		
47,3	D41	jonction D41 : AD puis AG
		<b>Oissery</b>
	D41	suivre la D41
48,5	D41	emb : à 11H par petite route
		<b>Saint-Souplets</b>
50,5		côte de Saint-Souplets 4° cat alt : 183m D+ : 110m
4951,3,8	D401	jonction D401 : AD carr N330 (feu); 2 autres carr : tout droit par D9
53,254,7	D9	sommet alt : 183m
54,9	D9	emb D54 : AG
	D54	<b>Cuisy</b>
55,7	D54	carr D27a
57		carr D27a
	D54	<b>le-Plessis-aux-Bois</b>
59,5	D54	pont sur TGV
		<b>Charny</b>
61,5	D54	carr D139
64,1		pont sous N3 Paris-Metz
65	D54	pont sur le canal de l'Ourcq alt : 40m <i>Long de 96 kms, ce canal alimente le canal St-Martin et celui de la Vilette à Paris.</i> carr : AD par D54
	D54	<b>Fresnes-sur-Marne</b>
66,5	D54	rp : 1°s à 8H par D504
	D504	pont sur la Beuvronne alt : 19m
67,2	D504	côte de la vallée de la Beuvronne 4° cat alt : 105m D+ : 90m
		pont sur TGV Lille - Marne la Vallée - Lyon - Marseille
68,6	D504	rp 2° s TD
		<b>Annet-sur-Marne</b>
70	D504	rp 3°s à 10H par D418
72,5		

73,5	D418	rp 2° s TD <b>Carnetin près de ...</b>
	D418	<b>Thorigny-sur-Marne</b>
74,5	D418	j D334 : AD
74,7	D334	rp 2°s AG
		pont sur SNCF gare de Lagny
74,9	D418	pont sur la Marne
74,9		côte de la vallée de la Marne 4°cat alt : 105m D+ : 70m
	D418	<b>Lagny-sur-Marne</b>
75,4	D418	emb D10 : AG Bvd du Général de Gaulle
75,5	D10	suivre la D10 vers la gauche
	D10	emb rue Saint-Laurent : AD par D10
76,7	D10	pont sous D934
76,9		sommet
77,1	D10	rp 1° sortie AD par D35
77,2	D35	emb D35 : AG
		<b>Gouvernes près de ...</b>
	D35	pont sur rivière (le Ru de la Gondoire)
77,8		côte du Ru de la Gondoire 4° cat alt : 115m D+ : 65m
78,5	D35	j D217b : gauche - droite par D35
79,7		sommet
	D35	<b>Guermantes</b>
79,8	D35	<b>Bussy-saint-Georges</b>
		grand rond-point : TD
	D35	6 ronds-point successifs TD
81,5	D35	pont sur A4 Paris-Strasbourg
	D35	carr av de Paris : à 1H par D35
	D35	<b>Ferrières-en-Brie</b>
	D35	pont sur rivière (la Taferette)
84,3	D35	jonction D471 rp : 2° sortie à 2H
	D471	PRUDENCE!!!
85,2	D471	rp 2°s TD carr D21
		<b>Pontcarré près de ...</b>
90,9	D471	emb D350 TD
		<b>Ozoir-la-Ferrière près de ...</b>
93,8	D471	pont sur N4 route nationale Paris-Nancy-Strasbourg
97	D471	pont sur SNCF
98,5	D471	emb D96 : AG
	D96	<b>Coubert</b>
	D96	emb : AD par rue Aristide Briand
	D247	carr D319 : TD par D247
	D247	2 bras : à droite par D48
102,4	D48	pont sur rivière (La Yernes)
		<b>Soignolles-en-Brie</b>
102,6	D48	TD par rue de Melun
102,6		côte de Soignolles 5° cat alt : 103m D+ : 50m
103,9		sommet



104		emb D130 : TD
	D130	la route devient la D130
105,1	D471	j D471 rp 3°s TD par D471
		<b>Lissy</b>
		base aérienne de Melun-Villaroche à droite
109,1	D471	carr D57
		Aubigny lieu-dit
110,5	D471	pont sur A5 Paris-Troyes
112,5	D471	rp 2°s TD (carr D82)
		Quartier des trois Noyers
114,1	D471	rp 2°s TD
		rp, pont sur D605, rp TD
114,6	D415	la route devient la D415
		Avenue de Meaux
		<b>MELUN</b>
		<i>Située dans un méandre de la Seine entre la Brie et le Gâtinais, Melun est la préfecture du département de Seine-et-Marne. Elle compte 41.000h et se trouve à 41 kms au sud-est de Paris. Collégiale Notre-Dame, île St Etienne située dans un coude du fleuve (vestiges gallo-romains et ancienne prison). Melun était traversée autrefois par la nationale 6 joignant Paris à Lyon.</i>
116,3		la Seine
		<i>Long de 778 kms, le fleuve arrose Troyes, Paris, Rouen et le Havre où il se jette dans la Manche (estuaire de la Seine).</i>
		pont sur un bras de la Seine
		Nous rejoignons l'île Saint-Etienne
		carr : AG par le Quai de la Courtille
		carr : AG et on refranchit le bras de Seine
116,7	D39	carr : AD par D39
116,8	D39	pont sur l'Almont, affluent de la Seine
	D39	voie cyclable (longement de la Seine)
		<b>Vaux-le-Pénil</b>
	D39	<b>Livry-sur-Seine</b>
123,8	D39	emb D115 : AD
		<b>Chartrettes près de ...</b>
	D115	pont sur SNCF
	D115	pont sur la Seine alt : 34m
123,8		côte de la vallée de la Seine 5°cat alt : 93m D+ : 60m
	D115	<b>Bois-le-Roi</b>
124,8		sommet
		toujours TD jusqu'au rp de la D138
125,7	D115	rp : 2° s AG par D138
		Forêt de Fontainebleau
		<i>Autrefois appelée forêt de Bière, cette forêt constitue un massif de 25.000 hectares. Elle est célèbre dans le monde entier car elle a inspiré des peintres, des poètes, des écrivains et des photographes.</i>
129	D115	carr D116 : AD rp 1°s
129,3	D116	côte de la Croix de Toulouse 4°cat

		alt : 153m D+ : 80m
		carr de la Croix de Toulouse
131		sommet
131,5	D116	pont sur D606 puis jonction D606, l'ancienne nationale 6 (Croix d'Augas)
	D606	PRUDENCE!!!
133,5	D606	carr : TD
134,6		le Carrousel de Fontainebleau <i>château de Fontainebleau</i>
		<b>FONTAINEBLEAU</b>
		<i>Ville de 17.000 habitants, c'est la commune la plus vaste d'Ile-de-France et est presque entièrement recouverte de forêts. D'un point de vue historique, la ville doit tout à la présence du château qui en a fait une ville royale puis impériale (Napoléon Ier et Napoléon III).</i>
135,7		rp 4° s par D58 AG (rond point de l'obélisque) côte non classée D+ : 30m
138,1	D58	emb : AD par D58
140	D58	carr D301
	D58	maison forestière de la grande vallée
		<b>Bourron-Marlotte</b>
	D58	emb : AD puis AG rue Auguste Allonge
143,3		carr rue Villée de St-El : à 2H jonction D104 : AD puis AG par D104 (au STOP)
	D104	pont sous SNCF
		<b>Grez-sur-Loing</b>
146,3	D104	carr D400 : AG
146,4	D400	pont sur le Loing <i>Le Loing, affluent gauche de la Seine de 143 kms, constitue l'épine dorsale du Gâtinais.</i>
148	D400	pont sur le canal du Loing
148,1	D400	carr D40 : AG
		<b>Montcourt-Fromonville</b>
149,8	D40	rp 3°s à 11H par D40
150,4	D40	emb route de Fromonville : AG petite route
150,4		côte de Fromonville 5° cat alt : 90m D+ : 40m
152		sommet
153,8	C4	jonction D403 : AG
	D403	<b>Darvault</b> pont sur l'autoroute A6 (autoroute du soleil)
155,5	D403	rp 3° sortie AG
156,3		rp 2° sortie AG par D225
	D225	pont sous autoroute A6
	D225	emb : AG vers Kyriad
157,4		Kyriad Nemours
		<b>NEMOURS</b>
		<i>La ville est connue pour son château-musée du XII°s. Arrosée par le Loing, elle est située à 81 kms de Paris. 13.000 h.</i>

<b>Comines - Barcelone ETAPE 3</b>		
<b><u>Nemours - Bourges</u></b>		
<b>152,7</b>	<b>kms</b>	<b>lundi 31 juillet 2023 D+: 2620m (selon all trails)</b>
<b>... Région : Ile de France</b>		
<b>capitale de région : Paris</b>		
<b>... Département de la Seine-et-Marne</b>		
<b>préfecture : Melun</b>		
0		<b>NEMOURS</b>
		Kyriad
	D225	jonction D225 : AD; pont sous A6;
1,1	D225	rp 3°s Ag par route de Poligny (petite route)
1,1		côte de la route des sables 5°cat
		alt: 110m D+45m
2,9		sommet
		route des sables (proximité de la mer de sable)
		<b>Poligny</b>
5,9	D40e	jonction D40e : AD
6	D40e	carr : TD par V10
		<b>Gandelles</b>
8,4	V10	emb route de Gandelles : AG par D207A
8,6		côte de Gandelles 4°cat
		alt : 119m D+ : 70m
11,9		sommet
	D207A	le Coudray lieu-dit
12,2		côte non classée D+ : 20m
13,2	D207A	carr D607 (nationale 7)
		<b>Souppes-sur-le-Loing</b>
13,6	D207	pont sur le Loing
14	D207	pont sur le canal du Loing
14		côte de la vallée du Loing 4°cat
		alt : 119m D+ : 60m
14,6	D207	emb : TD par D207
14,9		sommet
17,9		côte non classée D+ : 25m
18	D207	<b>Château-Landon</b> chef-lieu de canton
18,1		AD car sens unique TD; AG; AD au carrefour par D7
		passage près de l'église N-D de l'Assomption; place de la répub.
19,3		côte no classée D+:22m
19,4	D7	pont sur le Fusain, affluent du Loing (2 bras)
<b>... Région : Centre - Val de Loire</b>		
<b>capitale de région : Orléans</b>		
<b>... Département du Loiret (45)</b>		
<b>préfecture : Orléans</b>		
23	D40	<b>Préfontaines</b>
		2 bras : vers la gauche par D40

25	D40	pont sur A77, l'autoroute de l'arbre
29,7	D40	pont sur A19
33,1	D40	rp 3° s TD
33,3		pont sur canal de Briare qui relie la Loire à la Seine, un des plus anciens de France
34,7	D40	rp Aldi 3° s TD par D94
	D94	<b>Châlette-sur-Loing</b>
		rp
35,3	D94	emb (feu lumineux) : à 2H par Bvd John Fitzgerald Kennedy
36,7		carr rue Ernest Malatre : AG car sens interdit
		<b>Montargis</b>
		<i>Sous-préfecture du Loiret, arrosée par le Loing, la ville est située dans la région naturelle du Gâtinais et compte 15.000h. Elle possède un réseau hydrographique très dense.</i>
37		jonction D961 : AD (feu lum)
37,4	D961	carr : AG par rue du Bel Air (feu lum)
39,1		j D42 : AD
39,6	D42	rp; pont sur D2060
		aérodrome de Montargis-Vimory à droite
43	D42	<b>Vimory</b>
44,7	D42	pont sur A77
		<b>Oussoy-en-Gâtinais</b>
49	D42	emb D39
49,1	D42	2 bras : vers la gauche par D42
51,5		côte non classée D+ : 30m
53,9	D42	<b>Varenes-Changy</b>
54	D42	jonction D41 : AG
54,1	D41	emb D41 : AD
	D41	TD par rue de Nogent
55,5	D41	emb D42 : AD
56,3	D42	côte non classée D+ : 20m
59,7	D42	côte des Choux 5°cat (avec descente) alt : 162m D+ : 55 m
59,9	D42	j : AG par D42
61,7		sommet
62,8		<b>les Choux</b>
62,8		gauche - droite par D42
68,8		alt : 182m
70		passage à niveau
72,5	D42	jonction D44 :à 10H (lieu-dit la Prise-d'Eau)
73,4	D44	pont sous D952
	D44	j D941 rp 1°s AD
	D941	pont sur SNCF
74	D941	rp 3°s AG par chemin de la Saulaie (voie cyclable)
75,6		vers la gauche par av des Déportés (suivre la route)
		Av de la République
		pont sous SNCF

76,6	D941	rp 2°s TD
77	D941	pont sur la Loire
		<b>GIEN</b>
		<i>Arrosée par la Loire et située à 59 kms d'Orléans, Gien est située dans la région agricole de Puisaye. Ville de 14.000h, Gien possède un château du XV°s et son pont sur la Loire.</i>
		<i>Avec ses 1006 kms, la Loire est le plus long fleuve s'écoulant entièrement en France. Il prend sa source au Gerbier de Jonc (voir Comines - Marseille étape Le Puy-en-Velay - Montélimar) dans le Massif Central pour se jeter dans l'Océan Atlantique après Nantes (voir Nantes-Comines en 2021). C'est le fleuve des rois de France connu pour ses châteaux.</i>
77,2	D941	rp : 1°s AD par D951
	D951	longement de la Loire
79	D951	emb petite route : à 10H nom : route de Nantes
		passage à niveau
79,8		j : AG puis rp 2°s par D53
79,8	D53	côte de la vallée de la Loire 5°cat (avec descente) alt : 182m D+ : 70m
		sommet
83,3	D53	carr D940
88,3	D53	carr D51
89	D53	<b>Autry-le-Châtel</b>
89,3	D53	emb D52 : AD
		pont sur la Natreure (rivière)
89,7	D52	côte de la vallée de la Natreure 5° cat alt : 223m D+ : 65m
92,1	D52	sommet
93,5	D52	le Petit Saint-Godon (lieu-dit)
<b>... Département du Cher (18)</b>		
<b>préfecture : Bourges</b>		
98,5	D30	j D8 : AD
		<b>Blancafort</b> <i>château</i>
98,9	D8	emb D30 : AG
	D30	pont sur l'ancien canal de la Sauldre puis sur la Grande Sauldre <i>La Sauldre est un affluent du Cher.</i>
98,9	D30	côte de la vallée de la Sauldre 4°cat alt: 255m D+ : 100m
100,4	D30	rp 2° s par D39 à 10H
103,5	D39	carr D21
	D39	pont sur l'Oizenotte, affluent du Cher
105,5	D39	rp 3°s Ag par D923
		<b>Oizon</b>
105,7	D923	emb D39 : AD
106,6		sommet

107	D39	carr D7
108,8		alt : 275 m
111	D39	pont sur la Nère
111	D39	côte de la vallée de la Nère 4°cat (avec descente) alt : 327m D+ : 100 m
111,8	D39	j : par D39 <b>les Naudins</b>
112,2	D39	j : AD par D39
114,3		étoile
116,4		sommet alt : 327m
116,5	D39	carr D926 : à 1H le Fourneau : lieu-dit
121,1	D39	j D12 : AG
121,1	D12	<b>Ivoy-le-Pré</b>
125,1	D12	pont sur le Vernon
125,5	D12	côte de la vallée du Vernon 5°cat alt: 293m D+ : 70m
127		sommet
127	D12	<b>Henrichemont</b>
127		5 routes : à 2H par D11
130	D11	pont sur le Dillon
130,3	D11	pont sur la Petite Sauldre
135	D11	em route du château de Menetou-Salon
135,6	D11	<b>Menetou-Salon</b>
136		côte de Menetou 5°cat alt : 253m D+ : 38m
136,3		rp 1°s par D11 à 11H
136,8	D11	carr
137		sommet
141,5	D11	<b>Vignoux-sous-les-Aix</b> suivre la D11
141,7	D11	emb D56
143,5	D11	emb D131
146,7	D11	j D940 : à 11H
148,1		rp 1°s TD
152		pont sur SNCF vers la droite par avenue Pierre Semard
152,7		rond-point Place du Général Leclerc The Original Access Hôtel Bourges 2, Place du Général Leclerc 18000 Bourges <b>BOURGES</b>

		<p><i>Bourges compte 65.000 habitants et est la capitale du Berry (ancienne province dans l'ancien régime). Elle est située à quelques dizaines de kilomètres du centre géographique de la France et se trouve aux confluent de nombreuses rivières (Yèvre, Voiselle, Auron, Moulon, Langis). Elle dispose d'un grand patrimoine historique (Avaricum, cathédrale Saint-Etienne, palais Jacques Coeur, maison de la culture).</i></p>

**Comines - Barcelone ETAPE 4****Bourges - Vichy****150,5 kms****mardi 1<sup>er</sup> août 2023 D+: 2409 m (selon all trails)****... Région : Centre - Val de Loire****capitale de région : Orléans****... Département du Cher (18)****préfecture : Bourges**

0		<b>BOURGES</b>
0	N151	rond-point de la gare : partir vers le sud direction centre
0,4		pont sur l'Yèvres
		rp 2 <sup>o</sup> s TD
		rue Moyenne (vieux Bourges)
1,9		rp 1 <sup>o</sup> s AD
2		rp 2 <sup>o</sup> s AG
2,5		rp 1 <sup>o</sup> s AD
2,6		2 bras : vers la gauche par rue Albert Hervet
3		carr D2076 TD par D106
4,4	D106	carr
		à proximité du Plan d'Eau du Val d'Auron (sur notre droite)
		Golf de Bourges à gauche
5,8	D106	pont sur l'Auron
		<i>L'Auron coule dans les départements de l'Allier et du Cher et se jette dans l'Yèvre (affluent du Cher) à Bourges. Elle prend sa source dans la forêt de Tronçais que nous allons traverser. Sa vallée est utilisée par le canal du Berry entre Dun-sur-Auron et Bourges, vallée que nous allons emprunter.</i>
		côte non classée D+ : 20m
6,3		pont sur le canal du Berry
		rp 2 <sup>o</sup> s AG par D106
7,1	D106	rp 2 <sup>o</sup> s TD par D106 (carr D142)
		<b>Givaudins</b>
8,9		côte non classée D+ : 30m
		<b>Vauroux</b>
10,9		côte non classée D+ : 22m
12,7		côte non classée D+ : 20m
13	D106	<b>Plaimpied-Givaudins</b>
15,1		côte de Plaimpied 5 <sup>o</sup> cat
		alt : 172m D+ : 40m
16,7		sommet
18,5		carr D71
	D106	Saint-Denis Village
22,4		carr D132
23,5	D106	rp 2 <sup>o</sup> s AG vers les Chappes (lieu-dit) petite route
24,8		pont sur l'Auron



24,8		côte non classée D+ : 20m Villaine lieu-dit
25,7	D953	j D953 : AD
28,9		côte non classée D+ : 25m
29	D953	emb D66 (sur la gauche)
29,8		emb D66 (sur la droite)
30,8		carr D10
	D953	<b>Dun-sur-Auron</b> chef-lieu de canton
31,1		carr D34
35,7	D953	côte de la route de Bourbon : 5° cat avec descentes alt : 205m D+ : 75m
37,1	D953	carr D148
38,7		sommet
39,3		emb D6 côte non classée D+ : 26m
37,5	D953	<b>Thaumiers</b> TD par D953
38,2		longement de l'étang Furet
39,2		emb D225
39,3		pont sur l'Auron <b>le Pondy</b> TD par D953
42,5		côte de la vallée de l'Auron (7 petites côtes successives) 4° cat alt au dernier sommet : 204 m D+ cumulé : 120 m
46,9	D953	emb D41e (sur la gauche)
48,7		dernier sommet alt : 204m
48,7	D953	emb D41e (sur la droite)
50,5		pont sur canal de Berry (déclassé) carr D951
51,3	D953	pont sur la Marmande
53	D953	chgt de région et de département
<b>... Région : Auvergne - Rhône- Alpes</b>		
<b>capitale de région : Lyon</b>		
<b>... Département de l'Allier (04)</b>		
<b>préfecture : Moulins</b>		
	D953	pont sur la Sologne (rivière) rien à voir avec la Sologne (région)
54,5		<b>Anay-le-Château</b> fortifications suivre la D953 vers la droite route de Bourbon
55,1	D953	côte de la forêt de Tronçais 4° cat (avec petites descentes) alt : 336 m D+ : 140m
55,7	D953	entrée dans la forêt de Tronçais

		<i>Cette forêt de plus de 10.000 hectares a la réputation d'être la plus belle futaie de chênes d'Europe. La création de cette futaie remonte à Colbert pour fournir la marine mais elle a beaucoup souffert durant la révolution.</i>
61	D953	rp 2°s TD par D953
63,8		sommet
64,2		sortie de la forêt de Tronçais alt : 336m
67,8	D953	<b>Cérilly</b>
		TD par D953
72,6		carr D428
		<b>Theneuille</b>
73,4		carr : TD par D953 route de Bourbon
74,3		carr
75	D953	pont sur le ruisseau de Bonneau
77	D953	côte de la vallée du ruisseau de Bonneau 5°cat alt : 331m D+ : 75m
78,8		emb D146
79,8		sommet
80,4		emb D17
80,5	D953	<b>Ygrande</b>
		2 bras : à droite par D94
80,7	D94	emb D68 : AG
81	D68	2 bras : à gauche par D192
85,2		côte de Saint-Aubin 5°cat alt : 322m D+ : 72m
86,1	D192	<b>Saint-Aubin-le-Monial</b>
88	D192	carr D1 : AD
88,6		sommet
89	D1	pont sur le ruisseau de St Hilaire
89,7	D1	j D11 : AD puis rp : 2°s AG par D1 lieu-dit la Gare
		<b>Saint-Hilaire</b>
90,1	D1	côte du Montet 4°cat alt : 480m D+: 240m longueur : 12 kms
91,1	D1	emb D136 (sur la droite)
92		emb D136 (sur la gauche)
94,6	D1	pont sur le Bandais (rivière)
97	D1	emb D530
98,8	D1	carr D297
99,9	D1	emb D107 : suivre la D1 vers la droite
		lieux-dits la Pise, le Coin
101,7		carr D945
	D1	<b>le Montet</b>
		rue de la Poste
101,9		jonction D1 : AG
102		sommet de la côte alt : 480m
103,1	D1	pont sur A79

		pont sur le Venant
105,5	D1	carr D231 Arpeyroux lieu-dit
106,8	D1	carr D107
109,8	D1	carr D36
	D1	carr D129 les Genévriers lieu-dit
111,9		emb D235 lieu-dit les Mazes
112,8		carr D217
119,2	D1	carr D280 <b>la Roche</b> commune de <b>Bransat</b>
121,4	D1	<b>Saulcet</b>
		carr : AG par D415 puis AD
		j D115 : AD; Emb D415: AG
122,5	D415	sortie de Saucet
	D415	j D2009 (la nationale 9 reliant Moulins au col du Perthus à la frontière espagnole)
	N9	<b>Saint-Pourçain-sur-Sioule</b>
		<i>Ville de 5.300 h, elle est située au nord de la Limagne bourbonnaise. Arrosée par la Sioule.</i>
125	N9	pont sur la Sioule
		<i>La Sioule se jette dans l'Allier au nord de Saint-Pourçain. D'une longueur de 150 kms, la rivière prend sa source dans le massif du Mont Dore et s'écoule vers le nord du Massif Central.</i>
125,3	N9	rp 2°s TD par D130
126,2	D130	emb D277 (sur la droite) TD
		Chatet : lieu-dit
130	D130	carr D219
130,5		pont sur l'Andelot
130,5		côte de la vallée de l'Andelot 5°cat alt : 301m D+ : 65m
131	D130	emb D418 (sur la droite) c'est un rp 2°s TD
134		sommet
		<b>Loriges</b>
		forêt de Saint-Didier-la-Forêt
		<b>Marcenat</b>
137,2	D130	carr D142 : AD
137,7	D142	emb D281
142,3	D142	emb D142e (sur la gauche) TD
142,8	D142	emb rue des carrés : à 10H
144		j : AG
144,1	D6	rp 2°s par D6
146	D6	rp 1°s TD
147,9	D6	rp 1°s TD
		<b>Bellerive-sur-Allier</b>
149,7	D6	rp 2°s par D2209, avenue de Vichy
150,4	D2209	Hôtel Campanile sur la gauche de la route.

		<i>L'Allier prend sa source en Lozère dans le massif central pour se jeter dans la Loire (un des principaux affluent) du côté de Nevers après un parcours de 420 kms. C'est un axe de communication majeur de l'Auvergne.</i>
		<b>VICHY</b>
		<i>Vichy, ville de 25,000 habitants (65,000 pour l'agglomération urbaine), est bâtie sur les rives de l'Allier à la limite des plaines de la Limagne et de la montagne bourbonnaise. Elle traîne une triste réputation car Pétain y a établi le gouvernement de "l'Etat français" de 1940 à 1944 à cause de sa grande capacité hôtelière (à l'époque). Vichy est en effet une station thermale importante (ses sources étaient déjà connues du temps des Romains). Elle fait actuellement partie du patrimoine mondial de l'UNESCO avec dix autres stations thermales en Europe.</i>

**Comines - Barcelone ETAPE 5****Vichy - Saint-Flour****151 kms****mercredi 2 août 2023 D+: 2881m (selon all trails)****... Région : Auvergne - Rhône- Alpes****capitale de région : Lyon****... Département de l'Allier (04)****préfecture : Moulins**

<b>VICHY</b>		
0	D2209	<b>Bellerive-sur-Allier</b> Hôtel Campanile : à gauche en sortant de l'hôtel
0,5		emb D984 (sur la droite)
0,7	D2209	rp 1°s à 4H par Avenue de Russie
0,7		faux plat montant
1		carr D443
1,6		rp 4° s à 11H
1,8	D276	rp 2°s TD vallée du Samon, affluent de l'Allier
4,9	D276	côte de la vallée du Samon 5°cat alt : 325m D+ : 50m
5,9	D276	pont sur D906
6,3	D276	sommet
6,6	D276	emb D117 (sur la gauche)
6,7	D276	emb D117 (sur la droite ) : la D276 devient la D221
	D221	<b>Brugheas</b>
7	D276	la D221 redevient la D276 (emb d221 à gauche)
7,6	D276	pont sur l'Ane, affluent du Samon
7,6		côte non classée D+ : 30m
8,4	D276	emb D576 : AG
9	D576	pont sur le Samon
9,1	D576	côte 2 de la vallée du Samon 4° cat alt : 390m D+ : 80m
10,5	D576	chgmt de département
<b>... Département du Puy-de-Dôme (63)</b>		
<b>préfecture : Clermont-Ferrand</b>		
		la D576 devient la D449
11	D449	jonction D1093 : AD
11,4	D1093	faux plat montant
11,5	D1093	carr D434
		<b>Beauvezet</b>
13,8	D1093	carr D223 rp 2°s TD
14,8		emb D93 (sur la droite) 2 bras entrée de Randan : vers la droite
		<b>Randan</b> Domaine Royal de Randan à gauche (château)
15,5	D1093	suivre la D1093 vers Pont-du-Château
15,6	D1093	emb D210 (sur la droite)

16,1	D1093	2 bras : vers la droite par D1093
17,2		pont sur SNCF
17,9		carr D63
		<b>Jussat</b>
19		pont sur le Buron
19		faux plat montant durant 3,5 kms alt : 292m
19,8	D1093	carr D107 <b>Barnazat</b>
20,5		emb D334
		<b>Saint-Denis-Combarnazat</b> emb D430 (sur la droite)
		emb D12a (sur la gauche)
22,3		alt : 348m
23,8	D1093	<b>Pagnant</b> château
28	D1093	rp 2°s TD
		<b>Maringues près de ...</b>
28,2	D1093	Pont sur la Morge (affluent de l'Allier)
28,4		rp 2°s TD (carr D223)
29,5		rp 3°s à 11H
32,9	D1093	<b>Tissonnières</b>
35,3		emb D20 (sur la droite)
35,9	D1093	<b>Joze</b> emb d20a (sur la gauche)
39,3		vers la gauche par D1093
39,5		pont sur l'Artière
		<b>Les Martres-d'Artière</b>
39,6	D1093	carr D782
40,5		pont sur A89 reliant Lyon à Clermont-Ferrand
42,2	D1093	rp : 2°s AG par D1093B
44,9	D1093B	rp 2°s TD par D2089
		<b>Pont-du-Château près de ...</b>
45,1	D2089	pont sur l'Allier alt : 299m
		faux plats montants durant 2 kms
45,3		2 bras : vers la gauche par D2089
46,3	D2089	rp 2°s à 11H par D2089
46,8	D2089	emb D4 : à 1H
	D4	passage à niveau alt : 328m
45		côte de Chauriat 4° cat avec 1 petite descente alt : 406m D+ : 100 m
		<b>Vertaizon près de ...</b>
48,8	D4	2 bras : vers la droite
49		carr D340
50,7		sommet alt : 406m
51	D4	<b>Chauriat</b>
		<i>C'est dans ce village que la famille de mon grand-père paternel était réfugié durant la guerre 14-18. André, à titre anecdotique.</i>
		suivre la D4
52,8	D4	emb D81 (sur la droite)
55	D4	carr D212 : AD
56,1	D212	emb D4 : AG
56,2	D4	côte de Lignat 3°cat

		alt : 560m D+ : 210m
	D4	<b>Lignat</b>
	D118	j D118 : vers la gauche; emb D4 : vers la droite
59,5	D4	carr D117
60,7	D4	emb rue des Vigneaux (sur la droite) sommet alt : 560m
62,5	D4	j D229 : AG
		<b>Benaud</b>
63	D229	emb D116 (sur la droite) parc du château de Montfleury à droite
63,9		Bourrat lieu-dit
64,5	D229	côte de Vic 5° cat alt : 748m D+ : 53m
65,1	D229	entrée de Vic-le-Comte suivre la route principale vers la gauche (ring de Vic-le-Comte) : cela devient la D761
		<b>Vic-le-Comte</b>
65,6	D761	rp 3°s
65,9	D761	carr D225 sommet
		pont sur le ruisseau de Cougoul
66,7	D761	carr D49 : AG
66,7	D49	col de la Croix des Gardes 3°cat alt : 654m D+ : 195m
69,2	D49	emb D136 (sur la droite)
70,8	D49	Col de la Croix des Gardes sommet alt : 654m
73,9	D49	j D14 :AD
		<b>Saint-Babel près de ...</b>
	D14	Paille : lieu-dit, Naves : lieu-dit
79,7	D14	j D9 : AD
80,1	D9	pont sur l'Allier alt : 360m
	D9	pont sur A75 rp 3°s à 11H par avenue Jean Jaurès
82,1		pont sur SNCF
82,5	D716B	carr gare : AG
		<b>ISSOIRE</b>
		<i>Issoire est une sous-préfecture du département du Puy-de-Dôme en Auvergne, au bord de l'Allier. 15,000 habitants.</i>
83,7	D716A	rp 2°s à 10H
84	D716C	carr : AG pont sur la Couze Pavin, affluent de l'Allier alt : 384m
84		faux plat montant
		rue de Brioude
	D716C	rp : 3°s par D716 TD
84,9	D716	emb D909 (ex N9) : AD
85,7	D909	alt : 431m
87,2	D909	carr D718
90,5	D909	pont sur le Lembronnet, affluent de l'Allier
91,7		emb D48 (sur la droite)
92	D909	pont sur la Couze d'Ardes, affluent de l'Allier alt : 390m
	D909	<b>Saint-Germain-Lambon</b>
92,5	D909	côte de Saint-Germain-Lambon 4° cat

		alt : 504m D+ : 120m
96	D909	carr D909A sommet
		<b>Vichel</b>
98,7	D909	emb D35 (sur la droite)
99,4	D909	emb D35 (sur la gauche)
		<b>Moriat près de ...</b>
100,8		changement de département
<b>... Département de la Haute-Loire (43)</b>		
<b>préfecture : le Puy-en-Velay</b>		
101,1	D909	emb D654 (sur la droite)
101,2		pont sur l'Allagnon
		<i>L'Alagnon est une rivière du Massif Central qui coule dans les départements du Cantal, de Haute Loire et du Puy-de-Dôme. Elle prend sa source dans les Monts du Cantal en plein cœur du parc régional des volcans d'Auvergne et se jette dans l'Allier au lieu-dit le Saut du Loup.</i>
101,6	D909	pont sur le Béal
		<b>Lempdes-sur-Alagnon</b>
		emb D5 (sur la gauche)
102	D909	carr : TD par D653 (la D909 s'en va à droite)
102	D653	côte de la vallée de l'Alagnon 3° cat
		alt : 546m D+ : 140m
104,6		sommet
105,6	D653	la route impériale
105,6	D653	carr D655
107,1		pont sur le ruisseau de Saduit
107,1	D653	côte de la vallée du ruisseau de Saduit 3° cat
		alt : 681m D+ : 180m
		la Baraque lieu-dit
107,7	D653	carr D19 Vernassal lieu-dit
109,9		sommet
111,6	D653	carr D20 la Baraque Basse lieu-dit
111,8		côte route impériale 5° cat
		alt : 686m D+ : 40m
112,3		sommet
116	D653	j D588 : AD <b>Grenier-Montgon lieu-dit</b>
116,3	D588	j D909 : AG monument aux morts
		pont sur le ruisseau de la Violette alt : 534m
	D909	vallée de l'Alagnon
<b>... Département du Cantal (15)</b>		
<b>préfecture : Aurillac</b>		
119,3	D909	<b>Massiac</b>
		pont sur l'Alagnonnette, affluent de l'Alagnon
119,5	D909	2 bras : vers la gauche par N9 (D909)
120	D909	emb D909 (ex N9) : AD
120	D909	Col de la Fageolle 2° cat
		alt au sommet : 1114 m D+ : 650m longueur : 21 kms



		<b>descente entre le km 134 et le km 136</b>
124	D909	Saint-Etienne lieu-dit
128,3		Luzer lieu-dit (le Suc de Luzer)
	D909	longement A75 (la Méridienne)
134,2	D909	emb D310 (sur la droite)
		pont sur A75
<b>134,5</b>		<b>alt : 985m petite descente</b>
		Loubinet lieu-dit
<b>136</b>		<b>alt : 917m poursuite de la montée</b>
137	D909	<b>Viellissime</b>
		emb D123 (sur la gauche)
139	D909	pont sur A75
	D909	<b>la Fageolle</b>
		sommet alt : 1114 m le sommet est matérialisé par une antenne sur le côté gauche de la route ainsi que par une cabane avec un toit en tuiles rouges. Un panneau avec indication du col s'y trouve mais dans le sens opposé.
141	D909	
142	D909	échangeur avec accès à l'A75
144,7	D909	emb D50 alt : 929m
		<b>Coren</b>
146,4		rp 2° sortie TD <b>le Rozier</b>
147,6	D909	rp 2°s TD
		carr rue de la Résistance : AG (panneau Brithotel sur la gauche de la route). Route en montée pour accéder à l'hôtel.
150,5	D909	
151		Brithotel Ville Basse Rue de la Résistance 15100 St Flour
		<b>SAINT-FLOUR</b>
		<i>Sous-préfecture du département du Cantal, Saint-Flour est divisée entre la ville haute située sur la Planèze, massif volcanique situé à 900 mètres d'altitude (cathédrale Saint-Pierre, centre médiéval) et la ville basse dans la vallée de l'Ander.</i>

**Comines - Barcelone ETAPE 6****Saint-Flour - Millau****157,5 kms****jeudi 3 août 2023 D+: 3170 m (selon openrunner)****... Région : Auvergne - Rhône- Alpes****capitale de région : Lyon****... Département du Cantal (15)****préfecture : Aurillac****SAINT- FLOUR**

0 Brithotel Saint-Flour

Rue de la Résistance

0,2 D909 jonction D909 : AG

D909 pont sur SNCF

0,5 D909 rond-pt 2°s AD par D921

0,6 D921 pont sur l'Andé

longement du Ruisseau de Villedieu

1,8 D921 emb D10 : AG alt : 817m

3,2 D10 côte de Villedieu 4°cat

alt : 956m D+ : 150m

5,9 sommet

6 D10 Lespinasse lieu-dit

7 D10 **Villedieu**

emb D116 (sur la droite) alt : 900m

7,1 côte de Vibrezac 5°cat

alt : 970m D+ : 70m

7,2 D10 emb D210 (sur la gauche)

8,1 D10 2bras : vers la gauche par D116 (TD)

9,7 D116 alt : 970m sommet

9,9 D116 **Vibrezac**11,7 D116 **Surgit**

12,8 D116 j D40 : AD

D40

15 D40 alt : 734m pont sur la rivière d'Alleuze

15,9 D40 côte de la vallée de la rivière d'Alleuze 3°cat

alt : 929m D+ : 200m longueur : 2,5 kms

18,4 sommet

19,4 D40 emb D40 : AG

21,1 D40 Combret lieu-dit

**Granval**

24 D40 barrage de Granval pont sur la Truyère alt : 694m

*La Truyère est un affluent du Lot, lui-même affluent de la Garonne.*

24 D40 côte de la vallée de la Truyère 3° cat

alt : 973m D+ : 300m longueur : 7 kms

27,9 D40 **Fridefont**

27,9 D40 2 bras : vers la droite par D440 (dir Chaudes Aigues)

28,1 D440 j D13 : TD

31		sommet alt : 973m
31,3	D13	emb suivre la D13
33,1	D13	pont sur le ruisseau de Chalivet alt : 923m
33,1	D13	côte du ruisseau de Chalivet 5° cat alt : 983 m D+ : 65m
34,3	D13	sommet alt : 983m
40	D13	pont sur le Remontalou alt : 705 m
40	D13	col de Chaudes-Aigues 2° cat alt : 1097m D+ : 400m longueur : 11 kms
41	D13	jonction D921 : AG
	D921	<b>Chaudes-Aigues</b> <i>Station thermale du Cantal, elle est réputée depuis l'Antiquité pour ses eaux chaudes (32 sources). Elle est arrosée par le Remontalou, affluent de la Truyère. 1000 habitants.</i> alt : 750m
40	D921	emb D989 : AG route en lacets
44,5	D989	emb D13 : à 1H
47,5	D13	emb D513 (sur la droite) : TD le Gaulès lieu-dit
49		sommet alt : 1097m
50,8	D13	emb D613
52,3	D613	pont sur le Bès alt : 992m  <i>Le Bès est une rivière du Massif Central prenant sa source en Lozère sur le plateau de l'Aubrac. C'est un affluent de la Truyère dans laquelle il se jette dans le lac de retenue du barrage de Grandval. C'est la rivière la plus importante de l'Aubrac dont elle draine la majeure partie.</i>
<b>... Région : Occitanie / Midi-Pyrénées</b>		
<b>capitale de région : Toulouse</b>		
<b>... Département de la Lozère (48)</b>		
<b>préfecture : Mende</b>		
		<i>La Lozère est le département le moins peuplé de France et correspond à l'ancien Gévaudan.</i>
		<i>la D613 devient la D312</i>
52,3		faux-plat montant
52,4	D312	j D12 : TD Chaldette lieu-dit
	D12	le Mouly lieu-dit
53,8	D12	emb D73 (sur la gauche)
55,3	D12	emb D211 (sur la droite)
56		alt : 996m
56	D12	Col de Bonnecombe 3° cat alt: 1333m D+ : 353m longueur : 27 kms
57	D12	<b>Grandval</b> alt : 1044m
62,6	D12	pont sur le Bès alt : 1054m le pont du Gournier
62,7	D12	emb D112 à 11H par D12 hôtel restaurant les relais de l'Aubrac
66,4	D12	j D987 : AG
66,5	D987	<b>Nasbinals</b>

		<i>église du XIV<sup>°</sup>s, magasin, café</i>
66,7	D987	emb D900 : à 1H
68,8	D900	emb D52 : AD Montgrousset lieu-dit
72,5	D52	pont sur le ruisseau des Salhiers
78,9	D52	pont sur le ruisseau des Plèches alt : 1308m pont des Nègres
		pont sur la Biourière
83,3	D52	<b>sommet alt : 1333m Col de Bonnecombe</b>
83,4	D52	Station de ski de l'Aubrac Sud
		pont sur le Doulounet
		vallée du Doulounet descente
87,6	D52	emb D87 (sur la droite)
	D52	<b>Les Salses</b>
88,5	D52	pont sur le ruisseau de Taillat alt : 1073m
88,5		<b>Col du Trébatut 5° cat</b>
		<b>alt 1100m D+ : 40m</b>
89,8		<b>sommet</b>
90	D52	D56 : vers la droite par D52
95,5	D52	emb D152 (sur la droite) alt : 818m
		<b>Saint-Germain-du-Teil</b>
		lacets
99,5	D52	pont sur autoroute A75
100,5	D52	rp 1°s AD par D809
		vallée du Lot
		<i>Le Lot prend sa source au sud de la Montagne du Goulet (nous avons déjà monté le col du Goulet lors d'un autre périple Comines-Barcelonne) nous loin du Mont Lozère (col de Fignels). Il fait 485 kms de long. Il arrose Mende, Cahors, Villeneuve-sur-Lot. C'est un affluent important de la Garonne.</i>
102,3	D809	rp 2°s AG
102,4		pont sur le Lot alt : 538m
	D809	La Mothe lieu-dit
102,7	D809	rp 1° s TD
		pont sur l'Urugne, affluent du Lot alt : 520m
		<b>Banassac près de ...</b>
102,9	D809	rp 2°s TD par D809
		longement de l'A75, la Méridienne
102,9	D809	<b>Col de la Fagette 2° cat</b>
		<b>alt : 913m D+ : 448m longueur : 8,3 kms avec palier</b>
105,7	D809	pont sous A75
108,2		<b>sommet de la côte de Pissa Lebre alt : 830m</b>
110	D809	emb D67 : AG
111,2	D67	pont sur A75
	D67	<b>la Fagette</b>
112,2	D67	2 bras : vers la gauche par D67
113	D67	<b>sommet du col de la Fagette alt : 913m</b>
113,8		<b>la Tieule</b>

113,9		carr D367
113,9	D67	côte de la Tieule 5° cat alt : 934m D+ : 60m
116,3	D67	sommet alt : 934m
118,1	D67	le Mazet lieu-dit
119,7		<b>le Recoux</b>
120,2	D67	emb D235 (sur la droite)
122		le Tensonnieu lieu-dit
123,4	D67	j D32 : vers la droite
123,8	D32	<b>le Massegros</b>
123,9	D995	j D995 (église) : vers la droite
124	D995	rp 2° sortie AG par D32
130	D32	domaine de Bombes
131,1		chgt de département
<b>... Département de l'Aveyron (12) préfecture : Rodez</b>		
133,5	D9	le Buffarel lieu-dit descente ++
138,4	D9	le Truel lieu-dit
141,7	D9	j D94 (sur la droite)
142,1	D9	j D907 : vers la droite
	D907	vallée du Tarn
		<i>Tout comme le Lot, le Tarn prend sa source au Mont Lozère et constitue un des principaux affluents de la Garonne après 380 kms. Il arrose Millau, Albi, Gaillac (ancienne ville-étape de Comines-Andorre) et Montauban, s'écoulant d'est en ouest. Célèbre pour ses fameuses gorges.</i>
		Contre-Pinet lieu-dit
146,1	D907	emb D190 (sur la droite) <b>Rivière-sur-Tarn</b>
147,5	D907	emb D512 : AG
147,7	D512	pont sur le Tarn alt : 387 m
148,3	D512	j D187 : AD <b>La Cresse</b>
152,4	D187	emb D506 (sur la gauche)
	D184	<b>La Paulhe</b> longement du Tarn <b>Carbasas</b> Millau-Plage camping
	D184	embranchement route du domaine de Saint Estèphe : à gauche côte non classée
157,5		<i>Domaine de Saint Estèphe</i> <b>ouf</b> <b>MILLAU</b>

		<p><i>Millau est située au confluent du Tarn et de la Dourbie à environ 340m d'altitude. Sous-préfecture de l'Aveyron, la ville compte 24.000 habitants. Le territoire communal s'étend au cœur des Grands Causses (le Causse Rouge, le Larzac et le Causse Noir). Le viaduc de Millau a été construit en 2004. C'est un pont à haubans franchissant la vallée du Tarn qui permet de joindre le Causse Rouge au Causse du Larzac (autoroute A75). Avant cela, Millau était connue pour ses bouchons interminables lors des grands flux estivaux. Un point noir connu et redouté qui a disparu!</i></p>

<b>Comines - Barcelone ETAPE 7</b>		
<b>Millau - Nissan-lez-Enserune</b>		
<b>130</b>	<b>kms</b>	<b>vendredi 4 août 2023 D+: 2041m (selon all trails)</b>
<b>... Région : Occitanie / Midi-Pyrénées</b>		
<b>capitale de région : Toulouse</b>		
<b>... Département de l'Aveyron (12)</b>		
<b>préfecture : Rodez</b>		
<b>MILLAU</b>		
0		domaine de Saint-Estèphe
0,4	D187	jonction D187 : AG rp 1° sortie vers la droite
1		pont sur le Tarn alt : 340m (camping des 2 rivières) rp 3° s AG par D829 (ex nationale 9)
	D809	longement du Tarn
3	D809	pont sur le Tarn La Maladrerie
3,3	D809	rp 2° s AG par D809 (ex nationale 9)
3,3	D809	<b>Col de 2° catégorie : la montée Royale vers le Causse du Larzac alt : 732m D+ : 400m longueur : 5,7 kms</b>
		La Coste lieu-dit
5	D809	emb route Mnt Royale (petite route) direction les Fons : alt : 450m Montée Royale (nom du chemin en lacets) les Fons lieu-dit le Pas Destrecht
9		<b>sommet alt : 732m</b>
		<b>Saint-Michel-du-Larzac</b> Causse du Larzac
10		2 bras : vers la gauche petite route
10,2		2 bras : vers la gauche petite route
11,4	D809	jonction D809 (ex nationale 9) : à 5H
	D809	plateau du Larzac
		<b>Parc naturel régional des Grands Causses</b>
18,8	D809	emb D809A : AG alt : 775m
	D809A	<b>la Cavalerie</b>
20,1	D809A	carr D999
	D809	longement A75 et aérodrome de Millau-Larzac
24,5	D809	pont sur A75 alt : 814m
26,7		<b>l'Hospitalet-du-Larzac</b> carr D23 alt : 751m
28,9	D809	rp 2°s TD par D809 alt : 705m Les Infruts lieu-dit
36		alt : 783m
36,6		emb D140 (sur la droite)
	D809	La Pezade lieu-dit
36,7		changement de dép.
<b>... Département de l'Hérault (34)</b>		
<b>préfecture : Montpellier</b>		
36,8	D809	emb D151 : à 1H
42,4		<b>côte des Rives 4° cat</b>

		<b>alt : 825m D+ : 106m</b>
43,1	D151	j D142 : AD
	D142	<b>les Rives</b>
		vers la droite par D142
45,7		<b>sommet atl : 825m</b>
46	D142	emb D493 (sur la droite)
47,8	D142	emb D151 (sur la gauche)
48,1		<b>Col de l'Enguayresque 5° cat</b>
		<b>alt : 824m D+ : 60m</b>
48,3		emb (sur la droite)
50		<b>sommet</b>
50,8	D142	j D902 : TD
51,5	D902	emb D142 : à 1H
		<b>Parc naturel régional du Haut Languedoc</b>
55	D142	emb D138E2 (sur la droite) Col Rouge
58		descente +++
60,2	D142	j D35 : à 1H Col de la Baraque de Bral
65,7	D35	emb D138 (sur la droite)
	D35	<b>Lunas</b>
		alt : 282m
68,7	D35	emb D8 (sur la gauche)
		pont sur l'Orb
		<i>D'une longueur de 136 kms, l'Orb prend sa source dans les Monts de l'Escandorgue pour se jeter dans la Méditerranée à Valras-Plage. Il arrose Béziers peu avant son embouchure.</i>
	D35	Le Pont d'Orb lieu-dit
68,8		emb D8 (sur la droite)
		<b>St-Martin-d'Orb</b>
70	D35	<b>le-Bousquet-d'Orb</b>
70,7		passage à niveau
		vallée de l'Orb
75	D35	emb D23 (sur la droite)
		Le Ruffas lieu-dit
		<b>la-Tour-sur-Orb</b>
76,7		emb D157 (sur la gauche)
80	D35	<b>Bédarieux</b>
	D35	rp 2°s c-a-d TD
80,4		carr : AG par rue st-Louis
		pont vieux sur l'Orb alt : 200m
80,8		j D908: AD
	D908	pont sous viaduc de Bédarieux
	D908	2 bras : vers la droite par D909
81,6		<b>côte de Bédarieux 4° cat</b>
		<b>alt : 350m D+ : 150m</b>
81,8	D909	rp 1° sortie TD par D909
82,6	D909	pont sur D908
84,3		<b>tunnel sommet de la côte alt : 350m (feu à l'entrée)</b>
84,6		sortie du tunnel
84,7		emb route de Soumartre (sur la gauche)
86,1	D909	j D909A : AG



86,1	D909	<b>côte de Super Bel-Air 4°cat</b> alt : 346m D+ : 85 m
87,1		sommet
88,9	D909	emb D154 : AG
	D154	emb D13 (sur la gauche) <b>Faugères près de ...</b>
89,7	D154	pont sous D909 gare de Faugères
92,3	D154	emb : AG par D154E6 <b>Caussiniojous</b>
92,6	D154E6	2 bras : vers la droite par D154E4 (petite route à 2H)
94,9	D154E4	j D154 : TD
95,6	D154	emb D136 (sur la gauche)
97	D154	emb D154 : AD
99,5	D154	carr <b>Autignac près de ...</b>
101,6	D154	emb D16 : TD par D16
	D16	<b>Saint-Geniès-de-Fontedit</b>
103,1	D16	vers la droite par D16
104,6		<b>Murviel-lès-Béziers</b>
	D16	vers la gauche par D19
109	D19	emb D16 : AG
111,7	D16	pont sur l'Orb alt : 20m
112,2		<b>côte de la vallée de l'Orb 5° cat</b> atl : 85m D+ : 65m
114,3		sommet
115,7	D16	<b>Cazol-lès-Béziers</b>
	D14	j D14 : AD
116,3	D14	emb D16 : AG
117,1	D16	emb D162 : AG
119,9	D162	emb D39 (sur la gauche)
	D162	pont sur le Lirou
120,8	D612	j D612 : AG puis AD par D162 <b>Maureilhan</b> château
121	D162	emb D39 (sur la droite ) TD longement voie ferrée
124	D162	rp carr D11 2°s TD par D162 <b>Montady près de ...</b>
127	D162	pont sur le canal du midi...
	D162	<b>Colombiers</b> emb D162 : AD route de Nissan
128,4	D162	j D609 (ex nationale 9) droite - gauche
128,6		j AD <b>Nissan-lez-Enserune</b>
		carr
128,9		j D37 : AD j AG
130		hôtel Résidence Avenue de la Cave, 35 34440 Nissan-lez-Enserune

<b>Comines - Barcelone ETAPE 8</b>		
<b>Nissan-lez-Enserune - Figueras (Figueres en catalan)</b>		
<b>163,7</b>	<b>kms</b>	<b>samedi 5 août 2023 D+:1423 m (selon all trails)</b>
<b>... Région : Occitanie / Midi-Pyrénées</b>		
<b>capitale de région : Toulouse</b>		
<b>... Département de l'Herault (34)</b>		
<b>préfecture : Montpellier</b>		
0		<b>Nissan-lez-Enserune</b>
0,1	D162	emb avenue de la Cave : AG virage 90° AD
0,5	D162	emb bvd des vieux Moulins : à 10H (petite route)
0,5		<b>côte de Nissan 5°cat</b> <b>alt : 55m D+ : 30m</b>
1,2		<b>sommet</b>
2		j D162 : AG
<b>... Département de l'Aude (11)</b>		
<b>préfecture : Carcassonne</b>		
5,6	D31	pont sur l'Aude  <i>L'Aude est un fleuve de 223 kms qui prend sa source dans les Pyrénées à plus de 2000m d'altitude et trace sa vallée direction Nord via Quilan, Alet-les-Bains (2 fois ville-étape à l'Evêché), Limoux et Carcassonne pour ensuite se diriger vers l'Est et se jeter dans la Méditerranée entre Béziers et Narbonne.</i>
	D31	la D162 devient la D31
6,4	D31	emb cc2 : AD petite route <b>Salles-d'Aude près de ...</b>
7,1	D31	j D31 : AD
9,9	D31	TD par D1118
11,5	D1118	j D6009 : AG Prudence! Ex nationale 9
	D6009	<b>Coursan</b>
12,9	D6009	emb petite route : AD (ancienne route de Coursan) passage à niveau
14,5		j6 : AG longement SNCF
17,2		pont sous D6009
17,5		j D913 : TD
	D913	Avenue Alcyone
19,3		virage 90°AG, longement canal de la Robine <b>NARBONNE</b>  <i>Ville la plus peuplée du département de l'Aude (57.000h) quoique que Carcassonne en soit la préfecture (45.000h), Narbonne est traversée par le canal de la Robine classé au patrimoine mondial de l'UNESCO. Deuxième colonie romaine en Gaule après Aix-en-Provence, elle possède la cathédrale Saint-Just-et-Saint-Pasteur dans son patrimoine. Elle est située dans le parc naturel régional de la Narbonnaise en méditerranée.</i>
19,5		carr : AD pont sur canal de la Robine rp 3° s à 2H par Avenue du général Leclerc pont sur le ruisseau du Veyret rp de la Liberté : TD avenue d'Espagene emb rue d'Espagne : AD
22		carr puis virage 135° : AD nous sommes au Campanile Narbonne
22,6		rp 3°s AG pont sur D6009

23		rp vers la gauche par rue des Joncquières côte non classée D+ : 20m
23,6		rp 2°s AG par rue des Joncquières carr; 2 bras : vers la droite par rue des Joncquières rp 3°s AG Avenue de la Coupe
24,1	D6009	grand rond-point 1°s AD par D6009, ex N9 Prudence!
	D6009	pont sous A61, autoroute des 2 mers
25,6	D6009	rp 3°s AG par D105
26,1	D105	pont sous A9, la Languedocienne
	D105	longement de l'étang de Bages
29,4	D105	<b>Bages</b> étang Saint-Paul sur la droite
34,8	D105	<b>Peyriac-de-Mer</b> emb : AD par D105
34,8	D105	côte non classée D+ : 20m
35,9	D105	j D6009 : AG
	D6009	Prudence!
38,8	D6009	rp 3°s : AG vers réserve africaine de Sigean
38,8		côte non classée D+ : 15m
		la Grange Neuve lieu-dit
41		pont sur la Berre virage 90°AD Le Hameau-du-Lac lieu d'art contemporain attentions nombreuses bifurcations
41,5		2 bras : vers la gauche
41,8		emb : AG chemin de la Reynaude
43,1		virage 90°AD par chemin du Pech j C4 TD j : AG par chemin-de-la-Croix-Blanche-du-Pont-Neuf rue de la Saline
45,5		<b>Sigean</b>
45,5		j : AG par la rue de la Barbacane
	D3009	rp 3°s par la D3009 : à 10H
46,7	D3009	grand rond-point 2°s par D6139
50,1	D6139	rp: 1°sortie par D709
	D709	<b>Port-la-Nouvelle près de ...</b>
51,4	D709	rp TD
	D709	camping du Roc
57,6	D709	<b>La Palme</b> emb D175 (sur la droite) étang de la Palme à gauche
58,9	D709	carr chemin de la Palme : AG C3
	C3	en bon état sauf sur la fin un peu moins
	C3	pont sur le Rieu
62,6	D627	j : 3°s par D627 pont sur SNCF et sur D427
	D627	emb bretelle : AD j D427AG longement SNCF
64,2	D427	j D327 : AG
	D327	longement étang de Leucate à droite
65,8		côte de Leucate 5° cat alt : 33 m D+ : 30m
45,3	D327	pont sous D627
66,6		sommet
	D327	<b>Leucate village</b>

		<i>Cité balnéaire sur le golfe du Lion, Leucate est située à mi-chemin entre Narbonne et Perpignan. Avec ses 5 sites Natura 2000, elle possède un patrimoine remarquable. Le cap Leucate est le point le plus oriental des Corbières Maritimes. La presqu'île de Leucate est en réalité une ancienne île, l'île de Leucate.</i>
	D327	rp 1°s AD pour rejoindre la D627
67,8	D627	rp 2°s AG par D627
	D627	<b>Leucate plage</b>
	D627	longement continu de l'étang de Leucate (sur la droite)
		<b>Le Grau de Leucate</b>
70,6	D627	pont sur le Grau de Leucate
	D627	<b>Port-Leucate</b>
74,5		pont
	D627	pont sur Av des Roseaux
		emb : AD
75,1		j avenue des Roseaux : AG
<b>... Département des Pyrénées Orientales</b> <b>préfecture : Perpignan (66)</b>		
76,4		rp 2° sortie AG par rue Dali aqualand Port Leucate pont sous D627
76,8		j AD par avenue du Roussillon rp 2°s à 2H
		<b>Port Barcarès</b>
		rp 2°s TD
		rp 2°s TD arènes de Barcarès
		rp 2°s lotissement des Pins
82,2		rp puis pont puis 2rp port de pêche
63,6	D13	rp 1°s AD par D13
		<b>Le Barcarès</b>
83	D13	rp 2°s AG par Bvd du 14 juillet
64		rp
64,8		rp
		nombreux campings
67		pont sous D81
	D90	voie cyclable à droite de la route
86,9	D90	au 3° rond-point, 3° sortie par chemin de Leucate (TD) rp 2°s TD par chemin de Leucate rp 3°s AG par rue RF Chateaubriand
		<b>Saint-Laurent-de-la-Salanque</b>
88,7	D11	j D11 rp 2°s AG
89,2		pont sur l'Agly
		<i>L'Agly est un fleuve côtier de 80kms qui coule en Roussillon. Il prend sa source dans les Corbières dans le département de l'Aude pour se jeter dans la Méditerranée au sud de la station balnéaire de Barcarès.</i>
71	D11	pont sur le Bourdigou
		<b>Torreilles</b>
91	D11	pont sur la Llabanère (Agulla Dels Cireres) pont sur l'Agulla de l'Aura
	D11	pont sur le Rec del Moli de Vilallanga
	D11	rp 1°s TD
	D11	rp 3°s AG par D11
94,5	D11	<b>Sainte-Marie-la-Mer</b>
		virage 90° à droite
96	D11	pont sur la Têt

		<i>La Têt est un fleuve côtier de 115 kms de long. Sa vallée est classée "pays d'art et d'histoire". Ce fleuve prend sa source dans les Pyrénées à 2400m d'altitude, arrose Perpignan et se jette dans la Méditerranée à Canet.</i>
		<b>Canet-en-Roussillon</b>
	D11	rp 3°s à 10H par D11
	D11	pont sous D617
101,9	D11	voie cyclable à gauche de la route pont sur la Fossela
		<b>Saint-Nazaire</b> rien à voir avec St-Naz en Loire Atlantique.
	D11	emb D42 (sur la droite)
104,3	D11	pont sur le Réart
	D11	<b>Alénya</b>
	D11	j AG par D11
	D11	rp 2°s TD (carr D22)
109	D11	rp, pont sur D914, rp rp (Aldi) TD
110,1		rp 3°s TD par rue du Maréchal Juin
110,5		rp 1°s AD
		<b>Elne</b>
		<i>Elne compte 9250h et se trouve dans l'agglomération de Saint-Cyprien et est drainée par le Tech.</i>
110,7		alt : 10m quelques côtes non classées successives
		alt : 33 m D+ : 30m
111,2		grand rond-point : 2°s à 10H par bvd du 8 mai 45 j D612 : AD pont SNCF
	D40	emb D40 : AG
	D40	Mas Aragon lieu-dit
116,2		<b>Ortaffa</b>
	D40	emb D49(sur la droite) emb : AD;
	D8	rp 2°s : TD par D8 pont sur le Correc de la Bassa
		<b>Brouilla</b>
	D8	rp : 3° s AG par D2
119,6	D2	emb D2 (sur la gauche) tout droit par D40
120		<b>côte de Banyuls 5°cat</b> alt : 83m D+ : 50m
122,2	D40	rp 2°s AG par D40a sommet
		<b>Banyuls-dels-Aspres</b>
124,4	D40a	jonction D900 (ex nationale 9) : AG Prudence!
	D900	rp 2°s à 10H vers le Boulou
	D900	pont sur affluent du Tech
		<b>le Boulou</b>
128,3	D900	carr centre ville : AG
129		pont sur le Tech
		<i>Le Tech est un fleuve côtier du Roussillon de 84 kms. Il prend sa source dans les Pyrénées à 2350m d'altitude pour se jeter dans la Méditerranée au Nord d'Argelès-sur-Mer.</i>
		pont sur D618 casino et Thermes du Boulou
130,8	D900	<b>Col du Perthus 3°cat (avec une descente D- : 50m)</b> att : 286m D+ : 256m
		l'Olivette lieu-dit
		pont sous autoroute A9 (la Catalane)
		les Cluses lieu-dit

		la Clusa Alta lieu-dit
136,5		alt: 279m descente durant 1 km D- : 50m
137,5		cela recommence à monter jusqu'au sommet alt : 230m D+:56m
138,4		sommet alt : 286m
138,4	D900	<b>le Perthus</b>
		<i>Sur le plan physique, le village chef-lieu est à cheval sur la frontière entre la France et l'Espagne. Le ravin de la Comtesse et la route nationale 9 le divisent en deux parties. Le nord et l'ouest (à droite de notre route) constituent la commune française du Perthus. Le sud et l'est (à gauche de notre route) anciennement appelés Els Limits (municipalité de la Jonquera) est maintenant appelé El Portus depuis 2002. En fait la chaussée (D900) proprement dite est française tandis que le trottoir de gauche et les maisons sont espagnols (catalans!!!!). Le village est construit dans le col du même nom mais est situé au sud du col. Tout cela pour que la France garde la souveraineté sur le Fort de Bellegarde qui contrôlait le passage entre les 2 pays. Sur les contreforts du massif des Albères.</i>
<b>Section en Espagne ...</b>		
<b>... Région : Catalogne</b>		
<b>capitale de région : Barcelone</b>		
<b>... Province de Gérone</b>		
<b>chef-lieu : Gérone</b>		
		descente
		pont sous autoroute (autopista de la Mediterrania)
143,8	N-II	<b>La Jonquera</b>
		vallée du Llobregat d'Emporda
145,6	N-II	rp 2°s TD
151,4152	N-II	emb GI-602 (sur la gauche)
	N-II	pont sous autoroute (AP-7)
152	N-II	emb GI-502 (sur la droite)
155,6	N-II	emb GN-5044 (sur la droite)
		rp 2°s TD
	N-II	<b>Pont-de-Molins</b>
157		pont sur la Muga
		rp 2°s TD
159,2	N-II	pont sous autoroute
		<b>els Hostalets</b>
159,6	N-II	2 bras : vers la droite par N-IIa Avenida
163	N-IIa	rp centre 1° s AD Plaça del Sol par N260
		<b>Figueras (en espagnol) - Figueres (en catalan)</b>
		<i>Ville de 47,000h, Figueras est la capitale de la comarque de l'Alt Emporda. Elle est connue pour abriter le musée Salvador Dali et la plus grande forteresse d'Europe, le château de Sant Ferran. Salvador Dali y est né en 1904 et y est décédé en 1989. D'importants combats s'y sont déroulés durant la guerre civile entre 1936 et 1939.</i>
	N260	Plaça Pau Casals
	N260	Carrer Balmer (2° AG après Plaça Pau) : l'hôtel fait l'angle de la rue
163,7		Hospidium Hotel Restaurant TRAVE
		Carrer Balmes 70
		17600 Figueres

<b>Comines - Barcelone ETAPE 9</b>		
<b>Figueras (Figueres en catalan) - Mataro</b>		
<b>152,5</b>	<b>kms</b>	<b>dimanche 6 août 2023 D+: 2503 m (selon all trails)</b>
<b>Section en Espagne ...</b>		
<b>... Région : Catalogne</b>		
<b>capitale de région : Barcelone</b>		
<b>... Province de Gérone</b>		
<b>chef-lieu : Gérone</b>		
0		<b>Figueras (en espagnol) - Figueres (en catalan)</b> Hospidium Hotel Restaurant TRAVE Carrer Balmes 70 17600 Figueres AG en sortant de l'hôtel (sens unique) par Carrer Balmes
0,3		2° carr : AD (car sens unique tout droit)
0,4	NII-A	carr : AG
	N-IIA	Plaça Sibil-la de Fortia
0,6	N-IIA	Plaça Eric Morera jonction N-IIA : AD 6 ronds points successifs
	N-IIA	longement chemin de fer
4	GIV-6228	pont sur le Manol (rivière)
4,3	GIV-6228	rp 2°s par GIV-6228 : à 10H
	GIV-6228	pont sous Chemin de fer
5	GIV-6228	pont sous N-II
		<b>el Pont del Princep</b>
	GIV-6228	pont sur el Regatim (rivière)
	GIV-6227	<b>Vilamalla</b>
6,5		jonction GIV-6227 : AG
		<b>Tonya</b>
		La Torre del Estanyet
<b>9,5</b>		<b>côte de Garrigas 5° cat</b>
	GIV-6227	alt : 115m D+ : 65m
<b>10,5</b>	GIV-6227	sommet
10,7	GIV-6227	<b>Garrigas</b>
10,7		à 4H par la GIV-6227
10,8	GIV-6226	emb GIV-6227 : AG
10,9		jonction GIV-6226 : AG
11,4	GIV-6226	au STOP : AG par GIV-6226
		<b>Arenys d'Emporda</b>
14,8		pont sur El Fluvia (fleuve côtier) alt : 29m
<b>15</b>		<b>côte de la vallée de El Fluvia 5° cat</b>
	GIV-6226	alt : 82m D+ : 53m
<b>15,9</b>		sommet
16,8		<b>Vilaür</b>
<b>16,8</b>	GIV-6231	<b>côte non classée D+ : 40 m en 2 kms alt : 95m</b>
16,8	GIV-6232	rp 2°s TD
19	GIV-6232	rp 2° s TD
19,2	GIV-6232	carr TD route étroite (village)
19,3	GIV-6232	AD car sens unique
19,4	GIV-6232	à 11H route très étroite
19,6		au triangle renversé : AG
19,8	GIV-6232	autre triangle : AD
	GIV-6232	<b>Camallara</b>
20	GIV-6223	pont sur chemin de fer
20		emb GIV-6223 : AD
	GIV-6223	longement chemin de fer
21,5	GIV-6223	2 bras : vers la droite par GIV-6223
22,6	GIV-633	<b>Gaüses</b>
24,7		j GIV-633 : à 4H

25		emb : AG vallée du Riu Ter
25,9		carr petite route : AD par Cami del Mas Maso
26,1		pont sous chemin de fer
26,7		carr : AG
26,9		j : AG
		<b>Sant Jordi Desualls</b>
27,2		emb : AD par carretera de Sobranigues
		<b>Sobranigues</b>
28,8		pont sur le Ter
	GIV-6424	<i>Le Ter est un fleuve catalan long de 204 kms. Il prend sa source dans les Pyrénées à 2,400m d'altitude et arrose Gérone.</i>
28,8	GIV-6424	<b>côte non classée D+ : 20m</b>
29,2	GIV-6424	jonction GIV-6424 : TD
30		rp 2°s TD
30,4		j C-255Z : AG
	C-255Z	passage à niveau en diagonale (attention!!!)
	C-66	<b>Flaçà</b>
31,1	GIV-6425	j C-66 : AG
33,1	GIV-6425	emb GIV-6425 : AD vers la Pera
34,3		<b>la Pera</b>
34,3		<b>côte de Castell de Millas 3°cat</b>
	GIV-6426	<b>alt: 164m D+ : 170m avec descente</b>
34,4	GIV-6426	emb GIV6425 sur la droite : TD par GIV-6426
35,2		<b>Pubol</b>
35,5		emb petite route : AD direction zona esportiva municipal
35,6		emb : AG (petite route)
	GIV-6701	<b>Castell de Millas</b>
37,3	GIV-6701	<b>sommet</b>
39,2	GIV-6701	jonction GIV-6701 : AG
41,6		<b>Monells</b>
42		emb : AD
42,1		pont sur le Riu Rissec
42,1		<b>côte de la vallée du Riu Rissec 5°cat</b>
		<b>alt : 96m D+ : 55m</b>
42,5		emb : AG
43,9	GI-664	<b>sommet</b>
45	GI-664	<b>Cruïles</b>
45	C-66	j GI-664 : AG
47		rp 1°s AD (carr C-66)
47,4	C-66	<b>la Bisbal d'Emporta (ring)</b>
47,9	GI-660	pont sur le Rio Daro
48	GI-660	carr (feu ) : AD par GI-660
		Casa de Colonies El Pou del Glaç
51		<b>Coll de la Ganga 3° cat</b>
	GI-660	<b>alt : 222m D+ : 200m</b>
		vallée du Riera del Vilar
56,8		<b>sommet alt : 222m</b>
	GI-660	descente
64		<b>Calonge</b>
		rp : 2°s TD
64,2	GI-661	pont sous C-31
64,5	GI-661	rp 2°s TD
		longement de la Riera de Calonge
65,9	C-253	rp 1°s AD par C-253
	C-253	<b>Sant Antoni de Calonge</b>
		pont sur le Riera de Calonge
66,1	C-253	côte non classée D+: 22m



	C-253	<b>Torre Valentina</b>
70		<b>Platja-d'Aro</b>
70	C-253	rp 2°s TD (cube au milieu du rond point)
	C-253	Avinguda de s'Agaro
71,4	C-253	pont sur El Ridaura (fleuve côtier)
71,8		côte non classée D+: 20m
72,6		rp 4°s par Carrer Tramontana
73		rp 2°s TD
73,6		rp 2°s TD
		<i>Platja de Sant Pol</i>
73,8		côte du Mirador del Molar 5°cat alt : 60m D+ : 60m
74,4		<b>Cala Maset</b>
		Carretera de Sant Pol
		Mirador del Molar
75,1		sommet
		Carretera de Sant Pol
76,5		STOP : AD
		<b>Sant-Feliu de Guixols</b>
76,7		rp 2°s à 10H
76,9		rp 2°s à 10H
		<i>Platja de Sant Feliu</i>
77,2		rp 1°s AD
77,5		emb GI-682 : AG
		Sant Feliu de Guixols possède un des plus gros ports de la Costa Brava ce qui en fait le plus gros port de plaisance qui peut y accueillir des yacht de luxe. On y trouve 2 clubs nautiques et un port de pêche.
77,7	GI-682	côte de Sant Feliu 4° cat alt: 127m D+ : 125m
79	GI-682	parc Aventura Sant Feliu de Guixols
79,4		sommet
80,4	GI-682	côte du Mirador de Tossa 5°cat alt : 132m D+ : 45m
81,9		sommet
82,5		côte de la Cala Joana 5°cat alt : 145m D+ : 45m
83,5		sommet
	GI-682	<b>Canyet de Mar</b>
85,5		pont sur petite rivière (fleuve côtier) alt : 55m
85,5		côte de Canyet 5°cat alt : 105m D+ : 55m
	GI-682	
86,5	GI-682	sommet
88,8		côte de Les Pedreres 4°cat alt : 129m D+ : 70m
89,5	GI-682	sommet
89,5	GI-682	emb GI-6821 (sur la droite) : c'est par cette route que nous avons rejoint la côte en 2011. (Comines - Tossa de Mar)
90,8		côte de la Punta de n'Aromir 5°cat alt : 112m D+ : 50m
91,4	GI-682	sommet
95,4		côte du Puig d'en Pela 4°cat alt : 107m D+ : 100m
96,9		sommet
		descente vers Tossa
98,7		pont sur la Riera de Tossa alt : 11m
		<b>Tossa-de-Mar</b>
		<i>Point de chute de notre périple en 2011!</i>

		<i>Tossa de Mar est une commune de la province de Gérone, en Catalogne, de la comarque de la Selva. Elle est une station balnéaire célèbre pour ses maisons blanches et ses nombreuses plages comme la plage Gran, la plage El Codolar et la plage de Mar Menuda. C'est un des quelques villages maritimes où la forêt arrive encore jusqu'à la mer. Il est divisé en deux parties différentes : la Vieille ville (Vila Vella) aussi appelée Ville Haute, aux murailles médiévales célèbres et la ville basse dont la superficie est plus importante et qui est plus urbanisée, plus moderne.</i>
	GI-682	Rond-point de l'Europe (parking de bus) : AD
98,7		côte de Tossa 3°cat alt : 185m D+ : 175m
101,5		palier
103,7	GI-682	sommet
		Font de sant Llorenç lieu-dit
106,8	GI-682	côte non classée D+ : 20m
		descente vers Lloret-de-Mar
108,8		rp 1°s Vers la droite carr (feu) : TD descente vers la mer
		plage de Lloret
109,3		<b>Lloret-de-Mar</b> <i>Lloret de Mar est une commune de la comarque de Selva dans la province de Gérone en Catalogne. Elle est fréquentée pour ses plages et permet de voir le château et le monument de « La Dona Marina ».</i>
	GI-682	Chaque année, Lloret de Mar accueille 12 % du nombre total de touristes qui visitent la Catalogne et plus de 40 % des touristes qui viennent séjourner sur la Costa Brava. Lloret de Mar est la cinquième destination soleil-plage de toute l'Espagne et la première de la Catalogne quant au nombre de places d'hôtels. 50 % de son offre hôtelière est de trois étoiles ou plus. Par ailleurs, 64 % des places d'hôtels 5 étoiles et de luxe de la Costa Brava se trouvent à Lloret. En 2013, l'offre hôtelière de la ville était de 30.000 lits proposés par plus de 120 établissements, avec plus de 13 000 places correspondant à des hôtels trois étoiles et 11 000 à des hôtels quatre et cinq étoiles12.
110,2	GI-682	bout de la plage : AD
	GI-682	suivre la GI-682 vers la gauche pour sortir de la ville direction Blanes
112,6	GI-682	rp des Jardins ste Clothilde TD vers Blanes
113	GI-682	rp de Santa Christina
114,4		rp de l'hôpital de la Selva
116,4	GI-682	rp 2°s TD <b>Blanes près de ...</b>
118,4	GI-682	pont sur la Tordera (fleuve côtier)
118,4	GI-682	changement de province
<b>... Province de Barcelone</b>		
<b>chef-lieu : Barcelone</b>		
119,7	B-682	<b>Palafolls près de ...</b>
119,7	B-682	rp 3°s : AG par B-6002 <i>Marineland Catalunya</i>
120,5	B-6002	jonction B-6001: AD
	B-6001	<i>Parc de Fransec Macia</i> <b>Malgrat de Mar près de ...</b>
123,4	B-6001	bifurcation vers la gauche (sens unique mais voie cyclable tolérée) Cami del Mig
125		<b>Santa Suzana près de ...</b> Carretera Vella
125,4		carr : AD par Cami de Perafita
125,9		jonction : AD par Carrer Consolat de Mar longement du chemin de fer et de la mer
127,7		<b>Pineda de Mar</b> Passeig Maritim longement de la mer
129,4		virage 90° AD

129,5		carr : AG emb : AD
130		2° rp : 3° s AG
130,4		jonction carrer Industria : AD
130,5	N-II	jonction N-II : AG
		<b>Callela</b>
133	N-II	Cala de la Vinyeta Platja de Morer
134		côte de Sant Pol 5° cat alt : 45m D+ : 40m
		<b>Sant Pol de Mar</b>
135		sommet
135,3	N-II	pont sur rivière (fleuve côtier)
135,6	N-II	emb B-603 (sur la droite) Platja de la Murtra longement de la mer
138,7	N-II	<b>Canet de Mar</b>
141,6	N-II	emb B-511 (sur la droite) <b>Arenys de Mar</b> Urbanitzacio les Vil·les <i>Platja de la Picordio</i> <b>Caldes d'Estrac près de ...</b> Ture de la Torre dels Encontats
144,5	N-II	emb B-5034 (sur la droite)
146,8	N-II	emb B-5033 (sur la droite) platja de les Banques
149,1	N-II	emb C-31E (sur la droite)
150,8	N-II	emb B-5031 :AD puis encore AD pont sous N-II passage à niveau puis virage 90° AG
152,5		<b>Hotel Atenea Port Barcelona (à proximité de la gare de Mataro et du port de Mataro)</b>
		ouf!
		<b>MATARO</b>
		La commune est située en bord de mer Méditerranée, près des montagnes de la Cordillère littorale catalane et à moins de 30 km de Barcelone avec laquelle elle est reliée par une autoroute.
		La première ligne des chemins de fer construite dans la péninsule ibérique fut une courte ligne reliant Barcelone à Mataró et mise en service en 1848.
		La commune, qui a une superficie de 22,30 km <sup>2</sup> , compte, selon le registre municipal 2017 de l'INE, 126 127 habitants et une densité de 5 655,92 habitants par km <sup>2</sup> .
		Mataró est également un centre culturel important dans la comarque du Maresme, dont elle est la capitale. Il y a deux musées et un parc, le <b>Parc Central</b> ; ce dernier est très grand et dispose de zones pour les enfants et la famille. Le centre est composé de rues piétonnes, la Riera et la rue Barcelona constituent la principale zone marchande de la ville. Il y a aussi un centre commercial, le Mataró Park, à côté de l'hôpital. Dernièrement, cette ville a connu un net accroissement de sa population, ce qui a engendré la naissance d'un nouveau quartier avec des appartements modernes : La Via Europa.
		En juillet, la ville connaît une période de fête, <i>Les Santes</i> . Il y a alors beaucoup de concerts gratuits et des activités pour la famille et les enfants. On fait des défilés et des animations avec les <i>gegants</i> (géants), des grosses figures de papier mâché qui représentent des personnes importantes dans le passé de la ville. Ces <i>gegants</i> s'appellent <i>Robafaves</i> , <i>Geganta</i> , <i>Maneló</i> et <i>Toneta</i> . Portés par des hommes, ces géants dansent dans les rues de la ville au son de la musique que jouent les groupes. Il y a aussi les <i>Momerotes</i> , des figures de vaches qui ont du feu aux cornes et les <i>Diablasses</i> , des jeunes filles avec un vêtement de diable qui font du feu en roulant. Pendant les <i>Santes</i> a lieu le <i>Correfoc</i> , un itinéraire nocturne dans les rues sous le signe du feu. Après, il y a la <i>Ruixada</i> (l'arrosage), où le public se rafraîchit, arrosé avec de l'eau en écoutant de la musique au <b>Parc Central</b> . Les gens n'hésitent généralement pas à s'y mouiller en pleine nuit pour l'occasion.